

Ogólnopolskie Telefony Zaufania



116 111 – Telefon Zaufania Dla Dzieci i Młodzieży

Zadzwoń lub napisz, gdy coś Cię martwi, masz jakiś problem, nie masz z kim porozmawiać lub wstydzisz się o czymś opowiedzieć. czynny codziennie od godziny 12.00 do 2.00 w nocy, **Pomoc dla dzieci i młodzieży.**



800 100 100 – Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie

bezpieczeństwa dzieci 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 i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, depresja i obniżony nastrój, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania.** Telefon dostępny jest od poniedziałku do piątku w godzinach 12:00 - 15:00. **Pomoc dla dorosłych w sprawach dzieci**



800 12 12 12 – Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

Telefon jest bezpłatny i jest czynny od poniedziałku do piątku od godziny 8:15 do 20:00 (połączenie bezpłatne **Pomoc dla dzieci i dorosłych.**



800 120 002 – Ogólnopolski Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie

„Niebieska Linia”

Zadzwoń, jeśli ktoś w Twojej rodzinie krzywdzi Cię – bije lub obraża.

Pomarańczowa Linia to program informacyjno – konsultacyjny dla rodziców dzieci pijących alkohol i zażywających narkotyki. **801 14 00 68**



800 120 226 – Policyjny Telefon Zaufania ds. Przeciwdziałania

Przemocy w Rodzinie Pod tym numerem telefonu można uzyskać wsparcie w sytuacji przemocy w rodzinie.. Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 9.30 - 15.30 (połączenie bezpłatne). **Pomoc dla dzieci i dorosłych.**



Krajowe Biuro Do Spraw
Przeciwdziałania Narkomanii

801 199 990 - Ogólnopolski Telefon Zaufania „Narkotyki –

Narkomania” Zadzwoń, jeśli masz problemy z narkotykami, używasz ich, jesteś uzależniony lub martwisz się o kogoś z Twojego otoczenia.. Telefon jest czynny codziennie w godzinach od 16.00 do 21.00. Dzwoniąc płacisz tylko za pierwszy impuls połączenia.
Pomoc dla dzieci i dorosłych.

Ośrodek Interwencji Kryzysowej ŁÓDŹ

42 630 11 02 Ośrodek Interwencji Kryzysowej to bezpłatna pomoc psychologiczna dla osób, które znalazły się w trudnej sytuacji życiowej.

**Stowarzyszenie MONAR Ośrodek Leczenia, Terapii i Rehabilitacji
Uzależnień w Łodzi ul. Tuszyńska 106 42/646 40 12**

Poradnia Leczenia Uzależnień 884-882-558 czynna: od poniedziałku do piątku w godzinach 15-21

OZORKÓW

- **Stowarzyszenie MONAR Ośrodek Leczenia, Terapii i Rehabilitacji Uzależnień w Ozorkowie tel. 42 237 36 68**
- **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna
95-035 Ozorków, ul. Romualda Traugutta 1,
tel. 42 718-93-54 / 730 510 220**
- **Punkt Konsultacyjny dla Ofiar Przemocy w Rodzinie przy MOPS**
- **w Ozorkowie ul. Lotnicza 1, czynny: środa 16:00 – 18:00**
- **MOPS w Ozorkowie ul. Stypułowskiego 1**
- **Pracownicy socjalni: tel. 42 710 31 63 / 42 710 31 64**
- **Komisariat Policji w Ozorkowie ul. Wyszyńskiego 7 tel. 42 710 42 60**
- **Poradnia Leczenia Uzależnień w Ozorkowie ul. Wigury 1 tel. 42 710 31 03**
- **Poradnia Psychologiczno Pedagogiczna w Ozorkowie ul. Traugutta 1 tel. 42 718 93 54**