

## **TELEFONY ZAUFANIA:**

**800 12 12 12 - Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka  
czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 8.15 – 20.00**

**116 111 - telefon zaufania dla dzieci i młodzieży  
czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 12.00 – 20.00**

**801 12 00 02 – telefon „niebieska linia” Stowarzyszenie na Rzecz Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie  
czynny od poniedziałku do soboty 10.00 – 22.00, w niedziele i święta 8.00 – 16.00**



## **STRONY INTERNETOWE, GDZIE RÓWNIEŻ MOŻESZ SZUKAĆ POMOCY:**

<http://www.116111.pl/>

<http://www.telefonzaufania.org.pl/>

<http://brpd.gov.pl/telefon-zaufania>

