

116 111	Telefon Zaufania Dla Dzieci i Młodzieży Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę- czynne 7 dni w tygodniu/24h
116 123	Telefon Zaufania dla Osób Dorosłych w Kryzysie Emocjonalnym Instytut Psychologii Zdrowia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego - czynne 7 dni w tygodniu/24h
800 100 100 Fdds.pl	Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci Fundację Dajemy Dzieciom Siłę - poniedziałku do czwartku w godz. 10:00-14:00, a w piątki w godz. 12:00-15:00.
800 108 108 Zwjr.pl	Wsparcie dla osób po stracie bliskich (będących w żałobie) Życie Warto Jest Rozmowy – czynny od poniedziałku do piątku od 14:00 do 20:00
Fundacja „Nagle Sami”	Na stronie możliwość rezerwacji wsparcia psychologicznego, udziału w grupach wsparcia dla osób w żałobie https://naglesami.org.pl/pomoc-psychologiczna-zaloba-kryzys/
800 111 123 Tumbopomaga.pl	Pomoc dzieciom i młodzieży w żałobie oraz ich rodzicom, opiekunom i nauczycielom Tumbo Pomaga, czynny od poniedziałku do piątku od 14:00 do 18:00
608 271 402 Fundacjaipw.org	Telefon zaufania dla mężczyzn Instytut Przeciwdziałania Wykluczeniu – wtorki 17:00-19:00, środy 18:00- 20:00, czwartki 19:00-21:00
800 119 119 800119119.pl	Telefon i czat zaufania dla dzieci i młodzieży Towarzystwo Przyjaciół Dzieci – czynny codziennie od 14:00 do 22:00
800 800 602 Slonienabalkonie.pl	Telefon dla rodziców i opiekunów dzieci w kryzysie Fundacja Słonie Na Balkonie- od poniedziałku do piątku 16:00- 20:00
800 012 005 Telefonpogadania.pl	Telefon dla osób potrzebujących wsparcia i rozmowy Stowarzyszenie „Telefon Pogadania” – codziennie 12:00- 20:00
22 484 88 01 Stopdepresji.pl	Antydepresyjny telefon zaufania Fundacja ITAKA- Czynny od poniedziałku do piątku od 15:00 do 20:00
800 702 222 Centrumwsparcia.pl	Centrum wsparcia dla osób dorosłych w kryzysie psychicznym, pomoc psychologiczna, prawna, socjalna i inne. Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Kryzysie Psychicznym – grafik dyżurów na stronie
800 121 212 Brpd.gov.pl	Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka. czynne 7 dni w tygodniu/24h
22 594 91 00 Forumprzeciwdepresji.pl	Antydepresyjny telefon wsparcia Forum Przeciw Depresji – czynne środa - czwartek 17:00 – 19:00
22 425 98 48	Telefoniczna pierwsza pomoc psychologiczna czynna od poniedziałku do piątku w godzinach 17:00-20:00, a w soboty od 15:00 do 17:00

Gdzie szukać pomocy w Policach:

- **Centrum Usług Społecznych:** Siedlecka 2a, 72-010 Police,
tel. 91 42 43 840.
- **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Policach:** ul. Korczaka 5, 72-010 Police
tel: 91 317 67 29
- **Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Policach:** Dział Poradnictwa Specjalistycznego i Interwencji Kryzysowej, ul. Szkolna 2, 72-010 Police,
tel. 91 317 02 28, 91 42 40 700.
- **Grupa wsparcia w kryzysie:** Gmina Police, tel. 739 064 535
- **Gminny Punkt Interwencji Kryzysowej:** Police, ul. Piaskowa 97 (budynek OSiR),
dyżur prawnika: wtorki 16:00-19:00, tel. 519 178 573, dyżur terapeuty: czwartki
15:00-19:00, tel. 604 481 186.
- **Gminny Punkt ds. Uzależnień:** Police, ul. Piaskowa 97 (budynek OSiR).