

# Psichologinė pagalba Vilniuje

## Psichologinės pagalbos telefonai:

- „Jaunimo linija“ – [www.jaunimolinija.lt](http://www.jaunimolinija.lt) – psichologinę pagalbą telefonu teikia savanoriai konsultantai | 8-800 28888. Skambučiai telefonu 8-800 linija yra nemokami | Kasdien | Visą parą.
- „Vaikų linija“ – [www.vaikulinija.lt](http://www.vaikulinija.lt) – pagalbą telefonu teikia savanoriai konsultantai bei profesionalai psichologai | 116 111 | Kasdien 11.00-21.00.
- „Vilties linija“ – psichologinė pagalba suaugusiems – psichologinę pagalbą telefonu teikia savanoriai ir psichikos sveikatos profesionalai psichologai | 116 123 | Kasdien | Visą parą.
- „Linija Doverija“ – psichologinė pagalba teikiama rusų kalba, psichologinę pagalbą teikia savanoriai konsultantai. Pagalba skirta paaugliams ir jaunimui – 8-800 77277 | I-V 16.00-20.00.
- „Pagalbos moterims linija“ – [www.moteriai.lt](http://www.moteriai.lt) | 8 800 66366 – tai anonimiška psichologinė pagalba telefonu | Darbo dienomis 10.00-21.00.

## Psichologinė (emocinė) pagalba internetu:

- „Jaunimo linija“, reikalinga registracija – [www.jaunimolinija.lt/internetas/](http://www.jaunimolinija.lt/internetas/) – psichologinė pagalba jaunimui. Į laiškus atsako „Jaunimo linijos“ savanoriai konsultantai. Atsako per 3 dienas.
- „Vaikų linija“ taip reikalinga registracija – [www.vaikulinija.lt](http://www.vaikulinija.lt) – psichologinė pagalba vaikams. Į laiškus atsako savanoriai konsultantai. Atsako per 2 dienas.
- „Pagalbos moterims linija“ – [www.moteriai.lt](http://www.moteriai.lt) | [pagalba@moteriai.lt](mailto:pagalba@moteriai.lt) | Tai anonimiška psichologinė pagalba moterims. Atsako 3 dienas.

## Psichologinė nemokama pagalba Vilniuje:

- Krizių įveikimo centre – Giedraičių g. 60A, Vilnius – [www.krizesiveikimas.lt](http://www.krizesiveikimas.lt) – teikiama *nemokama psichologinė pagalba* kiekvieną darbo dieną nuo 16 iki 20 val., šeštadieniais 12-16 val. Tuo metu galima ateiti pas budintį psichologą arba skambinti jam telefonu – 8-640 51555. *Psichologo konsultacijos* nemokamos, be išankstinės registracijos, amžiaus apribojimų nėra.
- Vilniaus universiteto vaikų ligoninės filialo – Vaiko raidos centro Vaikų ir paauglių krizių intervencijos skyrius – Vytauto g.15, Vilnius. *Psichologinė pagalba* teikiama visą parą, čia teikiama trumpalaikė kompleksinė psichologinė pagalba vaikams, patyrusiems psichologinę, fizinę ar seksualinę prievartą, išgyvenantiems bendraamžių patyčias, galvojantiems apie savižudybę. Telefonas *Vilniuje* – 8 (5) 2757564.

## Psichologinė nemokama pagalba SKYPE (skambučiai):

- Krizių įveikimo centras – [www.krizesiveikimas.lt](http://www.krizesiveikimas.lt). *Nemokama psichologinė pagalba internetu Skype* teikiama darbo dienomis nuo 16 iki 20 val. ir šeštadieniais 12-16 val. budi psichologas. Skype vardas: krizesiveikimas

## Daugiau apie nemokamas psichologines paslaugas teikiančias organizacijas:

- Jaunimo psichologinės paramos centro internetu puslapyje – [www.jppc.lt](http://www.jppc.lt)
- Lietuvos telefoninių psichologinės pagalbos tarnybų asociacijos interneto svetainėje – <http://www.klausau.lt>