

- 116 111 – Telefon Zaufania Dla Dzieci i Młodzieży**
czynny codziennie od godziny 12.00 do 20.00, strona internetowa www.116111.pl czynna całą dobę. Pomoc bezpłatna.
- 800 100 100 – helpline.org.pl**
Dotyczy bezpiecznego korzystania z Internetu i cyberprzemocy
Czynne od poniedziałku do piątku w godz. 12.00 do 18.00 (połączenie bezpłatne). W tych samych godzinach działa chat na stronie www.helpline.org.pl
- 800 12 12 12 – Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka**
czynny od poniedziałku do piątku od godziny 8.15 do 20.00 (połączenie bezpłatne).
- 116 000 – Całodobowy, bezpłatny telefon w sprawie zaginionego dziecka**
czynne 7 dni w tygodniu, połączenie bezpłatne, www.zaginieni.pl
- 801 120 002 – Ogólnopolski Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”**
czynne od poniedziałku do soboty w godz. 8.00 – 22.00, a w niedziele i święta od 8.00 do 16.00. Opłata tylko za pierwszy impuls połączenia
<http://www.niebieskalinia.org/>
- 16 123 – Telefon Zaufania dla Osób Dorosłych w Kryzysie Emocjonalnym**
można dzwonić od poniedziałku do piątku od godz. 14.00 do 22.00
(połączenie bezpłatne)
- 00 120 226 – Policyjny Telefon Zaufania ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie**
telefon jest aktywny od poniedziałku do piątku w godzinach 9.30 – 15.30
(połączenie bezpłatne).
- 801 190 990 – Ogólnopolski Telefon Zaufania „Narkotyki – Narkomania”**
telefon jest czynny codziennie w godzinach od 16.00 do 21.00. Opłata tylko za pierwszy impuls połączenia
- 801 889 880 – Telefon Zaufania „Uzależnienia behawioralne”**
infolinia czynna codziennie w godzinach od 17.00 do 22.00 z wyjątkiem świąt państwowych. Opłata tylko za pierwszy impuls połączenia
- 22 635 93 92 – Telefon grupy edukatorów seksualnych „PONTON”**
telefon czynny raz w tygodniu, w piątek w godz. 16:00-20:00 wolontariusze – edukatorzy seksualni Grupy „Ponton” odpowiadają na pytania związane z seksualnością, dojrzewaniem, antykoncepcją itp. Opłata za połączenie z numerem zgodnie z cennikiem operatora. Pomoc dla młodzieży.
- 22 828 11 12 – Telefon Zaufania dla Ofiar i Sprawców Przemocy Seksualnej**
telefon jest czynny we wtorki i środy od godz. 15:00 do 18:00. Opłaty za połączenia z numerem zgodnie z cennikiem operatora
www.funpzs.org.pl
- 800 140 068 POMARAŃCZOWA Linia**
dla rodziców, których dzieci upijają się
- 22 622-50-01 AIDS całodobowy ogólnopolski telefon Stowarzyszenia „Bądź z Nami”**
czynne wt.,czw.godz.16-20, dyżur lekarza, dyżur psychologa
- 800 120 359 Narkomania — Pomoc Rodzinie, Infolinia Towarzystwa Rodzin i Przyjaciół Dzieci Uzależnionych „Powrót z U”**

Czynny codziennie pon.–pt. w godzinach 10.00–20.00, soboty 10.00–19.00.
Połączenie bezpłatne.

22 22 50 01 Ogólnopolski Całodobowy Telefon Zaufania AIDS

22 25 98 48 Telefoniczna Pierwsza Pomoc Psychologiczna

opłata zgodnie z cennikiem Twojego operatora telefonicznego
czynne pon. – pt. 17.00-20.00; sobota 15.00-17.00

22 672 52 26 Dla dzieci i młodzieży dorastającej i dorosłej –

telefon Fundacji Lepszy Świat

w spieranie indywidualnego rozwoju dzieci i młodzieży, także artystycznego.

22 827 61 72 Dla dzieci i nastolatków zaniedbanych, seksualnie wykorzystywanych,

których rodzice piją - telefon Stowarzyszenia OPTA

czynne pn.-pt. 15.00 – 18.00

9288 Młodzieżowy [i nie tylko] Telefon Zaufania

aktywny w dni powszednie w godz. 10.00 – 20.00.

71 372 04 86 Telefon Zaufania Uczennicy i Ucznia

czynne pon. 17.00 - 19.00, śr. 19.00 - 21.00

42 682 28 37 Telefon "Stop Przemocy" dla Dzieci i Młodzieży oraz ich Rodziców

22 823 65 31 Telefon zaufania Poradni Profilaktyki i Terapii Uzależnień Monar

czynne 9.00 -21.00

22 844 44 70 Narkomania: Pomoc rodzinie - telefon Ogólnopolskiego Pogotowia Makowego

czynne pn.-pt. 11.00-19.00, sobota 11.00-15.00

32 206 82 17 Telefon zaufania Polskiego Towarzystwa Zapobiegania Narkomanii

czynne wtorek, czwartek: 15.00-19.00, pt.: 9.00-13.00

801 24 70 70 lub 654 70 70 Dla rodzin osób zaginionych - telefon Fundacji ITAKA

czynne codziennie, całodobowo

22 853 52 22 Dla zagrożonych przez sekty - telefon Fundacji Dominik

czynne pn., wt., czw. 12.00-19.00

22 654 40 41 Antydepresyjny Telefon Zaufania Centrum ITAKA

czynne poniedziałek, czwartek. w godz. 17.00-20.00

SIEDLCE

25 644 04 00 TELEFON ZAUFANIA

telefon aktywny od poniedziałku do piątku w godz. 16.00 – 22.00

25 644 57 06 ALKOHOLIZM

telefon czynny codziennie w godz. 17.00 - 20.00

25 644 57 06 TELEFON ZAUFANIA – NARKOMANIA

dla osób z problemem narkomanii (całodobowy)
