

Gdzie szukać pomocy?



TELEFONY KONTAKTOWE (OGÓLNOPOLSKIE) W RAZIE POTRZEBY UZYSKANIA POMOCY I WSPARCIA W KRYZYSIE PSYCHICZNYM:

- » **116 123** – bezpłatny TELEFON ZAUFANIA DLA OSÓB DOROSŁYCH W KRYZYSIE EMOCJONALNYM
- » **116 111** – bezpłatny TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY
- » **800 100 100** – bezpłatny TELEFON ZAUFANIA DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI
- » **800 121 212** – DZIECIĘCY TELEFON ZAUFANIA RZECZNIKA PRAW DZIECKA
- » **800 120 002** – bezpłatny OGÓLNOPOLSKI TELEFON DLA OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE "NIEBIESKA LINIA".
- » **800 166 011** – POLICYJNY TELEFON ZAUFANIA

„Informator o dostępnych formach opieki zdrowotnej i aktywizacji zawodowej dla osób z zaburzeniami psychicznymi” ma na celu ułatwienie znalezienia Instytucji, które mogą udzielić wsparcia, pomocy w sytuacji wystąpienia kryzysu, a także w czasie trwania leczenia, potem zdrowienia osób potrzebujących i ich bliskim. Wrocław 2020. www.dolnyslask.pl

1. Na stronie internetowej www.uzaleznieniabahawioralne.pl można znaleźć informacje na temat uzależnień behawioralnych oraz uzyskać pomoc korzystając z poradni on-line.

2. Informator dla bliskich z autyzmem na stronie: www.informatory.synapsis.waw.pl/informatory/informator_woj_dolnoslaskie.pdf

TELEFONY ZAUFANIA, WSKAZANE W DOLNOŚLĄSKIM INFORMATORZE

76 845 37 58 – całodobowy telefon interwencyjny z Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie

74 668 18 52 - Telefon zaufania, Całodobowy przy Świdnickim Stowarzyszeniu Osób Niepełnosprawnych

800 283 107 – telefon zaufania. Ośrodek Interwencji Kryzysowej „Nadzieja” Zgromadzenia Sióstr Maryi Niepokalanej

800 12 02 89 - Infolinia stowarzyszenia KARAN

71 385 30 57 - telefon zaufania dla ofiar przemocy fizycznej, psychicznej, ekonomicznej czy seksualnej.

75 91 288 - Młodzieżowy Telefon Zaufania Uzależnień i AIDS

75 642 20 17 - Telefon Zaufania Komitetu Ochrony Praw dziecka

75 752 53 97 - Telefon Zaufania – Pomoc Matkom i ich Dzieciom w trudnych sytuacjach życiowych

0 22 885 84 83 - Infolinia dla osób z problemami psychicznymi i ich rodzin

0 801 24 70 70 - Centrum Poszukiwań Ludzi Zaginionych

0 71 192 88 - Młodzieżowy Telefon Zaufania

801 199 990 - Narkomania, czynny codziennie od 16.00- 21.00

801 889 880 - Pomoc dotycząca problemów z hazardem, komputerem i Internetem i zakupoholizmem, czynny codziennie 17-22