

# OGÓLNOPOLSKIE TELEFONY ZAUFANIA

## OGÓLNOPOLSKI TELEFON ZAUFANIA NARKOTYKI – NARKOMANIA

0 801 199 990

(czynny codziennie w godzinach 16.00-21.00; koszt jak za połączenie lokalne niezależnie od jego trwania)

## INFOLINIA STOWARZYSZENIA KARAN (PROBLEMY NARKOTYKOWE)

0 800 120 289

(czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 10.00-17.00; połączenie bezpłatne)

## ANONIMOWA POLICYJNA LINIA SPECJALNA

0 800 120 148

(czynny całą dobę; połączenie bezpłatne)

## INFOLINIA POGOTOWIA MAKOWEGO TOWARZYSTWA „POWRÓT Z U”

0 801 109 696

(czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 10.00-20.00 i w soboty 10.00-19.00; koszt jak za połączenie lokalne niezależnie od jego trwania)

## INTERNETOWY TELEFON ZAUFANIA „ANONIMOWY PRZYJACIEL”

085 92 88

(czynny codziennie w godzinach 18.00-4.00)

## TELEFON ZAUFANIA DLA KOBIET W CIĄŻY I RODZINY

085 732-22-22

(czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 15.00-17.00)

## NIEBIESKA LINIA (PRZEMOC W RODZINIE)

0 801 120 002

Czynny od pon. do sob. 10.00–22.00, niedz. 10.00–16.00. Całe połączenie płatne tylko 35 gr.

0-22 666 00 60

czynny pn.–pt. 10:00–22:00, połączenie płatne.

## NARKOMANIA — POMOC RODZINIE, INFOLINIA TOWARZYSTWA RODZIN I PRZYJACIÓŁ DZIECI UZALEŻNIONYCH „POWRÓT Z U”

0 800 120 359

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

## TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

116 111

## DZIECIĘCY TELEFON ZAUFANIA RZECZNIKA PRAW DZIECKA

0 800 12 12 12

## POMARAŃCZOWA LINIA - SYSTEM POMOCY RODZICOM, KTÓRYCH DZIECI UPIJAJĄ SIĘ

0 800 140 068

## AIDS- CAŁODOBOWY OGÓLNOPOLSKI TELEFON STOWARZYSZENIA „BADZ Z NAMI”

0 22 622-50-01

(wt.,czw.godz.16-20 dyżur lekarza, sr. godz. 17- 21 dyżur psychologa)

## OGÓLNOPOLSKI CAŁODOBOWY TELEFON ZAUFANIA AIDS

0 22 622- 50- 01

czynny całą dobę

## TELEFONICZNA PIERWSZA POMOC PSYCHOLOGICZNA

022 425-98-48

(opłata zgodnie z cennikiem Twojego operatora telefonicznego)

Pn. - Pt. 17:00-20:00; Sob. 15:00-17:00

## MŁODZIEŻOWY

988

(pon.-pt. 13.00 - 18.00)

## MŁODZIEŻOWY [I NIE TYLKO] TELEFON ZAUFANIA

9288

w dni powszednie w godz. 10 - 20.

## TOWARZYSTWA POMOCY MŁODZIEŻY

022 635 54 67

(czynny w godzinach 14.00-18.00)

**UCZENNICY I UCZNI**

071 372 04 86

(pon. 17.00 - 19.00, śr. 19.00 - 21.00)

**DLA DZIECI I MŁODZIEŻY DORASTAJĄCEJ I DOROSŁEJ - TELEFON FUNDACJI LEPSZY ŚWIAT**

022 672 52 26

**DLA DZIECI I NASTOLATKÓW ZANIEDBANYCH, SEKSUALNIE WYKORZYSTYWANYCH, KTÓRYCH RODZICE PIJĄ - TELEFON STOWARZYSZENIA OPTA**

022 827 61 72

(pn.-pt. 15-18)

**KOMITET OCHRONY PRAW DZIECKA**

022 831 24 29

(pn., śr.-pt. 9-14, wt. 9-18)

**TELEFON ZAUFANIA KOMITETU OCHRONY PRAW DZIECKA**

022 6269419

**POGOTOWIE RODZINNE**

022 613 69 91

**PORADNIA MŁODZIEŻOWA I RODZINNA TOWARZYSTWA ROZWOJU RODZINY**

022 828 61 92

(pn.-pt. 15-20)

**RUCH POMOCY RODZINIE**

022 621 03 67

(pn.-pt. 10-17)

**SKŁÓCONE MAŁŻEŃSTWA, PROBLEMY MŁODZIEŻOWE I OSOBISTE**

022 728 64 35

(codziennie 21-4, wt. 9-17)

**TELEFON "STOP PRZEMOCY" DLA DZIECI I MŁODZIEŻY ORAZ ICH RODZICÓW**

042 682 28 37

**TELEFON ZAUFANIA PORADNI PROFILAKTYKI I TERAPII UZALEŻNIEŃ MONAR**

022 823 65 31

(9-21)

**NARKOMANIA: POMOC RODZINIE - TELEFON OGÓLNOPOLSKIEGO POGOTOWIA MAKOWEGO**

022 844 44 70

(pn.-pt. 11-19, sb. 11-15)

**TELEFON ZAUFANIA POLSKIEGO TOWARZYSTWA ZAPOBIEGANIA NARKOMANII**

032 206 82 17

wt., czw.: 15.00-19.00, pt.: 9.00-13.00

**DLA KOBIET - TELEFON WSPARCIA FEDERACJI NA RZECZ KOBIET I PLANOWANIA RODZINY**

022 635 93 92

(pn.-pt. 16-20)

**DLA KOBIET W CIĄŻY**

022 624 20 68, 0-602 285 444

(pn.-pt. 9-18)

**GDY TWOIM PROBLEMEM JEST CIĄŻA – TELEFON FUNDACJI PRO FAMILIA**

022 628 95 24

(pn.-pt. 10-18)

**DLA KOBIET W CIĄŻY I MATEK MAŁYCH DZIECI - TELEFON FUNDACJI RODZIĆ PO LUDZKU**

022 628 11 91

(pn.-pt. 9-12)

**TELEFON INFORMACJI I INTERWENCJI FUNDACJI "RODZIĆ PO LUDZKU"**

022 627 27 03

(pon.-pt. 11-15 )

**STOP - TELEFON CENTRUM PRAW KOBIET DLA KOBIET DOTKNIĘTYCH PRZEMOCĄ I  
DYSKRYMINACJĄ**

022 621 35 37

(pn.-pt. 10-15)

**DLA OJCÓW I DZIECI, KTÓRYCH PRAWA NIE SĄ PRZESTRZEGANE - TELEFON  
STOLECZNEGO STOWARZYSZENIA OBRONY PRAW OJCA**

022 844 14 82

(pon.-pt., godz. 10-11 i 20-21),

**DLA RODZIN OSÓB ZAGINIONYCH - TELEFON FUNDACJI ITAKA**

0-801 24 70 70 lub 654 70 70

(codziennie, całodobowo)

**LINIA ŻADNYCH PYTAŃ - DLA ZAGINIONYCH, KTÓRZY CHCĄ DAĆ ZNAK ŻYCIA**

022 654 70 70

(nd. 17-21)

**DLA ZAGROŻONYCH PRZEZ SEKTY - TELEFON FUNDACJI DOMINIK**

022 853 52 22

(pn., wt., czw. 12-19)

**DLA OSÓB W TRUDNEJ SYTUACJI ŻYCIOWEJ - TELEFON BIURA PORAD OBYWATELSKICH**

022 828 12 95

(pn. 10-19, wt.-pt. 9-17)

**ANTYDEPRESYJNY TELEFON ZAUFANIA CENTRUM ITAKA**

022 654 40 41

(pon., czw. godz. 17-20)

**KRAJOWEGO CENTRUM INTERWENCYJNO-KONSULTACYJNEGO DLA OFIAR HANDLU  
LUDŹMI**

(+48 22) 628 01 20

e-mail: [info@kcik.pl](mailto:info@kcik.pl)