

Wykaz telefonów, adresów instytucji świadczących wsparcie ofiarom przemocy

Możesz zadzwonić do:

1. Ogólnopolskiego Pogotowia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”
tel. **800 12 00 02** (linia całodobowa i bezpłatna),
 - a) W poniedziałki w godz. 18:00 – 22:00 można rozmawiać z konsultantem w języku angielskim,
 - b) We wtorki w godz. 18:00 – 22:00 można rozmawiać z konsultantem w języku rosyjskim,
2. Telefoniczna Poradnia Prawna:
 - a) Poniedziałek, wtorek godz. 17:00 – 21:00 – tel. **22/666 28 50**
 - b) Środa godz. 18:00 – 22:00 – tel. **800 120 002**
Opłata za połączenie z nr 22/666 28 50 za każdą minutę połączenia, zgodnie z posiadanym przez Państwa taryfikatorem.
3. Poradnia e-mailowa: niebieskalinia@niebieskalinia.info,
4. SKYPE (pogotowie, niebieska, linia) – poniedziałek w godz. 13:00 – 15:00
kontakt ze specjalistą z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie, który posługuje się językiem migowym,
5. Policyjny Telefon Zaufania dla osób doznających przemocy domowej tel. **800 120 226** (linia bezpłatna przy połączeniach z telefonów stacjonarnych, czynna codziennie w godzinach od 9:30 – 15:30, poza tymi godzinami włączony jest automat,
6. Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka – **800 12 12 12**,
7. Telefon Zaufania dla dzieci i młodzieży – **116 111**,
8. Telefon wsparcia emocjonalnego dla dorosłych – **116 123**,
9. Ogólnokrajowa Linia Pomocy Pokrzywdzonym tel. +48 **222 309 900** przez całą dobę można anonimowo uzyskać informacje o możliwości uzyskania pomocy, szybką poradę psychologiczną i prawną, a także umówić się na spotkanie ze specjalistami w dowolnym miejscu na terenie Polski. Możliwe są konsultacje w językach obcych oraz w języku migowym,
10. Zagrożenie zdrowia i życia – **112**,
11. <http://www.opspragapolnoc.waw.pl/>- OPS Praga Północ.