

## **Pomoc psychologiczna przez telefon**

### **DLA DZIECI:**

**42 71 55 738** - poniedziałek - piątek 8.00-19.00 - Specjalistyczny Psychiatryczny Zespół Opieki Zdrowotnej w Łodzi szpital im. Babińskiego. Istnieje również możliwość umówienia tą drogą konsultacji lekarskich

**116 111** - całodobowo - Bezpłatny Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

**800 12 12 12** - poniedziałek - piątek 8.15-16.00 - Bezpłatny Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

### **DLA DOROSŁYCH:**

**42 71 55 737** - poniedziałek - piątek 8.00-19.00 - Specjalistyczny Psychiatryczny Zespół Opieki Zdrowotnej w Łodzi szpital im. Babińskiego. Istnieje również możliwość umówienia tą drogą konsultacji lekarskich

**800-70-22-22** - całodobowo - Centrum Wsparcia Dla Osób W Stanie Kryzysu Psychicznego. Więcej informacji o dyżurach znajduje się na stronie: [www.linia wsparcia.pl](http://www.linia wsparcia.pl)

**116 123** - poniedziałek - niedziela 14.00-22.00 - Bezpłatny Kryzysowy Telefon Zaufania dla Dorosłych.

**800 100 102** - całodobowo - Infolinia Wsparcia Psychologicznego

**888 960 980, 888 900 980** - poniedziałek - niedziela 10.00-18.00 - psychologiczna pomoc telefoniczna Fundacji Vis Salutis

**739 903 452, 739 903 453** - poniedziałek - piątek 12.00-17.00 - Łódzki Telefon Życzliwości dla osób starszych

**22 635 09 54** - poniedziałki, środy i czwartki 17.00-20.00 - telefon zaufania dla osób starszych

**800 108 108** - poniedziałek - piątek 14.00-20.00 - bezpłatny telefon wsparcia dla osób po stracie bliskich (będących w żałobie) Fundacji Nagle Sami

Psychologowie dla społeczeństwa - wsparcie telefoniczne i online. Lista specjalistów wraz z danymi do kontaktu dostępna jest na stronie: [www.psychologowie-dla-spoleczenstwa.pl/kontakt](http://www.psychologowie-dla-spoleczenstwa.pl/kontakt)

Wsparcie psychologiczne dla kadry medycznej na czas pandemii - lista psychoterapeutów i telefony kontaktowe na stronie: [www.csk.umed.pl](http://www.csk.umed.pl)