

Szkoła Podstawowa w Chociszewie

WAŻNE TELEFONY

1. Pomoc dla dzieci i młodzieży

116 111 – TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

Zadzwoń lub napisz, gdy coś Cię martwi, masz jakiś problem, nie masz z kim porozmawiać lub wstydzisz się o czymś opowiedzieć. Telefon jest czynny 7 dni w tygodniu przez całą dobę, czat na stronie www.116111.pl codziennie w godzinach 14:00-24:00. Pomoc świadczona przez konsultantów telefonu 116 111 jest całkowicie bezpłatna i anonimowa.

2. Pomoc dla dorosłych w sprawach dzieci

800 100 100 – TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI W SPRAWIE 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 lub w domu, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystywanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, uzależnienia, depresja i myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania. Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 12:00-18:00, a usługa jest bezpłatna.

3. Pomoc dla dzieci i dorosłych

800 12 12 12 – TELEFON ZAUFANIA RZECZNIKA PRAW DZIECKA

Tu również możesz zadzwonić, gdy nie wiesz z kim porozmawiać, a coś bardzo Cię martwi. Możesz tam także zgłaszać takie sytuacje, które według Ciebie są niesprawiedliwe i masz poczucie, że ktoś zachował się nie tak jak powinien – np. złamał prawo. Telefon jest bezpłatny i jest czynny siedem dni w tygodniu przez całą dobę.

4. Pomoc dla dzieci i dorosłych

116 000 – TELEFON W SPRAWIE ZAGINIONEGO DZIECKA I NASTOLATKA

Telefon jest skierowany do rodziców i opiekunów, którym zaginęło dziecko. Mogą także dzwonić zaginione dzieci oraz wszystkie osoby, które mogą pomóc w ich odnalezieniu. Telefon działa 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu i jest bezpłatny.

Szkoła Podstawowa w Chociszewie

5. Pomoc dla dzieci i dorosłych

801 120 002 – OGÓLNOPOLSKI TELEFON DLA OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE „NIEBIESKA LINIA”

Zadzwoń, jeśli ktoś w Twojej rodzinie krzywdzi Cię – bije lub obraża. Możesz tam opowiedzieć o swojej sytuacji i dowiedzieć się, gdzie szukać pomocy w Twoim otoczeniu. Telefon działa przez całą dobę.

6. Pomoc dla dorosłych

800 676 676 – INFOLINIA RZECZNIKA PRAW OBYWATELSKICH

Można tutaj uzyskać podstawowe informacje o prawach człowieka i kompetencjach RPO oraz dowiedzieć się wszystkiego o prawie antydyskryminacyjnym. Doświadczeni prawnicy starają się udzielić niezbędnych informacji bądź pomóc skierować sprawę do właściwej instytucji. Telefon jest czynny w poniedziałek w godz. 10:00-18:00 oraz od wtorku do piątku w godz. 8:00-16:00, a połączenia są bezpłatne.

7. Pomoc dla dorosłych

116 123 – OGÓLNOPOLSKA PORADNIA TELEFONICZNA DLA OSÓB PRZEŻYWAJĄCYCH KRYZYS EMOCJONALNY

Skorzystaj z niego, jeśli jesteś osobą dorosłą i przeżywasz trudności osobiste, nie potrafisz poradzić sobie ze swoim zmartwieniem. Możesz tam dzwonić od poniedziałku do piątku w godzinach 14:00-22:00, a połączenia są bezpłatne. <http://116123.edu.pl/>

8. Pomoc dla dorosłych

800 120 226 – POLICYJNY TELEFON ZAUFANIA DLA OSÓB DOTKNIĘTYCH PRZEMOCĄ W RODZINIE

Pod tym numerem telefonu można uzyskać wsparcie w sytuacji przemocy w rodzinie. Specjaliści obsługujący linię udzielają informacji na temat procedury "Niebieskiej Karty", np. jakie inne podmioty poza policją, mogą ją założyć. Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 9:30-15:30, a połączenia są bezpłatne.

Szkoła Podstawowa w Chociszewie

9. Pomoc dla dzieci i dorosłych

801 190 990 – OGÓLNOPOLSKI TELEFON ZAUFANIA „UZALEŻNIENIA”

To miejsce, gdzie osoby z problemami związanymi z uzależnieniem i ich bliscy mogą otrzymać wsparcie, porozmawiać z wykwalifikowanymi konsultantami oraz uzyskać informacje na temat leczenia, terapii i innych form pomocy. Telefon Zaufania jest dostępny dla osób z całej Polski i działa codziennie w godzinach 16:00-21:00. Pomoc udzielana przez telefon jest anonimowa, bezpieczna i oparta na zasadzie zaufania.

10. Pomoc dla młodzieży

22 635 93 92 – Telefon grupy edukatorów seksualnych "PONTON"

Raz w tygodniu, w piątek pod tym numerem, w godzinach 16:00-20:00 wolontariusze – edukatorzy seksualni Grupy "Ponton" – udzielają porad w zakresie antykoncepcji, asertywności, zdrowia seksualnego, ciała i higieny, seksualności, relacji i przemocy seksualnej. Opłata za połączenie z numerem zgodnie z cennikiem operatora.