



Potrzebujesz
pomocy?

Wiesz, że ktoś
potrzebuje
pomocy?

Zadzwoń
lub napisz!

☎ 116 111

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

116111.pl

Czynny codziennie, całodobowo, bezpłatny

☎ 800 702 222

**Centrum wsparcia dla osób
w stanie kryzysu psychicznego**

liniawsparcia.pl

Czynny codziennie, całodobowo, bezpłatny

☎ 800 120 002

**Niebieska Linia – telefon dla osób
doświadczających przemocy**

niebieskalinia.info

Czynny codziennie, całodobowo, bezpłatny

☎ 800 012 005

Telefon Pogadania dla seniorów

telefonpogadania.pl

Czynny codziennie 15.00 – 20.00, bezpłatny

Lista miejsc udzielających pomocy dostępna na stronach:
kulczykfoundation.org.pl/czulosc-i-wolnosc i wysokieobcasy.pl/czulosciwolnosc

112 – numer alarmowy

AKCJA SPOŁECZNA KULCZYK FOUNDATION, WYSOKICH OBCASÓW I GAZETY WYBORCZEJ