

www.116111.pl

Martwisz się czymś? Nie wiesz co masz robić?
Chcesz wiedzieć więcej?
Poszukaj informacji.



Kłótnie
rodziców



Samotność
Nieśmiałość
Miłość



Przemoc
fizyczna,
psychiczne,
seksualna
Cyberprzemoc



Dorastanie



Zaburzenia
odżywiania,
Autoagresja,
Używki,
Myśli
samobójcze

- W Polsce działa wiele telefonów pomocowych dla dzieci i młodzieży. Różny jest ich zasięg oraz profil tematyczny. Nieliczne telefony zaufania dla dzieci, dzięki współpracy z polskimi operatorami telekomunikacyjnymi, mają zasięg ogólnopolski i są bezpłatne dla wszystkich korzystających z ich oferty.
- Dzieci powinny znać te numery, by w trudnych sytuacjach życiowych mogły uzyskać pomoc i wsparcie nawet wtedy, gdy wstydzą się bądź boją powiedzieć o swoich problemach rodzicom lub opiekunom.
- Razem z konsultantami telefonów zaufania, mogą zastanowić się, jak powiedzieć o trudnościach rodzicom, czy nauczycielom, kogo w swoim środowisku poprosić o pomoc.



Bezpłatny telefon zaufania
dla dzieci i młodzieży





Przez 7 dni w tygodniu w godzinach 12:00 - 20:00 czekamy na Twój telefon. Nie będziemy Cię oceniać, ani pouczać. Wysłuchamy Twojego problemu i razem z Tobą zastanowimy się nad najlepszym rozwiązaniem problemu!



Opracowaliśmy łatwe do zapamiętania zasady **ABCD**:



Anonimowo - Dzwoniąc do nas nie musisz podawać swojego imienia, nazwiska ani adresu zamieszkania.



Bezpłatnie - Połączenie z numerem 116 111 jest bezpłatne zarówno z telefonów komórkowych, jak i stacjonarnych.



Chętnie - Jesteśmy gotowi rozmawiać z Tobą o każdej ważnej dla Ciebie sprawie. Jeśli będzie Ci to potrzebne, możemy umówić się na kolejną rozmowę.

Dyskretnie - Wszystko o czym nam powiesz, zostanie między Tobą a konsultantami 116 111. Jeśli poprosisz nas o pomoc w rozwiązaniu Twoich problemów lub zgodzisz się na to, żeby Ci pomóc – zajmiemy się tym.

