

Telefony zaufania

- **116 111** – całodobowy telefon zaufania dla dzieci i młodzieży Fundacji „Dajemy Dzieciom Siłę”
- **800 70 22 22** – całodobowy telefon dla osób w kryzysie psychicznym
- **116 123** – telefon zaufania dla osób dorosłych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego,
- **22 484 88 01**- antydepresyjny telefon zaufania Fundacji ITAKA
- **22 484 88 04** – telefon zaufania młodych Fundacji ITAKA
- **800 12 12 12** – dziecięcy telefon zaufania Rzecznika Praw Dziecka