**TELEFONY ZAUFANIA – Gdzie możesz szukać pomocy?**

Niebezpieczne sytuacje

● **Numer 112** to numer alarmowy, pod który możesz zadzwonić, gdy znajdziesz się w niebezpiecznej sytuacji. Zadzwoń pod ten numer, jeśli uważasz, że potrzebna jest interwencja policji, straży pożarnej lub pogotowia. ofiary i świadkowie przemocy

● **Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka** 800 12 12 12 to telefon skierowany do wszystkich dzieci, które potrzebują pomocy. Jeśli zadzwonisz pod ten numer, będziesz mógł/mogła porozmawiać ze specjalistą, który postara Ci się pomóc lub za pośrednictwem strony internetowej Rzecznika Praw Dziecka www.brpd.gov.pl. Numer 800 12 12 12 jest bezpłatny, jeśli dzwonisz z telefonu stacjonarnego lub telefonów komórkowych. Telefon działa od poniedziałku do piątku w godzinach 8:15-20:00.\*

 ● **Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży** 116 111. Fundacja Dzieci Niczyje Fundacja uruchomiła bezpłatny telefon zaufania dla dzieci i młodzieży. Jeżeli czujesz się krzywdzony i potrzebujesz pomocy – możesz zadzwonić pod numer 116 111. Specjaliści porozmawiają z Tobą o każdym problemie, z którym nie potrafisz sobie poradzić, i udzielą Ci pomocy. Telefon działa 7 dni w tygodniu w godzinach 12.00-20.00\*. Pytania możesz też zadawać przez stronę internetową: ⎫ [www.116111.pl](http://www.116111.pl)

 ● **Niebieska linia** 801 12 00 02 To numer, pod który mogą dzwonić ofiary przemocy w rodzinie a także osoby, które usłyszały o takiej przemocy lub są jej świadkami. Płatny jest pierwszy impuls połączenia (według stawki operatora). Telefon jest czynny od poniedziałku do soboty w godzinach 8:00-22:00 oraz w niedziele i święta w godzinach 8:00-16:00.\*

 Zagrożenia w internecie, zgłoszenia nielegalnych treści w internecie

 ● **Dyżurnet.pl** To punkt kontaktowy, w którym możesz zgłaszać informacje o wszystkich nielegalnych i niepokojących Cię treściach znalezionych w internecie. Jeśli specjaliści z dyżurnet. pl uznają, że znalezione przez Ciebie treści są nielegalne – poinformują o tym policję lub prokuraturę. Twoje zgłoszenie może być anonimowe, to znaczy, że nikt nie dowie się o tym, że to Ty zgłosiłeś nielegalne treści. Nielegalne treści możesz zgłosić poprzez: stronę ⎫ www.dyzurnet.pl., e-mail: dyzurnet@dyzurnet.pl lub całodobowy telefon 801 615 005. Koszt jak w przypadku połączenia lokalnego.

● **Fundacja Kidprotect.pl** Jeżeli podczas korzystania z internetu zetknąłeś się z pedofilem lub podejrzewasz, że mógł to być pedofil – koniecznie zgłoś tę informację na stronie internetowej: ⎫ www.hotline.stoppedofilom.pl. Możesz zrobić to anonimowo. Specjaliści ustalą, czy faktycznie mogło dojść do przestępstwa. Jeśli tak – niezwłocznie przekażą sprawę policji.

● **Helpline**  www.helpline.org.pl; 800 100 100. Helpline pomaga młodym internautom w sytuacjach, gdy spotykają się z zagrożeniami w internecie oraz podczas korzystania z telefonów komórkowych. Na stronie internetowej znajdują się porady na temat zapobiegania niebezpiecznym sytuacjom, a także informacje o tym, jak radzić sobie, gdy taka sytuacja już Cię spotka. Połączenie z numerem 800 100 100 jest bezpłatne. Telefon działa od poniedziałku do piątku w godzinach 11:00-17:00\*.

Dzieci uchodźców lub imigrantów

● **Polska Akcja Humanitarna** – Centrum Pomocy Uchodźcom i Repatriantom Jeśli jesteś uchodźcą i potrzebujesz informacji lub pomocy albo uważasz, że Twoje prawa są łamane – specjaliści z Polskiej Akcji Humanitarnej postarają się pomóc w rozwiązaniu problemu. Zadzwoń pod numer telefonu: 22 828-88-82 wew. 250. Opłata według stawek operatora. Możesz również wejść na stronę www.uchodzcydoszkoly.pl, na której znajdziesz wiele przydatnych informacji.

 ● **Helsińska Fundacja Praw Człowieka** Jeżeli jesteś uchodźcą i uważasz, że Twoje prawa są łamane – porady mogą Ci udzielić prawnicy z Helsińskiej Fundacji Praw Człowieka. Znajdziesz ich pod numerem telefonu: 22 556 44 66. Opłata według stawek operatora. Strona internetowa Helsińskiej Fundacji Praw Człowieka: [www.hfhrpol.waw.pl](http://www.hfhrpol.waw.pl)

Narkotyki, uzależnienia

● **Monar** 801 199 990 Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania, to numer, pod którym uzyskasz pomoc oraz wsparcie, jeśli Twój problem związany jest z narkotykami i uzależnieniem od narkotyków. Możesz zadzwonić zarówno wtedy, gdy problem dotyczy Ciebie, jak i wtedy, kiedy zauważysz, że problem z narkotykami ma osoba w Twoim otoczeniu. Telefon jest czynny codzienne od 16:00 do 21:00\*. Koszt całego połączenia – 35 gr.

 Dzieci najuboższe

● **Caritas Polska** To organizacja, która może Ci pomóc, jeśli Twoi rodzice lub opiekunowie znaleźli się w trudnej sytuacji finansowej. Może sfinansować Twoje obiady w szkole, kupić wyprawkę do szkoły bądź dofinansować wycieczkę klasową. Caritas ma ponad czterdzieści placówek w całej Polsce. Mapka i telefony kontaktowe do poszczególnych placówek znajdują się na stronie internetowej: ⎫ www.caritas.pl/kontakty.php. Możesz również zadzwonić pod jeden z numerów: 22 3348500, 22 3348585. Opłata według stawek operatora. Pracownicy Caritas na pewno udzielą Ci potrzebnych informacji.

 \*Godziny działania telefonów mogą ulec zmianie.