

### ***Dla dzieci i młodzieży***

*116 111 (całodobowo)*

*800 080 222 (całodobowo)*

*800 121 212 (całodobowo)*

### ***Dla dorosłych w sprawach dzieci***

*800 100 100 (pon.-pt. 12-15)*

*800 080 222 (całodobowo)*

*800 121 212 (całodobowo)*

### ***Antydepresyjny telefon forum przeciw depresji***

*22 594 91 00 (śr.-czw. 17-19)*

### ***Telefon do pogadania***

*800 012 005 (codziennie 12-20)*