

Potrzebujesz pomocy? Nie jesteś sam

14.07.2025 r.

Informacja dla dzieci i młodzieży w czasie wakacji

Potrzebujesz pomocy? Nie jesteś sam/sama

Czasem każdy z nas może czuć się smutny, zagubiony, zestresowany albo przestraszony. Jeśli coś Cię martwi, jeśli ktoś Cię krzywdzi, albo po prostu potrzebujesz kogoś, kto Cię wysłucha – są miejsca, do których możesz się zgłosić.

Gdzie szukać pomocy?

Centrum Usług Społecznych w Solcu Kujawskim, Plac Jana Pawła II 4

- tu możesz osobiście porozmawiać z psychologiem w każdy czwartek w godz. 12.00-18.00
- po umówieniu się na wizytę pod nr tel. 668 378 876
- w robocze dni tygodnia w godz. 8.30-15.15

Dzieciocy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka – 800 12 12 12

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży – 116 111

Kujawsko-Pomorska Niebieska Linia - dla osób doświadczających przemocy

- telefon zaufania 800 154 030

- codziennie w godz. 17.00-21.00

W nagłych przypadkach, w sytuacji zagrożenia życia przyjmuje:

Psychiatryczna Izba Przyj??

Szpital im. Jurasza w Bydgoszczy, ul. Marii Skłodowskiej-Curie 9, tel. 52/ 585 42 69, 52/585 42 55

Psychiatryczna Izba Przyj??

Centrum Medyczne Gizi?scy w Bydgoszczy, ul. Le?na 9a, (wej?cie z ty?u budynku – wjazd od ul. Le?nej), tel. 667 770 773

Pami?taj nie musisz radzi? sobie sam/sama.

Szukanie pomocy to oznaka si?y, a nie s?abo?ci.

[Powrót](#)

- [Print](#)
- [Download PDF](#)
- [All news](#)
- [Archive](#)