
telefony zaufania

Ogólnopolskie telefony zaufania

- 1. Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki - Narkomania**
0 801 199 990 (czynny codziennie w godzinach 16.00-21.00; koszt jak za połączenie lokalne niezależnie od jego trwania).
- 2. Infolinia Stowarzyszenia KARAN (problemy narkotykowe)**
0 800 120 289 (czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 10.00-17.00; połączenie bezpłatne).
- 3. Anonimowa Policyjna Linia Specjalna**
0 800 120 148 (czynny całą dobę; połączenie bezpłatne).
- 4. Infolinia Pogotowia Makowego Towarzystwa „Powrót z U”**
0 801 109 696 (czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 10.00-20.00 i w soboty 10.00-19.00; koszt jak za połączenie lokalne niezależnie od jego trwania).
- 5. Internetowy Telefon Zaufania „Anonimowy Przyjaciel”**
085 92 88 (czynny codziennie w godzinach 18.00-4.00).
- 6. Telefon Zaufania dla Kobiet w Ciąży i Rodziny**
085 732-22-22 (czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 15.00-17.00).
- 7. Niebieska Linia (przemoc w rodzinie)**
info 0 801 120 002 Czynny od pon. do sob. 10.00-22.00, niedz. 10.00-16.00. Całe połączenie płatne tylko 35 gr. 0-22 666 00 60 czynny pn.-pt. 10:00-22:00, połączenie płatne.
- 8. Narkomania — Pomoc Rodzinie, Infolinia Towarzystwa Rodzin i Przyjaciół Dzieci Uzależnionych „Powrót z U”**
0 800 120 359 Czynny codziennie pon.-pt. w godzinach 10.00-20.00, soboty 10.00-19.00. Połączenie bezpłatne.
- 9. Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży**
116111.pl 116 111
- 10. Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka**
0 800 12 12 12
- 11. POMARAŃCZOWA Linia - system pomocy rodzicom, których dzieci upijają się**
0 800 140 068.
- 12. AIDS- całodobowy ogólnopolski telefon Stowarzyszenia „ Bądź z Nami”**
0 22 622-50-01 (wt.,czw.godz.16-20 dyżur lekarza, śr. godz. 17- 21 dyżur psychologa).
- 13. Ogólnopolski Całodobowy Telefon Zaufania AIDS**
0 22 622- 50- 01 czynny całą dobę.
- 14. Telefoniczna Pierwsza Pomoc Psychologiczna**
022 425-98-48 (opłata zgodnie z cennikiem Twojego operatora telefonicznego) Pn. - Pt. 17:00-20:00; Sob. 15:00-17:00.
- 15. Młodzieżowy 988**
(pon.-pt. 13.00 - 18.00).
- 16. Młodzieżowy [i nie tylko] Telefon Zaufania**
9288 w dni powszednie w godz. 10 - 20.
- 17. Towarzystwa Pomocy Młodzieży**
022 635 54 67 (czynny w godzinach 14.00-18.00).
- 18. Uczennicy i Ucznia**
071 372 04 86 (pon. 17.00 - 19.00, śr. 19.00 - 21.00).
- 19. Dla dzieci i młodzieży dorastającej i dorosłej - telefon Fundacji Lepszy Świat**
022 672 52 26
- 20. Dla dzieci i nastolatków zaniedbanych, seksualnie wykorzystywanych, których rodzice piją - telefon Stowarzyszenia OPTA**
022 827 61 72 (pn.-pt. 15-18).
- 21. Komitet Ochrony Praw Dziecka**
022 831 24 29 (pn., śr.-pt. 9-14, wt. 9-18).
- 22. Telefon Zaufania Komitetu Ochrony Praw Dziecka**

022 6269419.

23. **Pogotowie rodzinne**
022 613 69 91.
 24. **Poradnia Młodzieżowa i Rodzinna Towarzystwa Rozwoju Rodziny**
022 828 61 92 (pn.-pt. 15-20).
 25. **Ruch Pomocy Rodzinie**
022 621 03 67 (pn.-pt. 10-17).
 26. **Skłócone małżeństwa, problemy młodzieżowe i osobiste**
022 728 64 35 (codziennie 21-4, wt. 9-17).
 27. **Telefon "Stop Przemocy" dla Dzieci i Młodzieży oraz ich Rodziców**
042 682 28 37.
 28. **Telefon zaufania Poradni Profilaktyki i Terapii Uzależnień Monar**
022 823 65 31 (9-21).
 29. **Narkomania: Pomoc rodzinie - telefon Ogólnopolskiego Pogotowia Makowego**
022 844 44 70 (pn.-pt. 11-19, sb. 11-15).
 30. **Telefon zaufania Polskiego Towarzystwa Zapobiegania Narkomanii**
032 206 82 17 wt., czw.: 15.00-19.00, pt.: 9.00-13.00.
 31. **Dla kobiet - telefon wsparcia Federacji na rzecz Kobiet i Planowania Rodziny**
022 635 93 92 (pn.-pt. 16-20).
 32. **Dla kobiet w ciąży**
022 624 20 68, 0-602 285 444 (pn.-pt. 9-18).
 33. **Gdy Twoim problemem jest ciąża - telefon Fundacji Pro Familia**
022 628 95 24 (pn.-pt. 10-18).
 34. **Dla kobiet w ciąży i matek małych dzieci - telefon Fundacji Rodzić po Ludzku**
022 628 11 91 (pn.-pt. 9-12).
 35. **Telefon informacji i interwencji Fundacji "Rodzić po Ludzku"**
022 627 27 03 (pon.-pt. 11-15).
 36. **STOP - telefon Centrum Praw Kobiet dla kobiet dotkniętych przemocą i dyskryminacją**
022 621 35 37 (pn.-pt. 10-15).
 37. **Dla ojców i dzieci, których prawa nie są przestrzegane - telefon Stołecznego Stowarzyszenia Obrony Praw Ojca**
022 844 14 82 (pon.-pt., godz. 10-11 i 20-21).
 38. **Dla rodzin osób zaginionych - telefon Fundacji ITAKA**
0-801 24 70 70 lub 654 70 70 (codziennie, całodobowo).
 39. **Linia Żadnych Pytań - dla zaginionych, którzy chcą dać znak życia**
022 654 70 70 (nd. 17-21).
 40. **Dla zagrożonych przez sekty - telefon Fundacji Dominik**
022 853 52 22 (pn., wt., czw. 12-19).
 41. **Dla osób w trudnej sytuacji życiowej - telefon Biura Porad Obywatelskich**
022 828 12 95 (pn. 10-19, wt.-pt. 9-17).
 42. **Antydepresyjny Telefon Zaufania Centrum ITAKA**
022 654 40 41 (pon., czw. godz. 17-20).
 43. **Krajowego Centrum Interwencyjno-Konsultacyjnego dla Ofiar Handlu Ludźmi**
(+48 22) 628 01 20 e-mail: info@kcik.pl
-