

## **Telefony wsparcia dla młodzieży i rodziców**

**116 111**- całodobowy telefon zaufania dla dzieci i młodzieży Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę

**800 702 222**- całodobowy telefon dla osób w kryzysie psychicznym

**116 123**- telefon zaufania dla osób dorosłych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego

**224 848 801**- antydepresyjny telefon zaufania Fundacji ITAKA

**224 848 804**- telefon zaufania młodych Fundacji ITAKA

**800 121 212**- dziecięcy telefon zaufania Rzecznika Praw Dziecka

**89 642 97 88**- Psychologiczny Punkt Konsultacyjno- Informacyjny dla Młodzieży MOPS w Ostródzie

**89 642 83 93**- NZOZ PULS Poradnia Zdrowia Psychicznego w Ostródzie

**800 199 990**- Ogólnopolski Telefon zaufania Narkotyki- Narkomania( codziennie :16.00- 21.00)

**800 111 123** – TUMBO POMAGA Pomoc dzieciom i Młodzieży w Żałobie ( od poniedziałku do piątku: 12.00- 18.00)

**801 888 448 lub 22 692 82 26** – Telefon zaufania HIV/ AIDS ( od poniedziałku do piątku 9.00-21.00)

**801 889 880** – Telefon Zaufania „ Uzależnienie behawioralne” ( codziennie: 17.00- 22.00)

[porozmawiajmy.edu.pl](http://porozmawiajmy.edu.pl) – Pomoc telefoniczna i online osobom w trudnych sytuacjach życiowych