

## Całodobowe bezpłatne numery pomocowe

Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Kryzysie Psychicznym

[800 702 222](tel:800702222)

Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży

[116 111](tel:116111)

Telefon wsparcia emocjonalnego dla dorosłych

[116 123](tel:116123)

Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

[800 121 212](tel:800121212)

Ogólnopolski telefon dla ofiar przemocy w rodzinie „Niebieska Linia”

[800 120 002](tel:800120002)

Bezpłatny całodobowy numer Ośrodka Interwencji Kryzysowej w Gdańsku

58 511 01 21

Wsparcie dla osób doświadczających przemocy w rodzinie, tel. kom.: 797 909 112 (całodobowo).

Interwencyjne wsparcie ukraińskich dzieci i młodzieży, tel.: +48 797 136 216 (w dni powszednie, w godz.: 8.30 – 16.30, obsługiwany w językach polskim, ukraińskim i rosyjskim)