

Informacja o jednostkach i instytucjach udzielających pomocy Rzeszów

POMOC PSYCHOLOGICZNA I PSYCHIATRYCZNA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

Do lekarza psychiatry nie jest wymagane skierowanie, zaś do psychologa jest wymagane skierowanie od lekarza POZ lub innego specjalisty (neurolog, pediatra, i innych)

 **Przychodnia Specjalistyczna – Centrum Diagnostyczne ZOZ Nr 2, Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży, ul. Fredry 9,**

tel.17 85 38 989

Przyjmują psychologowie oraz specjalista psychiatrii dziecięcej

lek. med. Marzena Pelc-Dymon – Specjalista psychiatrii dziecięcej

Psycholodzy:

mgr Teresa Szczygieł – Psycholog kliniczny
mgr Marzena Rozborska-Barć – Psycholog
mgr Sabina Martynuska – Psycholog/Psychoterapeuta
mgr Ewa Głaczyńska – Psycholog
mgr Iwona Piszko – Psycholog/Psychoterapeuta
mgr Anna Ludera – Psycholog/Psychoterapeuta certyfikowany
mgr Jadwiga Jochym-Stachyra – Psycholog/Psychoterapeuta
mgr Monika Kluz – Psychoterapeuta
mgr Joanna Fularz – Psycholog

 **ANIMA Centrum Psychiatrii, Poradnia Zdrowia Psychicznego Dzieci i Młodzieży, ul. Grabskiego 8**

Gabinety na **NFZ**

Telefony rejestracji : 17 859 51 13 kom. 883 382 550 w Rzeszowie

Zakres działalności obejmuje :

- Specjalistyczną pomoc psychiatryczną, psychologiczną i psychoterapeutyczną.
- Leczenie: nerwic, psychoz, zaburzeń jedzenia, depresji.
- Promocja Psychiatrii Środowiskowej oraz profilaktyki w zakresie zdrowia psychicznego.
- Wsparcie i szkolenia dla rodzin pacjentów.
- Promocja zdrowia i zdrowego stylu życia.

Poradnia Zdrowia Psychicznego Dzieci i Młodzieży realizuje pomoc lekarską, psychologiczną i psychoterapeutyczną adresowaną do dzieci i młodzieży w formie indywidualnej opieki terapeutycznej oraz grupowych form terapii.

Specjaliści oferują profesjonalną pomoc w leczeniu zaburzeń i rozwiązywaniu problemów takich jak:

- zaburzenia lękowe (fobie, niepewność, lęk w trudnych sytuacjach)
- całościowe zaburzenia rozwojowe
- ADHD – zespół nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi
- problemy szkolne i edukacyjne
- zaburzenia zachowania i emocji

zaburzenia adaptacyjne i reakcje na stres

problemy komunikacyjne – trudności w nawiązywaniu kontaktu i porozumiewaniu się z rówieśnikami oraz z rodziną.

Przychodnia Psychologiczna dla Dzieci, Szpital Wojewódzki Nr 2, ul. Lwowska 60

Rejestracja prowadzona w godzinach przyjęć psychologa pod numerem tel . 17 86-64-099

Psycholog kliniczny mgr **Teresa Szczygieł**, przyjmuje:

wtorek 12: 30-14:30

czwartek 11:30-14:30

Wojewódzka Przychodnia Zdrowia Psychicznego Poradnia Dziecięco – Młodzieżowa i Rodzinna ul. Hetmańska 120

tel. 017 85 – 49 - 461

Podkarpackie Centrum Diagnostyki i Leczenia Zaburzeń ze Spektrum Autyzmu oraz Psychiatrii Dzieci i Młodzieży w Przychodnia Specjalistyczna Nr 1, ul. Hetmańska 21

Rejestracja - nr telefonu: (17) 853-52-82 wew. 358

Koordinator Podkarpackiego Centrum Diagnostyki i Leczenia Zaburzeń ze Spektrum Autyzmu oraz Psychiatrii Dzieci i Młodzieży: *mgr Agata Pieniążek*

Poradnia Autyzmu Dzieci:

- Przyjmuje pacjentów do 18 r. życia z rozpoznaniem całościowych zaburzeń rozwojowych (autyzm dziecięcy, autyzm atypowy, zespół Aspergera)
- Zapewnia kompleksową diagnozę, w której uczestniczą: lek. spec. psychiatrii, psycholog, specjaliści przeszkoleni w zakresie diagnostyki i terapii dzieci z autyzmem – logopeda, oligofrenopedagog
- Prowadzi indywidualną terapię dziecka w zakresie programu terapeutyczno-rehabilitacyjnego
- Świadczy usługi bezpłatnie w ramach umowy z NFZ.

Wymagane jest skierowanie od lekarza psychiatry.

Godziny przyjęć:

	Pn	Wt	Śr	Czw	Pt
mgr Agata Pieniżek pedagog, oligofrenopedagog, neurologopeda	07.00- 12.00	15.00- 20.00	07.00- 20.00	07.00- 19.00	15.00- 18.00
lekarz Agnieszka Magoń- Nawrocka specjalista w dziedzinie psychiatria			09.00- 17.00		08.00- 12.00
lekarz Krystyna Szula specjalista w dziedzinie psychiatria, specjalista w dziedzinie psychiatria dzieci i młodzieży				15.30- 19.30	
dr n.med. Dariusz Mazurkiewicz specjalista w dziedzinie psychiatria, specjalista w dziedzinie psychiatria dzieci i młodzieży			07.00- 08.00		
lekarz Magdalena Kamler- Pado specjalista w dziedzinie pediatria			co 2-tydz. 12.00- 14.35		
lekarz Wiesława Łagowska specjalista w dziedzinie pediatria			co 2-tydz. 12.00- 14.35		
lekarz Marzena Pelc-Dymon specjalista w dziedzinie psychiatria dzieci i młodzieży pediatria I stopień				20.00-22.00	sobota 06.00- 09.00
lekarz Edyta Brzegowa w trakcie specj. w dziedzinie psychiatria dzieci i młodzieży			15.00- 19.00		
mgr Kamila Drewniak psycholog, kwalifikowany w zakresie diagnozy i terapii osób z autyzmem, kwalifikowany w zakresie diagnozy i terapii neuropsychologicznej	08.00- 15.35	08.00- 15.40	07.00- 15.35	08.00- 15.35	08.00- 14.30
mgr Iwona Zapała psycholog, w trakcie szkolenia do uzyskania certyfikatu psychoterapeuty kwalifikowany w zakresie			07.00- 15.00	08.00- 14.00	08.00- 10.00

diagnozy i terapii neuropsychologicznej					
mgr Agata Chromik psycholog, psychoterapeuta			07.30- 13.00	08.00- 18.00	08.00- 10.00
mgr Agnieszka Korytko psycholog	09.00- 14.20	08.45- 16.55			
mgr Magdalena Adamczyk psycholog	08.00- 14.10	08.00- 17.00	13.00- 15.05	13.00- 15.05	13.00- 15.05
mgr Małgorzata Żuk terapeuta zajęciowy, oligofrenopeda	07.00- 15.10	09.00- 15.00	07.00- 15.10	07.00- 15.10	09.15- 14.25
mgr Katarzyna Tokarz pedagog , neurologopeda	07.00- 14.35	08.00- 15.35	07.00- 14.35	07.00- 14.35	08.00- 15.35
mgr Sabina Pasternak pedagog, logopeda	07.30- 14.30	08.00- 15.35	08.00- 15.05	08.00- 17.00	08.00- 14.15
mgr Agnieszka Antonik psycholog				08.00- 15.00	
mgr Joanna Pyra psycholog			08.00- 10.00	08.00- 16.00	

 **Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży w Przychodnia Specjalistyczna Nr 1, ul. Hetmańska 21**

Rejestracja do poradni odbywa się osobiście lub telefonicznie od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-15.00 (z wyjątkiem wtorku od 11.00) pod nr. tel. (17) 853-52-82 (wew. 358)

Do psychologa lub psychiatry można kierować dzieci z problemami:

- zaburzenia zachowania i emocji
- nadpobudliwość psychoruchowa
- moczenie nocne
- lęki (fobie)
- zaburzenia opozycyjno-buntownicze
- tiki
- mutyzm
- problemy nawiązywania relacji społecznych
- zaburzenia snu, jedzenia
- upośledzenie umysłowe
- autyzm, zespół Aspergera

Do poradni Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży nie przyjmowani są pacjenci z problemami szkolnymi (fobie szkolne, problemy z nauką itp). Dzieci takie powinny być kierowane do Poradni Pedagogiczno-Psychologicznej.

Godziny przyjęć:

	Pn	Wt	Śr	Czw	Pt
lekarz Agnieszka Magoń-Nawrocka specjalista w dziedzinie psychiatria	08.30- 16.30	08.00- 15.30			12.00- 16.00
lekarz Marzena Pelc-Dymon specjalista w dziedzinie psychiatria dzieci i młodzieży pediatria I stopień		14.00- 22.00			
dr n.med. Dariusz Mazurkiewicz specjalista w dziedzinie psychiatria, specjalista w dziedzinie psychiatria dzieci i młodzieży		15.00- 17.00			
lekarz Agnieszka Potoczna w trakcie specjalizacji w dziedzinie psychiatria dzieci i młodzieży					09.00- 15.00
lekarz Edyta Brzegowa w trakcie specjalizacji w dziedzinie psychiatria dzieci i młodzieży		17.00- 21.00			
mgr Agata Chromik psycholog, psychoterapeuta	08.00- 16.00	08.00- 16.00			10.00- 14.25
mgr Iwona Zapała psycholog, w trakcie szkolenia do uzyskania certyfikatu psychoterapeuty kwalifikowany w zakresie diagnozy i terapii neuropsychologicznej	08.00- 16.00	08.00- 16.55			10.00- 15.00

mgr Agnieszka Antonik psycholog	08.00- 15.30				08.00- 15.20
mgr Joanna Pyra psycholog	08.00- 16.00	08.00- 10.00			

GABINETY PRYWATNE

SENSUM Ośrodek Diagnostyki Psychologicznej i Psychoterapii, Spółdzielnia RENA, Al. Rejtana 10, III piętro, pok. 320

Ośrodek SENSUM został powołany, aby świadczyć kompleksową pomoc psychologiczną dzieciom, młodzieży i osobom dorosłym. Oferuje profesjonalną diagnozę psychologiczną, psychoterapię oraz poradnictwo psychologiczne.

mgr Anna Ludera: tel. 698 879 571

mgr Jadwiga Jochym-Stachyra: tel. 696 003 071

mgr Anna Dziobak: tel. 607 035 117

Wizyty tylko po wcześniejszym umówieniu spotkania.

CST SELF – Psychoterapia, ul. Chodkiewicza 7/9

tel. 889347657 - Tomasz Kobylański

tel. 601827642 - Marcin Mołoń

Zespół

mgr Katarzyna Bukala: psycholog, psychoterapeuta

mgr Kinga Ostrowska-Magoń: psycholog

mgr Katarzyna Podgórna: psycholog, psychoterapeuta, psychoonkolog

mgr Natalia Złotek: psycholog, psychoterapeuta

mgr Iwona Piszko: psycholog, psychoterapeuta

mgr Jan Gosztyła: psycholog, psychoterapeuta, specjalista terapii uzależnień

mgr Magdalena Dec: pedagog, socjoterapeuta, trener rozwoju osobistego

mgr Małgorzata Grabek: pedagog, socjoterapeuta, trener rozwoju osobistego


mgr Jakub Litwin: psycholog, psychoterapeuta, socjolog

mgr Sylwia Kaczmarzyńska: psycholog

COGITO CENTRUM DIAGNOZY I TERAPII, ul. Instalatorów 3

Celem działań placówki jest kompleksowe wspieranie rozwoju dzieci i młodzieży przy stałej współpracy z rodziną. Oferują wielospecjalistyczną diagnozę (psychiatra, psycholog, neurologopeda, pedagog) oraz kompleksową terapię.

*Kontakt telefoniczny lub osobisty w siedzibie COGITO od poniedziałku do piątku w godzinach 8.30 - 17.30
tel. 506-852-61*

 **Instytut Psychologii i Rozwoju, ul. Polskiego Czerwonego Krzyża 2/19**

Tel. 784 327 995

Psychologdy:

JAGODA JACHIMCZAK

terapeuta behawioralno – poznawczy, trener, doradca, konsultant.

PIOTR PUDŁO, DR

terapeuta behawioralno – poznawczy, trener, doradca

psychoterapia indywidualna

konsultacja psychologiczna

coaching kariery

coaching personalny / life coaching

coaching rodzicielski

kurs szybkiego czytania

trening koncentracji uwagi

psychoterapia grupowa młodzieży

 **ANIMA Centrum Psychiatrii, Poradnia Zdrowia Psychicznego Dzieci i Młodzieży, ul. Grabskiego 8**

Gabinety Prywatne:

Gabinet psychologiczny Tel. 17 859 51 13 lub 883 382 550,

Gabinet psychiatryczny Tel. 17 859 51 13 lub 883 382 550,

REHABILITACJA I STYMULACJA ROZWOJU DZIECKA

 **Stowarzyszenie na Rzecz Dzieci z Nadpobudliwością Psychoruchową, ul. Dąbrowskiego 1/5 A**

Katarzyna Orkisz, tel: 665721148

 **Stowarzyszenie na Rzecz Wspomagania Rozwoju Dzieci i Młodzieży TITUM, ul. Wyspiańskiego 16A**

Tel: 601 685 655

Organizacja pożytku publicznego, której celem jest realizowanie kompleksowej rehabilitacji dzieci i młodzieży z zaburzeniami i problemami rozwojowymi: opóźnieniem rozwoju psychoruchowego, upośledzeniem umysłowym, zespołami genetycznymi, porażeniem mózgowym, autyzmem i ADHD.

 **Rehabilitacja i stymulacja rozwoju w tym dzieci z ADHD**

MAZ – MED. Rzeszów, ul. Orzeszkowa 16

tel. 017 852-80-00

Ośrodek Wczesnej Interwencji

Rzeszów, ul. Emilii Plater
tel. 017 852-05-10

Ośrodek Wczesnej Interwencji to placówka oferująca wczesną i wielospecjalistyczną pomoc: diagnozę rozwoju fizycznego i psychicznego dziecka, indywidualną i grupową terapię, różne formy stymulowania rozwoju oraz psychologiczne wsparcie dla rodziców.

Pomoc dzieciom w wieku 0-7 lat zagrożonym nieprawidłowym rozwojem, głównie z grupy wysokiego ryzyka ciąży-porodowego, z wszelkimi zaburzeniami rozwoju psychoruchowego, z upośledzeniem umysłowym, z zespołami genetycznymi, chorobami metabolicznymi, oraz ze sprzężonymi niepełnosprawnościami.

Ośrodek realizuje kontrakt zawarty z Podkarpackim Oddziałem Narodowego Funduszu Zdrowia. Oferowana w ramach kontraktu z NFZ przez OWI pomoc jest bezpłatna.

TERAPIA, DIAGNOSTYKA, ORZECZNICTWO

Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna Nr 1

Rzeszów, ul. Batorego 9
tel. 017 852-81-30
dla dzieci i młodzieży z powiatu rzeszowskiego

PLACÓWKI PRACUJĄCE NA RZECZ DZIECI, MŁODZIEŻY, RODZIN

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Batorego 9

Nr tel.: 519-585-761, 519-585-636

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Rzeszowie informuje o ofercie usług wsparcia w zakresie poradnictwa specjalistycznego. Pomoc jest skierowana do osób i rodzin, które mają trudności lub wykazują potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych.

Poradnictwo specjalistyczne udzielane jest po uprzednim umówieniu się telefonicznym lub osobistym pod nr telefonu 519-585-761 (prawnik) lub 519-585-636 (psycholog/pedagog).

Prawnik udziela porad w poniedziałki w godzinach 12.00 – 16.00 oraz w środy w godzinach 8.00 – 12.00.

Formy wsparcia i pomocy: udzielanie informacji o obowiązujących przepisach w zakresie prawa rodzinnego i opiekuńczego, zabezpieczenia społecznego.

Psycholog/pedagog udziela pomocy od poniedziałku do środy w godzinach 7.00 – 15.30, w czwartek w godzinach 7.00 – 17.00 i piątku w godzinach 7.00 – 15.30.

Formy wsparcia i pomocy: pomoc psychologiczna, (poradnictwo, terapia), psychoedukacja i poradnictwo wychowawcze, poradnictwo i terapia indywidualna dzieci, młodzieży, dorosłych, konsultacje i terapia rodzinna.

Pracownicy socjalni udzielają pomocy od poniedziałku do piątku w godzinach 7.30 – 15.30.

 **Miejsko - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Głogowie Małopolskim, ul. Fabryczna 17**

Telefon: (17) 78 97 502

Godziny urzędowania:

poniedziałek 7:30 - 16:30

wtorek : 7:30 - 15:30

środa: 7:30 - 15:30

czwartek 7:30 - 15:30

piątek 7:30 - 14:30

Dział Pomocy Środowiskowej, Świadczeń i Usług Opiekuńczych

tel. 17 78 97 511

tel. 17 78 97 513

tel. 17 78 97 516

Dyrektor mgr Mariola Kot

tel. (17) 78 97 501

mgr Anna Głuszczyk – młodszy wychowawca

(światlica socjoterapeutyczna - Budy Głogowskie)

tel. (17) 78 97 520

 **Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Głogowie Młp., ul. Fabryczna 17**

tel. (017) 78 97 502

 **Sąd Rejonowy, Sąd Rodzinny III Wydział Rodzinny i Nieletnich, ul. Kustronia 4**

Kierownik Sekretariatu III– Kazimiera Dębowska pok. 2.16,

tel. 17 715 22 93, 17 715 24 75

II Zespół Kuratorskiej Służby Sądowej w sprawach rodzinnych i nieletnich
Sąd Rejonowy w Rzeszowie

Sekretariat - pokój nr 2.137, tel. 17 715 23 23

Gminna Głogów Młp. - starszy kurator zawodowy - Anna Wydrzyńska , pok.2.17,

tel. 17 715 23 27, wtorek, piątek: 9 - 14

INTERWENCJA W SYTUACJACH KRYZYSOWYCH

Komenda Miejska Policji w Rzeszowie

Referat ds. Nietletnich i Patologii Społecznej

Pracownicy referatu służą pomocą w formie rozmów profilaktycznych oraz innych działań zmierzających do ograniczenia negatywnych i ryzykownych zachowań wśród dzieci i młodzieży.

tel. 17 858 34 49

Komisariat Policji w Głogowie Młp., ul. Wincentego Witosa 10a

tel. (017) 85-83-374

Komitet Ochrony Praw Dziecka, ul. 3-go Maja 26

tel. 017 853-42-47

NZOZ Centrum Interwencji Kryzysowej KARAN

(rozwiązywanie sytuacji kryzysowych w rodzinie, Skierowanie na detoksykację i do ośrodka leczenia uzależnień, Terapia grupowa i indywidualna, testy na obecność narkotyków w organizmie)

Poradnia Leczenia Uzależnień od Substancji Psychoaktywnych

35-064 Rzeszów ul. Szopena 17

Tel. 17 862 13 14, 17 852 86 48

Infolinia Stowarzyszenia KARAN (problemy narkotykowe)

- 800 120 289
- czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 10.00-17.00;
- połączenie bezpłatne

OŚRODKI POMAGAJĄCE OSOBOM UZALEŻNIONYM I ICH RODZINOM

Centrum Profilaktyki i Lecznictwa Uzależnień, ul. Kochanowskiego 17

tel. 017 858-11-81

Wojewódzki Ośrodek Terapii i Uzależnień, ul. Simieńskiego 1

tel. 017 853-96-40

Codziennie od 8 do 20 godz.

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, ul. Rynek 1

tel.(17) 78-97-000

PORADNIE ODWYKOWE

GŁOGÓW MAŁOPOLSKI ul. Rynek 1, tel. 17 8517241 wew. 38, czwartek 17.00 – 19.00

RZESZÓW, Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień, 35-203 Rzeszów, ul. Siemieńskiego 17, w dni robocze 8:00 – 20:00, w dni wolne od pracy 10:00 – 18:00, tel. 17 8539640, www.wotu.ires.pl

RZESZÓW, Centrum Profilaktyki i Terapii Uzależnień, 35-201 Rzeszów, ul. Kochanowskiego 17, tel. 17 858 11 81, pn. – pt. 8:00 – 20:00, www.uzaleznienia.rzeszow.pl

RZESZÓW, Poradnia Uzależnień i Rodzinna, ul. Piłsudskiego 8/10, tel. 17 8621314, pn. – pt. 9:00 – 18:00

RZESZÓW, Poradnia Rodzinna, ul. Sokoła 8, Ojcowie Bernardyni, ks. Marcin Jaracz tel. 662 269 966

WAŻNE TELEFONY

800 060 800 – Bezpłatna, całodobowa infolinia Głównej Inspektorat Sanitarnego.

Pod tym numerem telefonu możemy uzyskać informacje na temat negatywnych skutków zażywania dopalaczy oraz o możliwościach leczenia. Infolinia jest także przeznaczona dla rodziców, którzy mają wątpliwości czy ich dzieci zażywają dopalacze. Na infolinię GIS można przekazywać także informacje, które mogą ułatwić służbom dotarcie do osób handlujących tymi nielegalnymi substancjami.

801 199 990 – Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania.

W którym specjaliści udzielają wsparcia w trudnych sytuacjach, pomagają wyszukać odpowiednią formę pomocy i informują na temat ryzyka używania narkotyków i „dopalaczy”. Telefon adresowany jest nie tylko do osób używających narkotyków i „dopalaczy”, ale także ich bliskich i rodzin. Telefon prowadzony jest przez Krajowe Biuro do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii i czynny jest codziennie w godzinach 16:00 – 21:00

Poradnia internetowa www.narkomania.org.pl - W której można uzyskać anonimową pomoc on-line lekarza psychiatry, psychologa i prawnika; dwa razy w tygodniu można skorzystać z konsultacji za pośrednictwem chatu. Poradnia prowadzona jest na zlecenie Krajowego Biura do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii.

116 111 – Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży.

Służy on młodzieży i dzieciom potrzebującym wsparcia, opieki i ochrony. Zapewnia dzwoniącym możliwość wyrażania trosk, rozmawiania o sprawach dla nich ważnych oraz kontaktu w trudnych sytuacjach. Telefon prowadzi Fundacja Dzieci Niczyje. Linia jest dostępna codziennie w godzinach 12:00 – 22:00, pomoc online dostępna na www.116111.pl/napisz. Tylko w 2014 roku specjaliści przeprowadzili 3205 rozmów dotyczących kontaktów dzieci z substancjami psychoaktywnymi.

800 100 100 – Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawach bezpieczeństwa dzieci.

To bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna i online dla rodziców i nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia i informacji w zakresie przeciwdziałania i pomocy dzieciom przeżywającym kłopoty i 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. Telefon prowadzi Fundacja Dzieci Niczyje. Linia dostępna od poniedziałku do piątku w godzinach 12:00 – 18:00, pomoc online

dostępna pod adresem pomoc@800100100.pl lub www.800100100.pl/napisz. W 2015 roku 61 kontaktów z Telefonem 800 100 100 dotyczyło kontaktów dzieci z substancjami psychoaktywnymi.

800 12 12 12 - Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka.

Osoby poszukujące pomocy oraz informacji na temat dopalaczy mogą korzystać także z telefonu zaufania Rzecznika Praw Dziecka. Numer przeznaczony jest zarówno dla dzieci, jak i dorosłych, którzy chcą zgłosić problemy dzieci. Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.15 do 20.00. Po godzinie 20.00 oraz w dni wolne od pracy, każdy może przedstawić problem i zostawić numer kontaktowy.

22 583-66-00 Rzecznik Praw Dziecka

112 - Jednolity numer alarmowy obowiązujący na terenie całej Unii Europejskiej.

801 140 068 POMARAŃCZOWA Linia - program informacyjno-konsultacyjny dla rodziców dzieci pijących alkohol i zażywających narkotyki

- czynny od poniedziałku do piątku w godz. 14-20
- porady/konsultacje on-line – pomoc@pomaranczowalinia.pl

800 120 002 Ogólnopolskie pogotowie dla ofiar przemocy w rodzinie "Niebieska Linia" (przemoc, przemoc w rodzinie, przemoc w relacjach)

- 800 120 002 – telefon zaufania (czynny przez całą dobę)
- niebieskalinia@niebieskalinia.info – poradnia mailowa
- 22 250 63 12 – telefon dla specjalistów (czynny środy – 10.00–13.00)
- koordynatorzy@niebieskalinia.info – poradnia mailowa dla specjalistów

ITAKA – antydepresyjny telefon zaufania

tel. 22 654 40 41 czynny w poniedziałki od 17.00 do 20.00.

Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw Depresji

tel. 22 594 91 00 czynny w każdą środę i czwartek od 17.00 do 19.00