

## Gdzie szukać wsparcia

### Telefony zaufania

- Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka – 800 12 12 12, [czat.brpd.gov.pl](http://czat.brpd.gov.pl)
- Telefon Zaufania Dla Dzieci i Młodzieży – 116 111, [www.116111.pl](http://www.116111.pl)
- Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie – 22 668 70 00
- Policyjny telefon zaufania ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie – 800 120 226
- Telefon dla nauczycieli i rodziców (Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę) – 800 100 100
- Kryzysowy telefon zaufania – 116 123
- Inne telefony – <https://zwjr.pl/bezplatne-numery-pomocowe>

### Urzędy i instytucje publiczne

- Rzecznik Praw Dziecka – [www.rpd.gov.pl](http://www.rpd.gov.pl)
- Rzecznik Praw Obywatelskich – [www.rpo.gov.pl](http://www.rpo.gov.pl)
- Punkty nieodpłatnej pomocy prawnej – [www.gov.pl/web/nieodplatna-pomoc](http://www.gov.pl/web/nieodplatna-pomoc)
- Państwowa Komisja ds. wyjaśniania przypadków czynności skierowanych przeciwko wolności seksualnej i obyczajności wobec małoletniego poniżej lat 15 – [www.pkdp.gov.pl](http://www.pkdp.gov.pl)

### Organizacje pozarządowe

- Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę – [www.fdds.pl](http://www.fdds.pl)
- Fundacja Orange – [www.fundacja.orange.pl](http://www.fundacja.orange.pl)
- Fundacja Unaweza – <https://www.unaweza.org>
- Fundacja Twarze Depresji – [www.twarzedepresji.pl](http://www.twarzedepresji.pl)
- Fundacja Można Zwariować – <https://moznazwariowac.pl>
- Niebieska Linia – <https://www.niebieskalinia.pl>

