

## **TELEFONY ZAUFANIA - NIE JESTEŚ SAM !**

### ■ TELEFON do Rzecznika Praw Dziecka: **800 12 12 12**

Bezpłatny numer, pod którym dzieci i młodzież mogą otrzymać wsparcie psychologiczne.

Telefon i czat internetowy czynne przez całą dobę, siedem dni w tygodniu.

Czat nie wymaga logowania oraz instalowania żadnej aplikacji.

Połączenia telefonicznie są bezpłatne.

Rozmówcy mają zapewnioną dyskrecję i anonimowość.

Szczegółowe informacje na stronie Rzecznika Praw Dziecka:

<https://brpd.gov.pl/dzieciocy-telefon-zaufania-rzecznika-praw-dziecka>

---

### ■ TELEFON ZAUFANIA dla każdego: **116111**

Złość ? Smutek ? Lęk ? Z nami możesz porozmawiać o wszystkim !

Wszyscy mamy pytania. Znajdź odpowiedź na swoje pytania...

Więcej informacji na stronie:

<https://116111>

---

