



# ZRÓB PIERWSZY KROK, DALEJ PÓJDZIEMY RAZEM!

## Pomocy!

boję się, jest mi źle...

116-111 — Telefon Zaufania Dla Dzieci i Młodzieży

800 12 12 12 — Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

801 199 990 — Ogólnopolski Telefon Zaufania „Narkotyki – Narkomania”

801 889 880 — Telefon Zaufania "Uzależnienia behawioralne"

Szukaj na stronie

[www.niebieskalinia.pl](http://www.niebieskalinia.pl)

Pod tymi numerami czekają na Ciebie specjaliści gwarantujący anonimowość i bezpieczeństwo.  
Są po to, żebyś nie był sam ze swoimi problemami. Zadzwoń!