

EMOCINĖ PARAMA TEIKIAMA ŠIAIS KONTAKTAIS:

Skambučiai visais šiais numeriais yra nemokami.

Visos konsultacijos yra anonimiškos ir konfidencialios.

	8 800 28888	I-VII visą parą	www.jaunimolinija.lt
	116111	I-VII 11:00 - 23:00	https://www.vaikulinja.lt
 Parama teikiama rusų kalba.	8 800 77277	I-VII 16:00 - 19:00	
	116 123	I-VII visą parą	https://www.viltieslinija.lt
Parama teikiama suaugusiems			
	8 800 66366	I-VII visą parą	https://pagalbosmoterimslinja.lt
	8 670 00027	I-V 10:00 - 14:00	https://www.vyrulinija.lt
		Veikia visą parą	https://goo.gl/LqNKhV

Programėlė „Pagalba Sau“ ne tik padeda stebėti savo būseną, bet ir suteikia informaciją, kur kreiptis ar nukreipti kitą, prireikus pagalbos.