

Telefoni za pomoč v stiski

Klic v duševni stiski

01 520 99 00 (vsak dan med 19. in 7. uro zjutraj).

Zaupna telefona Samarijan in Sopotnik

116 123 (24 ur/na dan, vsak dan). Klic je brezplačen.

TOM telefon za otroke in mladostnike

116 111 (vsak dan med 12. in 20. uro) Klic je brezplačen.



Internet kot podporni medij ob duševni stiski

#tosemjaz

Spletni portal namenjen otrokom in mladostnikom.

www.tosemjaz.net

Med.Over.Net

Spletni portal na temo zdravja, duševnega zdravja in drugih področjih.

www.med.over.net

NeBojSe

Spletni portal Društva za pomoč osebam z depresijo in anksioznimi motnjami DAM.

www.nebojse.si

Živ?Živ!

Spletna postaja za razumevanje samomora in pomoči, ki je na voljo.

www.zivziv.si

