

Kujawsko-Pomorskie działa z GŁOWĄ!

TELEFONY WSPARCIA

TELEFON WSPARCIA 800 080 222

Bezpłatna, ogólnopolska infolinia dla dzieci, młodzieży, rodziców i nauczycieli. Telefon czynny od poniedziałku do piątku, w godzinach 13.00-20.00.

TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI 116 111

Bezpłatny, ogólnopolski telefon zaufania dla dzieci i młodzieży.

TELEFON ZAUFANIA MŁODYCH 22 484 88 04

Telefon czynny od poniedziałku do piątku, w godzinach 13.00-20.00.

ANTYDEPRESYJNY TELEFON ZAUFANIA 22 484 88 01

Telefon czynny od poniedziałku do środy w godzinach od 15.00 do 20.00.

TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI 800 100 100

Bezpłatna infolinia, czynna od poniedziałku do piątku w godzinach od 12.00 do 18.00.

DZIECIĘCY TELEFON ZAUFANIA RZECZNIKA PRAW DZIECKA 800 12 12 12

Numer bezpłatny, czynny codziennie, 24 godziny na dobę. W dni powszednie w godzinach 9-14 dyżurują także następujący specjaliści: poniedziałek – z zakresu spraw socjalnych, wtorek - z zakresu zdrowia, środa i piątek – prawnik, czwartek – z zakresu edukacji i wychowania.

TUMBOLINIA - POMAGA POMOC DZIECIOM I MŁODZIEŻY W ŻAŁOBIE 800 111 123

Numer czynny od poniedziałku do piątku, w godzinach 12.00-18.00.

TELEFON ZAUFANIA „UZALEŻNIENIA BEHAWIORALNE” 801 889 880

Numer bezpłatny, czynny codziennie w godzinach 17.00-22.00.

NUMER SOS LINIA POMOCY POKRZYWDZONYM 222 309 900

Linia całodobowa dla osób pokrzywdzonych przestępstwem i świadków.

LINIA WSPARCIA DLA OSÓB W ŻAŁOBIE 800 108 108

Bezpłatny telefon wsparcia dla osób w żałobie, od poniedziałku do piątku w godzinach 14.00 – 20.00.

STRONY INTERNETOWE

Gdzie szukać pomocy w sytuacjach kryzysowych? <http://www.pokonackryzys.pl/>

Wszystko o DEPRESJI <https://depresja.org/>

Internetowa platforma edukacyjno-pomocowa „Życie warte jest rozmowy” <https://zwjr.pl/>

Lista i mapa Ośrodków Interwencji Kryzysowej <http://www.oik.org.pl/>

Lista i mapa Centrów Zdrowia Psychicznego dla dorosłych <https://czp.org.pl/#mapa>

CZAT SOS DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

<https://czat.brpd.gov.pl/>

Czat dla dzieci i młodzieży całodobowo, 7 dni w tygodniu

OŚRODKI ŚRODOWISKOWEJ OPIEKI PSYCHOLOGICZNEJ I PSYCHOTERAPEUTYCZNEJ DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

(świadczenia finansowane ze środków NFZ, stan na wrzesień 2023 r.)

1. MONASTI Rafał Drączkowski w Aleksandrowie Kujawskim, ul. Wojska Polskiego 12A/22D, tel. 56 477 88 57
2. NZOZ Poradnia Zdrowia Psychicznego "STAWOWA" w Bydgoszczy, ul. Nakielska 81, tel. 52 364 15 35
3. NZOZ Ośrodek Profilaktyki, Diagnostyki i Terapii Zdrowia Psychicznego Małgorzata Prystupa w Bydgoszczy, ul. Jana III Sobieskiego 1, tel. 82 564 36 32
4. NZOZ Ośrodek Profilaktyki, Diagnostyki i Terapii Zdrowia Psychicznego Małgorzata Prystupa w Inowrocławiu, ul. Szklarska 1, tel. 82 564 36 32
5. EZRA UKSW Sp. z o.o. w Rypinie, ul. Młyńska 4, tel. 576 175 777
6. MENTAL LIFE Sp. z o.o. w Sępólnie Krajeńskim, ul. Kościuszki 22B, tel. 734 427 035
7. OPTIMA CARE Sp. z o.o. w Świeciu, ul. Ks. Kardynała Stefana Wyszyńskiego 15, tel. 571 330 330
8. MONASTI Rafał Drączkowski w Toruniu, ul. Szosa Chełmińska 146B, tel. 56 477 88 57
9. NZOZ REMEDIS Sp. z o.o. w Toruniu, ul. Stanisław Moniuszki 39, tel. 56 66 00 114
10. "Szpital Tucholski" Sp. z o.o. w Tucholi, ul. Kościuszki 16, tel. 52 334 38 63
11. OPTIMA CARE Sp. z o.o. w Wąbrzeźnie, ul. Wolności 15, tel. 786 310 230
12. Centrum Medyczne Multimed Tadeusz Jucyk Spółka z o.o. we Włocławku, ul. Piekarska 5, tel. 533 613 613
13. NZOZ REMEDIS Sp. z o.o. w Lubiczu Górnym, ul. Lipnowska 86, tel. 56 66 00 114
14. OPTIMA CARE Sp. z o.o. w Chełmnie, ul. Łunawska 1, tel. 510 011 551
15. OPTIMA CARE Sp. z o.o. w Żninie, ul. 700-lecia 40/1, tel. 510 012 340
16. NZOZ Ośrodek Profilaktyki, Diagnostyki i Terapii Zdrowia Psychicznego Małgorzata Prystupa w Mroczy, ul. Nakielska 5, tel. 82 564 36 32
17. Poradnia Psychologiczna dla Dzieci i Młodzieży w Brodnicy ul. Dworcowa 1A, tel. 883 010 610
18. Kujawsko-Pomorski Ośrodek Wsparcia Psychologicznego w Grudziądzu, ul. Wiślana 12, tel. 537 170 117
19. MENTAL LIFE Sp. z o.o. w Mogilnie, ul. Padniewska 6, tel. 523 257 732
20. Kujawsko-Pomorski Ośrodek Wsparcia Psychologicznego w Lipnie, ul. Mickiewicza 41, tel. 530 012 828
21. NZOZ REMEDIS Sp. z o.o. w Toruniu, ul. Stanisław Moniuszki 37A/2, tel. 56 66 00 114

PORADNIE PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNE

Zlokalizowane są w każdym powiecie lub mieście na prawach powiatu. Wykaz poradni psychologiczno-pedagogicznych w województwie kujawsko-pomorskim znaleźć można na stronie www.rspo.gov.pl (opcja „Wyszukiwarka zaawansowana” – w kategorii „Typ szkoły/placówki” zaznacz „Poradnia psychologiczno-pedagogiczna”)