

GDY MASZ WRAŻENIE LUB CZUJESZ, ŻE:

- JESTEŚ OSAMOTNIONY(A) I NIEROZUMIANY(A) W GRUPIE, KLASIE, SZKOLE, W DOMU
- NIKT CIĘ NIE SŁUCHA I NIE LICZY SIĘ Z TWOIM ZDANIEM
- TWOIM PROBLEMEM W SZKOLE JEST HEJT LUB AGRESJA ZE STRONY KOLEGÓW
- NIE MOŻESZ POGODZIĆ SIĘ Z CHOROBAŁ SVOJĄ LUB BLISKIEJ CI OSOBY
- NIE AKCEPTUJESZ SWOJEGO WYGLĄDU
- KTOŚ ROBI COŚ WBREW TWOJEJ WOLI
- TWOJE ŻYCIE STRACIŁO SENS
- POGUBIŁE(A)Ś SIĘ W ŻYCIU
- NIE MASZ Z KIM POROZMAWIAĆ O WAŻNYCH, TRUDNYCH LUB WSTYDLIWYCH DLA CIEBIE SPRAWACH -

ZADZWOŃ, NAPISZ, POROZMAWIAJ... Z KAŻDEJ SYTUACJI JEST WYJŚCIE.

Telefony zaufania funkcjonują po to, by dać Ci wsparcie. Dyżurują przy nich osoby, które chętnie Cię wysłuchają i pomogą w trudnej dla Ciebie sytuacji.

NIE BĘDĄ CIĘ OCENIAĆ, KRYTYKOWAĆ I WYŚMIEWAĆ. MOŻESZ LICZYĆ NA DYSKRECJĘ I POZOSTANIESZ ANONIMOWY.

Osoba po drugiej stronie zawsze znajdzie dla ciebie czas, wysłucha, doradzi, podpowie, wesprze oraz udzieli porady.

PAMIĘTAJ NIE JESTEŚ SAM!