

Wakacyjne godziny działania Regionalnego Interwencyjnego Telefonu Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

Do zapamiętania! Wakacyjne godziny działania telefonu.

Regionalny Interwencyjny Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży w wakacje na:

- **Snapchacie**
- **Messengerze**

Na kontakt od młodych ludzi czekają specjaliści - interwenci kryzysowi posiadający doświadczenie w pracy z dziećmi i młodzieżą.

Wsparcie można uzyskać na Snapchacie i Messengerze (#pogadajmytutaj) w godzinach 18.00 do 21.00.

!Telefon działa 7 dni w tygodniu!

Tu uzyskasz wsparcie w sytuacjach obniżenia nastroju, stresu, kryzysów emocjonalnych, nagromadzenia negatywnych myśli czy konfliktów rodzinnych, a także związanych bezpośrednio z zagrożeniem zdrowia lub życia, w przypadku pojawienia się myśli i planów samobójczych, zachowań autoagresywnych, autodestrukcyjnych, ryzykownych (związanych z nadużywaniem alkoholu, narkotyków i innych substancji psychoaktywnych) oraz wystąpieniem przemocy domowej.

Masz problem? Nie wahaj się i pisz do nas!