

# Pagalbos telefonai

Parengė socialinė pedagogė

Ramunė Vaiginienė

**ŠIAIS**  
**NUMERIAIS NEMOKAMAI**  
**GALIMA SKAMBINTI IŠ**  
**VISOS LIETUVOS**

# Emocinė parama telefonu

Eil. nr.	Emocinės paramos tarnyba	Telefono numeris	Darbo laikas
1	Jaunimo linija Budi savanoriai konsultantai	8 800 28888	I-VII visą parą
2	Vaikų linija Budi savanoriai konsultantai, specialistai	116 111	I-VII 11:00 - 21:00
3	Linija Doverija (pagalba teikiama rusų kalba) Budi savanoriai konsultantai. Pagalba skirta paaugliams ir jaunimui.	8 800 77277	I-V 16.00 - 20.00
4	Pagalbos moterims linija Budi specialistai, savanoriai konsultantai	8 800 66366	I-V 10:00 - 21:00
5	Vilties linija Budi specialistai, savanoriai konsultantai	116 123	I-VII visą parą

# Emocinė parama internetu

Eil. nr.	Emocinės paramos tarnyba	Interneto adresas	Atsakymo laikas
1	Jaunimo linija	Registruotis ir rašyti svetainėje: <a href="http://www.jaunimolinija.lt/internetas">http://www.jaunimolinija.lt/internetas</a>	Atsako per 2 dienas
2	Vaikų linija	Registruotis ir rašyti svetainėje: <a href="http://www.vaikuliniija.lt">http://www.vaikuliniija.lt</a>	Atsako per 2 dienas
3	Vilties linija	Rašyti svetainėje: <a href="http://paklausk.kpsc.lt/contact.php">http://paklausk.kpsc.lt/contact.php</a> arba <a href="mailto:vilties.linija@gmail.com">vilties.linija@gmail.com</a>	Atsako per 3 darbo dienas
4	Pagalbos moterims linija	Rašyti el. paštu: <a href="mailto:pagalba@moteriai.lt">pagalba@moteriai.lt</a>	Atsako per 3 darbo dienas

**Daugiau informacijos  
adresu <http://www.vpsc.lt/>**

- **Marijampolės pedagoginė psichologinė tarnyba**
  - Bažnyčios g. 19, LT – 68298, Marijampolė
  - Tel. (8-343) 50472
  - [info@marijampoleppt.lt](mailto:info@marijampoleppt.lt)

# Psichikos sveikatos centrai Marijampolėje

- **Marijampolės PSC**
  - **Registratūra:** 8-695 80050, 8-343 73655
  - **El. p.** [info@psichikossveikatoscentras.lt](mailto:info@psichikossveikatoscentras.lt)
  - **Adresas:** Sporto g. 2, Marijampolė

# Psichikos sveikatos centrai Marijampolėje

- **VšĮ Marijampolės pirminės sveikatos priežiūros centras, psichikos sveikatos kabinetai**
  - **Registratūra:** 8-343-52311 (vaikų), 8-343-94029, 8-630-06099
  - **El. p.** [info@marijampolespspc.lt](mailto:info@marijampolespspc.lt)
  - **Adresas:** P. Kriaučiūno g. 2, Marijampolė