

Gdzie możesz szukać pomocy?

- 112 – numer alarmowy, pod który możesz zadzwonić zawsze, gdy znajdziesz się w niebezpiecznej sytuacji. Zadzwonić pod ten numer, jeśli uważasz, że potrzebna jest interwencja policji, straży pożarnej lub pogotowia.
 - policja – 112 lub 997
 - pogotowie ratunkowe – 112 lub 998
1. Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka: 800 12 12 12
 - dla wszystkich dzieci które potrzebują pomocy; działa 7 dni w tygodniu przez całą dobę, numer bezpłatny, jeśli dzwonisz z telefonu stacjonarnego lub za pośrednictwem strony internetowej Rzecznika Praw Dziecka www.brpd.gov.pl
 2. telefon zaufania dla dzieci i młodzieży – 116 111 (bezpłatna linia)
 - wsparcie dla dzieci, które czują się dyskryminowane, doświadczają przemocy lub są jej świadkiem
 - rozmowy: o przyjaźni, miłości, dojrzewaniu, kontaktach z rodzicami, rodzeństwem, problemach w szkole czy emocjach, których doświadczają
 3. Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”
 - tel. 801 12 00 02 (płatny pierwszy impuls, linia czynna od poniedziałku do soboty w godzinach 8.00-22.00, w niedziele i święta w godzinach 8.00-16.00)
 - tel. (22) 666 28 50 — dyżur prawny (linia płatna, czynna w poniedziałek i wtorek w godzinach 17.00-21.00),
 - poradnia e-mailowa: niebieskalinia@niebieskalinia.info
 4. Policyjny Telefon Zaufania tel. 800 120 226 (linia bezpłatna przy połączeniu z telefonów stacjonarnych, czynna codziennie w godzinach od 9.30 do 15.30, od godz. 15.30 do 9.30 włączony jest automat).
 5. Ogólnopolski Telefon Niebieska Linia: 801 120 002; 22/668 70 00; 22/666 10 36 13

Lokalne instytucje, organizacje i służby, które zajmują się interwencją i pomocą w sytuacjach krzywdzenia dzieci

- Ośrodki pomocy społecznej — pomogą Ci w sprawach socjalnych, bytowych i prawnych.
- Powiatowe centra pomocy rodzinie — pomogą Ci w zakresie prawnym, socjalnym, terapeutycznym lub udzielą informacji na temat instytucji lokalnie działających w tym zakresie w Twojej miejscowości.
- Ośrodki interwencji kryzysowej — zapewnią schronienie Tobie i Twojej rodzinie, gdy jesteś ofiarą przemocy w rodzinie, udzielą Ci pomocy i wsparcia w przezwyciężeniu sytuacji kryzysowej, a także opracują plan pomocy.
- Ośrodki wsparcia — zapewnią schronienie Tobie i Twojej rodzinie, gdy jesteś ofiarą przemocy w rodzinie, udzielą Ci pomocy i wsparcia w przezwyciężeniu sytuacji kryzysowej.
- Specjalistyczne ośrodki wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie — zapewnią bezpłatne schronienie Tobie i Twojej rodzinie, gdy jesteś ofiarą przemocy w rodzinie, oraz udzielą Ci specjalistycznej pomocy, w tym: pomocy psychologicznej, prawnej, socjalnej, terapeutycznej i medycznej, oraz wsparcia w przezwyciężeniu sytuacji kryzysowej, a także opracują plan pomocy.
- Prokuratura, Policja — możesz tam złożyć zawiadomienie o przestępstwie znęcania się popełnionym na Twoją szkodę lub na szkodę Twoich bliskich i poprosić o udzielenie podstawowej informacji prawnej.
- Centrum Interwencji Kryzysowej
- Centrum Pomocy Dziecku
- Dzielnicowy

ZAGROŻENIA W INTERNECIE, ZGŁOSZENIA NIELEGALNYCH TREŚCI W INTERNECIE

Dyżurnet.pl To punkt kontaktowy, w którym możesz zgłaszać informacje o wszystkich nielegalnych i niepokojących Cię treściach znalezionych w Internecie. Jeśli specjaliści z dyżurnet.pl uznają, że znalezione przez Ciebie treści są

nielegalne – poinformują o tym policję lub prokuraturę. Twoje zgłoszenie może być anonimowe, to znaczy, że nikt nie dowie się o tym, że to Ty zgłosiłeś nielegalne treści. Nielegalne treści możesz zgłosić poprzez: stronę www.dyzurnet.pl, e-mail: dyzurnet@dyzurnet.pl lub całodobowy telefon 801 615 005. Koszt jak w przypadku połączenia lokalnego.

NARKOTYKI, UZALEŻNIENIA

801 199 990 Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania to numer, pod którym uzyskasz pomoc oraz wsparcie, jeśli Twój problem związany jest z narkotykami i uzależnieniem od narkotyków. Możesz zadzwonić zarówno wtedy, gdy problem dotyczy Ciebie, jak i wtedy, kiedy zauważysz, że problem z narkotykami ma osoba w Twoim otoczeniu. Telefon jest czynny codziennie od 16:00 do 21:00.