

Lp.	Nazwa	Numer telefonu	Czas	Uwagi/strony internetowe ze szczegółowymi informacjami
1.	Młodzieżowy Telefon Zaufania	116 111	Czynny całodobowo	Połączenie bezpłatne www.116111.pl Anonimowo
2.	Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży	800 080 222	Czynny całodobowo	Jeżeli nie chcesz rozmawiać przez telefon – wejdź na stronę www.liniadzieciom.pl i opisz swój problem w wiadomości, możesz też porozmawiać na czacie. Anonimowo
3.	Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka	800 12 12 12	całodobowy	https://brpd.gov.pl
4.	Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Łodzi	(42) 630-11-02	Czynny całodobowo	Bezpłatna pomoc psychologiczną, dostęp do konsultacji w zakresie poradnictwa dotyczącego przemocy oraz pomocy prawno-socjalnej.
5.	Centrum Wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego	800 70 22 22	Czynny całodobowo	Połączenie bezpłatne https://liniawsparcia.pl Anonimowo
6.	Telefon Zaufania dla Osób Dorosłych w Kryzysie Emocjonalnym	116 123	Czynny od poniedziałku do piątku od godz. 14.00-22.00	Połączenie bezpłatne http://www.psychologia.edu.pl/kryzysy-osobiste/telefon-kryzysowy-116123.html Anonimowo
7.	Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw Depresji	22 594 91 00	Czynny w każdą środę i czwartek od 17.00 do 19.00.	https://forumprzeciwdepresji.pl/antydepresyjny-telefon Konsultacje z psychiatrą
8.	Ogólnopolski Telefon Dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”	800 12 00 02	Czynny całodobowo	Połączenie bezpłatne Anonimowo
9.	Anonimowa policyjna linia specjalna „Zatrzymać przemoc”	800 120 148	Czynny całodobowo	Połączenie bezpłatne Anonimowo
10.	Przemoc domowa	800 112 800	Czynny całodobowo	Połączenie bezpłatne Anonimowo
11.	PORADNIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO dla Dzieci i Młodzieży przy Szpitalu 91-229 Łódź ul. Aleksandrowska 1	42 652-92-14 42 7155-819	Godziny pracy Poradni: od poniedziałku do czwartku 7.30- 20.00, piątek 7.30-14.30	Izba przyjęć Szpitala na Aleksandrowskiej 159 całodobowo