

1. **Policja – 997**

Jednolity numer alarmowy obowiązujący na terenie całej Unii Europejskiej – **112**

2. **Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie “Niebieska Linia”** oferuje całodobową pomoc osobom:

- doznającym przemocy
- świadkom przemocy,
- osobom poszukującym informacji na temat zjawiska i sposobów przeciwdziałania przemocy w rodzinie:

Infolinia “Niebieskiej Linii” czynna całą dobę tel. **800-120-002**

Dyżur w języku angielskim – poniedziałki w godzinach 18:00 – 22:00

Dyżur w języku rosyjskim – wtorki w godzinach 18:00 -22:00

Dyżur prawny – środy w godzinach 18:00 -22:00

Telefoniczne dyżury prawników tel. **22-666-28-50**, w poniedziałki i wtorki w godzinach 17:00-21:00

e-mail: niebieskalinia@niebieskalinia.info

SKYPE, dyżur w języku migowym: poniedziałki w godz. 13:00-15.00

1. **Poradnia Telefoniczna** – udziela pomocy psychologicznej osobom doświadczającym kryzysu emocjonalnego, samotnym, cierpiącym z powodu depresji, bezsenności, chronicznego stresu. **Kryzysowy telefon zaufania** jest czynny codziennie w godz. 14:00-17:00 – tel. **116 – 123**.
2. **Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży** Fundacji Dzieci Niczyje – **116-111**.
3. **Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka** – bezpłatna, działająca całodobowo telefoniczna linia interwencyjna dla dzieci i młodzieży – tel. **800-12-12-12** Psycholodzy, pedagodzy, prawnicy udzielają niezbędnego wsparcia wszystkim dzwoniącym dzieciom. Pod numer interwencyjny osoby dorosłe mogą zgłaszać problemy dzieci lub rażące zaniedbania względem nich. Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 8:15 do 20:00. Każdy, kto zadzwoni po godzinie 20:00 lub w dni wolne od pracy może przedstawić swój problem i zostawić numer kontaktowy. Pracownik telefonu zaufania oddzwoni następnego dnia.
4. Bezpłatna, anonimowa **pomoc telefoniczna dla rodziców i nauczycieli**, którzy potrzebują wsparcia, informacji w zakresie przeciwdziałania i pomocy dzieciom przeżywającym kłopoty oraz trudności wynikające z problemów i zachowań ryzykownych takich jak:

agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystywanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, uzależnienia, depresja, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania tel. **800-100-100**

7. **Linia Pomocy Osobom Pokrzywdzonym**, współfinansowana ze środków Funduszy Sprawiedliwości

+ **48 222 309 900** – czynna 24 godziny/ 7 dni w tygodniu dla osób pokrzywdzonych przestępstwem i świadków. Oferuje pomoc w zakresie:

- obsługi telefonu zaufania dla ofiar przestępstw (w tym dotyczący przemocy domowej, prób samobójczych, wsparcia dla dzieci),
- zapewnienie osobom pokrzywdzonym przestępstwem dostępu do pomocy psychologicznej i prawnej świadczonej przez telefon i drogą elektroniczną za pośrednictwem skrzynki e-mail (info@numeros.pl),
- zapewnienia osobom pokrzywdzonym przestępstwem i świadkom możliwości umówienia się na spotkanie z osobą pierwszego kontaktu w Ośrodku Pomocy drogą telefoniczną,
- upowszechniania wiedzy na temat praw osób pokrzywdzonych przestępstwem,
- promowania systemu pomocy osobom pokrzywdzonym przestępstwem i świadkom,

- udzielania informacji o Funduszu Sprawiedliwości (działania, na jakie mogą zostać przyznane dotacje, informacje o konkursach i naborach wniosków, wsparcie merytoryczne)

1. **Policja – 997**

Jednolity numer alarmowy obowiązujący na terenie całej Unii Europejskiej – **112**

2. **Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie “Niebieska Linia”** oferuje całodobową pomoc osobom:

- doznającym przemocy
- świadkom przemocy,
- osobom poszukującym informacji na temat zjawiska i sposobów przeciwdziałania przemocy w rodzinie:

Infolinia “Niebieskiej Linii” czynna całą dobę tel. **800-120-002**

Dyżur w języku angielskim – poniedziałki w godzinach 18:00 – 22:00

Dyżur w języku rosyjskim – wtorki w godzinach 18:00 -22:00

Dyżur prawny – środy w godzinach 18:00 -22:00

Telefoniczne dyżury prawników tel. **22-666-28-50**, w poniedziałki i wtorki w godzinach 17:00-21:00

e-mail: niebieskalinia@niebieskalinia.info

SKYPE, dyżur w języku migowym: poniedziałki w godz. 13:00-15.00

1. **Poradnia Telefoniczna** – udziela pomocy psychologicznej osobom doświadczającym kryzysu emocjonalnego, samotnym, cierpiącym z powodu depresji, bezsenności, chronicznego stresu. **Kryzysowy telefon zaufania** jest czynny codziennie w godz. 14:00-17:00 – tel.**116 – 123**.
2. **Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży** Fundacji Dzieci Niczyje – **116-111**.
3. **Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka** – bezpłatna, działająca całodobowo telefoniczna linia interwencyjna dla dzieci i młodzieży – tel.**800-12-12-12**Psycholodzy, pedagodzy, prawnicy udzielają niezbędnego wsparcia wszystkim dzwoniącym dzieciom. Pod numer interwencyjny osoby dorosłe mogą zgłaszać problemy dzieci lub rażące zaniedbania względem nich. Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 8:15 do 20:00. Każdy, kto zadzwoni po godzinie 20:00 lub w dni wolne od pracy może przedstawić swój problem i zostawić numer kontaktowy. Pracownik telefonu zaufania oddzwoni następnego dnia.
4. Bezpłatna, anonimowa **pomoc telefoniczna dla rodziców i nauczycieli**, którzy potrzebują wsparcia, informacji w zakresie przeciwdziałania i pomocy dzieciom przeżywającym kłopoty oraz trudności wynikające z problemów i zachowań ryzykownych takich jak:

agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystywanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, uzależnienia, depresja, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania tel. **800-100-100**

7. **Linia Pomocy Osobom Pokrzywdzonym**, współfinansowana ze środków Funduszy Sprawiedliwości

+ **48 222 309 900** – czynna 24 godziny/ 7 dni w tygodniu dla osób pokrzywdzonych przestępstwem i świadków. Oferuje pomoc w zakresie:

- obsługi telefonu zaufania dla ofiar przestępstw (w tym dotyczący przemocy domowej, prób samobójczych, wsparcia dla dzieci),
- zapewnienie osobom pokrzywdzonym przestępstwem dostępu do pomocy psychologicznej i prawnej świadczonej przez telefon i drogą elektroniczną za pośrednictwem skrzynki e-mail (info@numeros.pl),

- zapewnienia osobom pokrzywdzonym przestępstwem i świadkom możliwości umówienia się na spotkanie z osobą pierwszego kontaktu w Ośrodku Pomocy drogą telefoniczną,
- upowszechniania wiedzy na temat praw osób pokrzywdzonych przestępstwem,
- promowania systemu pomocy osobom pokrzywdzonym przestępstwem i świadkom,
- udzielania informacji o Funduszu Sprawiedliwości (działania, na jakie mogą zostać przyznane dotacje, informacje o konkursach i naborach wniosków, wsparcie merytoryczne)