

Rzecznik Praw Dziecka

Dzieci i młodzież w kryzysie psychicznym, które mają problemy w domu, w szkole, w tym w relacjach rówieśniczych, przy zapewnieniu **anonimowości** i pełnej dyskrecji, mogą skontaktować się ze specjalistami i otrzymać fachowe wsparcie w najtrudniejszych sytuacjach.

W ramach działań telefonów/infolinii specjaliści świadczą również wsparcie osobom dorosłym, opiekunom i nauczycielom, którzy mają problemy z dorastającymi dziećmi.

Załączone telefony gwarantują szybki dostęp do informacji i wsparcia, jak również podejmowanie interwencji w sprawach ważnych z punktu widzenia zdrowia psychicznego i bezpieczeństwa dzieci oraz młodzieży.

[Rzecznik Praw Dziecka \(brpd.gov.pl\)](http://brpd.gov.pl) - *strona internetowa*

Jeśli przeżywasz trudności i myślisz o odebraniu sobie życia lub chcesz pomóc osobie zagrożonej samobójstwem pamiętaj, że możesz skorzystać z bezpłatnych numerów pomocowych:

800 70 2222

CAŁODOBOWY

Centrum Wsparcia dla osób dorosłych w kryzysie psychicznym

800 12 12 12

CAŁODOBOWY

Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

116 111

CAŁODOBOWY

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

116 123

CAŁODOBOWY

Telefon wsparcia emocjonalnego dla dorosłych

112

Numer alarmowy w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia

Inne numery telefonów pomocowych znajdziesz na stronach:

www.zapobiegajmysamobojstwom.pl
www.zwjz.pl/bezplatne-numery-pomocowe
www.pokonackryzys.pl



Ministerstwo
Zdrowia



Zadanie realizowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025, finansowane przez Ministra Zdrowia.

➔Rzecznik Praw Dziecka

ul. Chocimska 6 , 00-791 Warszawa

telefon: (22) 583 66 00

fax: (22) 583 66 96

e-mail: rpd@brpd.gov.pl

Biuro jest czynne od poniedziałku do piątku w godzinach od 08:15 do 16:15