

Kuratorium Oświaty w Warszawie

<https://www.kuratorium.waw.pl/pl/informacje/aktualnosc/18353,Bezplatne-numery-pomocowe.html>
12.11.2024, 04:14

Bezpłatne numery pomocowe

Telefony zaufania oraz infolinie wsparcia dzieci i młodzieży oraz dorosłych, którzy potrzebują pomocy.

Dzieci i młodzież w kryzysie psychicznym, które mają problemy w domu, w szkole, w tym w relacjach rówieśniczych, przy zapewnieniu anonimowości i pełnej dyskrecji, mogą skontaktować się ze specjalistami i otrzymać fachowe wsparcie w najtrudniejszych sytuacjach.

W ramach działań telefonów/infolinii specjaliści świadczą również wsparcie osobom dorosłym, rodzicom/opiekunom i nauczycielom, którzy mają problemy z dorastającymi dziećmi.

Załączone telefony gwarantują szybki dostęp do informacji i wsparcia, jak również podejmowanie interwencji w sprawach ważnych z punktu widzenia zdrowia psychicznego i bezpieczeństwa dzieci oraz młodzieży.

- > 800 12 12 12 - Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka — czynny całą dobę
- > 800 70 22 22 - Centrum Wsparcia dla osób dorosłych w kryzysie psychicznym — czynny całą dobę
- > 116 111 - Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży — czynny całą dobę
- > 116 123 - Telefon wsparcia emocjonalnego dla dorosłych — czynny całą dobę
- > 112 - numer alarmowy w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia — czynny całą dobę

Inne numery pomocowe można znaleźć na stronach:

- > [Zapobiegajmy samobójstwom](#)
- > [Pokonać kryzys](#)
- > [Życie warte jest rozmowy](#)

Jedli praztywasz trudnosci i myslisz o odciarniku siebie zycia lub chcesz pomoc osobie zagrozonej samebójstwem pomagaj, to mozesz skorzystac z bezplatnych numerow pomocowych:

800 70 2222
CZASOCENNY
Centrum Wspierania dla osob doroslych w kryzysie psychicznym

800 12 12 12
CZASOCENNY
Dzielnicy Telefon Zaufania Rzeczniczka Praw Dziecka

116 111
CZASOCENNY
Telefon Zaufania dla Dzieci i Mlodziezy

116 123
CZASOCENNY
Telefon wsparcia emocjonalnego dla doroslych

112
Numer alarmowy w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia

Inne numery telefonow pomocowych znajdziesz na stronach:
www.zapobiegajmysamobojstwem.pl
www.zwfr.pl/bezplatne-numery-pomocowe
www.pokonackryzys.pl

 Ministerstwo Zdrowia  NPZ 

Dofinansowanie realizowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2023-2026, Promocowane przez Ministerstwo Zdrowia.

Bezpłatne numery pomocowe

Data publikacji 26.09.2024
Data modyfikacji 26.09.2024

Osoba wytwarzająca/odpowiadająca za informację:
materiały Ministerstwa Edukacji Narodowej

Osoba udostępniająca informację:
Izabela Anioł