**PSICHOLOGINĖS PAGALBOS GALIMYBĖS VAIKAMS IR TĖVAMS**

**Šiaulių r. švietimo pagalbos tarnyba**

V. Dambrausko g. 17-2, Kuršėnai

Tel.: +370 600 27589, +370 600 27031, +370 675 21899

El. p.: psichologas.spt@gmail.com

**PAGALBA INTERNETU**

***„Vaikų linija“***

<https://www.vaikulinija.lt/ieskantiems-pagalbos/vaikams-ir-paaugliams/#sidebar>

***„Jaunimo linija“***

Nenori skambinti? Parašyk!

<https://www.jaunimolinija.lt/lt/pagalba/pagalba-laiskais/>

Pokalbiai internetu:

[www.jaunimolinija.lt/pokalbiai-internetu](http://www.jaunimolinija.lt/pokalbiai-internetu)

Pokalbiai vyksta III ir V 18.00-22.00 val., VI 13.00-17.00 val.

***„Vilties linija“***

Parašyk 116123@viltieslinija.lt

***„Pagalbos moterims linija“***

pagalba@moteriai.lt**,** <https://pagalbosmoterimslinija.lt/>

**PAGALBA TELEFONU**

(skambučiai šiais numeriais yra nemokami iš bet kokio tinklo)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Emocinės paramos tarnyba** | **Telefono numeris** | **Darbo laikas** |
| ***Vaikų linija*** | 116 111 | Kasdien (11.00-23.00) |
| ***Jaunimo linija*** | (8 800) 28888 | Kasdien visą parą |
| ***Tėvų linija*** | (8 800) 90012 | Darbo dienomis (17.00-21.00) |
| ***Vilties linija*** | 116 123 | Kasdien visą parą |
| ***Pagalbos moterims linija*** | (8 800) 66 366 | Kasdien visą parą |
| ***Linija Doverija*** *(pagalba teikiama rusų kalba)* | (8 800) 77 277 | II–VI (16.00-20.00) |