

GDZIE MOŻNA UZYSKAĆ WSPARCIE ?

Zapraszamy do kontaktu:

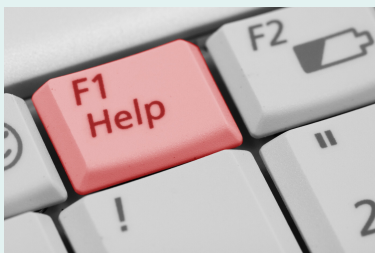
*Iwona Fritz- pedagog szkolny
fritz.spwiry@wiry.pl*

*Iwona Grudziecka- psycholog szkolny
grudziecka.spwiry@wiry.pl*

CENTRUM WSPARCIA DLA OSÓB W KRYZYSIE

800-702-222 numer
bezpłatny, całodobowy

*Jesteś przygnębiony?
Nie dajesz już rady z
codziennością? Jesteś ofiarą
przemocy? Nie radzisz sobie ze
stresem? Nie chce Ci się żyć?*



TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

116-111 lub www.116111.pl
całodobowa i bezpłatna
infolinia

*Zadzwoń lub napisz, gdy
coś Cię martwi, masz jakiś
problem, nie masz z kim
porozmawiać lub
wstydzisz się o czymś
opowiedzieć.*



TELEFON ZAUFANIA RZECZNIKA PRAW DZIECKA

800-121-212 pon-pt 8:15-20:00 połączenie
bezpłatne

*Możesz zadzwonić, gdy nie wiesz z kim porozmawiać, a coś
bardzo Cię martwi.*

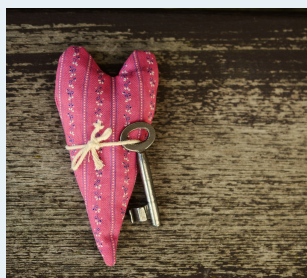
*Możesz tam także zgłaszać takie sytuacje, które według Ciebie
są niesprawiedliwe i masz poczucie, że ktoś zachował się nie
tak jak powinien – np. złamał prawo*



POLICYJNY TELEFON ZAUFANIA DS. PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE

800-120-226 pon-pt 9:30-15:30

*Pomoc dla dzieci i dorosłych. Pod tym numerem
telefonu można uzyskać wsparcie w sytuacji
przemocy w rodzinie.*



INFOLINIA DLA DZIECI, MŁODZIEŻY, RODZICÓW I NAUCZYCIELI Fundacji Itaka

**800-080-
222** całodobowa,
bezpłatna infolinia
*Każdy kto ma problem
może zadzwonić i uzyskać
wsparcie od psychologa,
pedagoga czy prawnika.*



TELEFON ZAUFANIA DLA DOROSŁYCH W KRYZYSIE EMOCJONALNYM

116-123 czynna w godz.
14-22, numer bezpłatny

*Oferta kierowana jest do osób
dorosłych w kryzysie emocjonalnym,
potrzebujących wsparcia i porady
psychologicznej, rodziców
potrzebujących wsparcia w procesie
wychowawczym oraz osób
niepełnoprawnych.*



TELEFON DLA OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE "NIEBIESKA LINIA"

800-120-002 całodobowo,
bezpłatnie

*Zadzwoń, jeśli ktoś w Twojej
rodzinie krzywdzi Cię. Możesz tam
opowiedzieć o swojej sytuacji i
dowiedzieć się gdzie szukać pomocy
w Twoim otoczeniu.*

