

Poniżej zamieszczamy przydatne linki i numery telefonów do instytucji wspierających dzieci oraz rodziców.



<https://brpd.gov.pl/strefa-dziecka/>

Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka. Możesz tam zgłaszać takie sytuacje, które według Ciebie są niesprawiedliwe i masz poczucie, że ktoś zachował się nie tak jak powinien – np. złamał prawo.



<https://116111.pl/>

Telefon Zaufania skierowany jest do dzieci i młodzieży. Możesz do nas zadzwonić codziennie, 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu. Możesz także zarejestrować się na naszej stronie i napisać do nas wiadomość.



<http://www.niebieskalinia.org/>

Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie "Niebieska Linia"



<https://liniawsparcia.pl/>

Linia Wsparcia 800 70 2222 jest linią całodobową i bezpłatną dla osób dzwoniących. Pod telefonem, mailem i czatem dyżurują psycholodzy Fundacji ITAKA udzielający porad i kierujący dzwoniące osoby do odpowiedniej placówki pomocowej w ich regionie.