

Ważne telefony i linki

TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY Tel. 116111 jest czynny przez całą dobę. Z pomocy można skorzystać także poprzez napisanie wiadomości przez stronę internetową. Pomoc telefoniczna ma charakter anonimowy i jest kierowana głównie do dzieci i młodzieży. Na stronie internetowej www.116111.pl także rodzice i opiekunowie znajdą informacje, które mogą być pomocne w rozwiązywaniu problemów.

CAŁODOBOWY TELEFON ZAUFANIA ALCO TEL Tel. 12/ 411 60 44 - telefon dedykowany jest szczególnie osobom dotkniętym problemem alkoholowym (osoby uzależnione, rodziny lub bliscy osób uzależnionych, osoby pijące ryzykownie). Telefoniczne poradnictwo jest również świadczone osobom nadużywającym innych substancji psychoaktywnych, doświadczonym przemocą, problemami zdrowotnymi i innymi problemami egzystencjalnymi.

OŚRODEK INTERWENCJI KRYZYSOWEJ ul. Radziwiłłowska 8 b Kraków Tel. 12 421-92-82 oraz 502 273 430- pod tymi numerami całą dobę pełnią dyżur specjaliści, którzy udzielają specjalistycznej pomocy psychologicznej w sytuacji kryzysowej lub wskażą placówkę, w której można uzyskać pomoc w trudnej sytuacji.

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI Tel. 800 100 100 - bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna i online dla rodziców i nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia i informacji w zakresie przeciwdziałania i pomocy psychologicznej dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności takie jak: agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc, zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, depresja i obniżony nastrój, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania. Ponadto terapeuci i prawnicy Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę udzielają konsultacji w zakresie podejmowania interwencji w przypadku podejrzenia przestępstw wobec dzieci, w szczególności wykorzystywania seksualnego, oraz pomocy psychologicznej dla dzieci doświadczonych przemocą i wykorzystywaniem seksualnym i uczestniczących w charakterze świadków i pokrzywdzonych w procedurach prawnych. Telefon dostępny jest od poniedziałku do piątku w godzinach 12:00 - 15:00.

OGÓLNOPOLSKI TELEFON DLA OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE „NIEBIESKA LINIA” Tel. 800 120 002 - bezpłatna pomoc dostępna przez całą dobę. <http://www.niebieskalinia.org/>

OGÓLNOPOLSKI TELEFON ZAUFANIA „NARKOTYKI – NARKOMANIA” Tel. 800 199 990 – bezpłatny telefon dla osób, które mają problemy z narkotykami, używają ich, są uzależnione lub martwią się o kogoś ze swojego otoczenia. Telefon jest czynny codziennie w godzinach od 16.00 do 21.00. Pomoc dla dzieci i dorosłych. **TUMBOLINIA** Tel. 800 111 123 - pomoc telefoniczna dla dzieci i nastolatków przeżywających śmierć kogoś bliskiego, a także dla ich rodziców i opiekunów. Linia czynna jest od poniedziałku do piątku w godzinach 12.00 - 18.00. Można także zostawić swój numer i wiadomość, tak by konsultanci mogli oddzwonić do potrzebującej osoby. www.tumbopomaga.pl/

KRAKOWSKI INSTYTUT PSYCHOTERAPII oferuje bezpłatną psychoterapię i pomoc psychologiczną dla dzieci, młodzieży i rodzin oraz dla osób dorosłych znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej lub zagrożonych wykluczeniem społecznym. Czynny pon. – pt. w godz.10.00-18.00. <http://kip.edu.pl/> ul. Podbrzezie 6 tel/fax 12 423-02-28 e-mail: podbrzezie@kip.edu.pl
