

## Wykaz telefonów, adresów i instytucji świadczących wsparcie ofiarom przemocy

1. **800 70 2222** - Linia wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego 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
2. **116 123** - Ogólnopolska Poradnia Telefoniczna dla Osób Przeżywających Kryzys Emocjonalny, wsparcie w kryzysie emocjonalnym bezpłatnie, całodobowo, 7 dni w tygodniu
3. **22 594 91 00** - Antydepresyjny Telefon Forum Przeciwko Depresji, wsparcie w depresji bezpłatnie, środy i czwartki w godz. 17.00-19.00
4. **800 108 108** - Telefon wsparcia dla osób w żałobie i po stracie bezpłatnie, w dni powszednie w godz. 14.00-20.00
5. **112** - numer alarmowy bezpłatnie, całodobowo, 7 dni w tygodniu
6. **800 12 00 02** - Ogólnopolski telefon dla ofiar przemocy w rodzinie „Niebieska Linia”, adres e-mail [niebieskalinia@niebieskalinia.info](mailto:niebieskalinia@niebieskalinia.info)
7. **58 511 01 21** Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Gdańsku (**czynny całą dobę**), e-mail: [goik@gdansk.gda.pl](mailto:goik@gdansk.gda.pl)

Specjaliści OIK służą wsparciem:

- w sytuacjach zagrażających zdrowiu lub życiu człowieka (przemoc, próby samobójcze, klęski żywiołowe), w obliczu innych poważnych zagrożeń i kryzysów (nadużycia seksualne, uzależnienie),
  - w sytuacjach trudnych psychologicznie (utrata bliskiej osoby, rozwód, konflikty rodzinne, bezrobocie), osobom przeciążonym psychicznie, żyjącym w stanie przewlekłego stresu,
  - osobom przeżywającym nagłą niekorzystną zmianę w życiu (ciężka choroba, zdrada partnerska, utrata pracy).
  - Wsparcie dla osób doświadczających przemocy domowej, tel. kom.: **797 909 112** (całodobowo). Pomocna strona na FB: [OIK Profil](#).
8. Delegat ds. Ochrony Dzieci i Młodzieży w Archidiecezji Gdańskiej, Ks. Mirosław Piskozub email: [delegat@diecezjagdansk.pl](mailto:delegat@diecezjagdansk.pl), tel: **799 097 137**