

# Regionalny Interwencyjny Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

Regionalny Interwencyjny Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

**POGADAJMY**

Zadzwoń codziennie w godz.  
**15<sup>00</sup> - 18<sup>00</sup>**

**726 611 611**

W kontakcie na Snapchacie i Messengerze  
**(pogadajmy tutaj)**  
napisz w godz. **18<sup>00</sup> - 21<sup>00</sup>**

Z Regionalnego Interwencyjnego Telefonu Zaufania mogą korzystać dzieci i młodzież z województwa łódzkiego oraz ich rodzice i opiekunowie. Interwencje prowadzone są w takich sytuacjach jak: obniżenie nastroju, stres, kryzysy emocjonalne, nagromadzenie negatywnych myśli czy konflikty, a także związanych bezpośrednio z zagrożeniem zdrowia lub życia: myśli i plany samobójcze, zachowania autoagresywne, autodestrukcyjne, ryzykowne (związane z nadużywaniem alkoholu, narkotyków i innych substancji psychoaktywnych) oraz wystąpienie przemocy w rodzinie.