**EMOCINĖ PAGALBA TELEFONU**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Emocinės pagalbos tarnyba** | **Telefono numeris** | **Darbo laikas** |
| **„Jaunimo linija“**  Budi savanoriai konsultantai | 8 800 28888 | I-VII  visą parą |
| „**Vaikų linija“**  Budi savanoriai konsultantai, profesionalai | 116 111 | I-VII  11:00 – 21:00 |
| **„Pagalbos moterims linija“**  Budi profesionalai, savanoriai konsultantai | 8 800 66366 | I-VII  10:00 – 21:00 |
| **„Vilties linija“**  Budi profesionalai, savanoriai konsultantai | 116 123 | I-VII  visą parą |

PASTABA: Skambučiai į visas linijas nemokami.

**EMOCINĖ PAGALBA INTERNETU**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Emocinės pagalbos tarnyba** | **Adresas** | **Darbo laikas** |
| **„Vaikų linija“** | http://www.vaikulinija.lt | Atsako per dvi dienas |
| **„Jaunimo linija“** | http://www.jaunimolinija.lt/internetas | Atsako per dvi dienas |
| **„Pagalbos moterims linija“** | pagalba@moteriai.lt | Atsako per tris darbo dienas |
| **„Vilties linija“** | http://paklausk.kpsc.lt/contact.php arba vilties.linija@gmail.com | Atsako per tris darbo dienas |

**NEMOKAMA PSICHOLOGINĖ PAGALBA MARIJAMPOLĖS SAVIVALDYBĖJE**

**Marijampolės savivaldybės Pedagoginė psichologinė tarnyba (Bažnyčios g. 19)**(vaikams iki 21 m.)Tel.(8343)50472  
<http://www.marijampoleppt.lt/>

Darbo laikas:

I–IV 8.00–17.00 val.

V 8.00–15.45 val.

Pietų pertrauka 12.00–12.45 val.

**Marijampolės socialinės pagalbos centras**(globėjų šeimoms, šeimoms kurioms teikiamos socialinės paslaugos arba taikomas atvejo vadybos procesas)  
<http://www.mspc.lt/>  
Tel. (8 343) 55 426  
P. Kriaučiūno g. 2, Marijampolė  
Darbo laikas: I–IV 8.00–17.00 val. V 8.00–15.45 val.  
Pietų pertrauka 12.00–12.45 val.

**Marijampolės savivaldybės  Bendruomeniniai šeimos namai**(Teikiama nemokama psichologinė pagalba šeimoms gyvenančioms Marijampolės savivaldybėje).  
Vytauto g. 17, Marijampolė 308 kab.  
Tel. 8 684 90 685  
El. p. bendruomeniniai@mspc.lt  
Facebook : Marijampolės Bendruomeniniai Šeimos Namai

**Priklausomybių konsultantas**Konsultacijos vyksta Varpo g. 13, Marijampolė  
pirmadieniais ir ketvirtadieniais 16.45 - 19.45 val.  
Registracija tel. 8 657 41 695

**VšĮ Marijampolės pirminės sveikatos priežiūros centras**<http://marijampolespspc.lt/>  
Kriaučiūno g. 2, Marijampolė  
Tel. (8 343) 94 021  
Darbo laikas: I–V 8.00–17.00 val.

**UAB „MEDGINTRAS“**Sporto g. 2, Marijampolė  
Tel. (8 343) 73 655  
Darbo laikas: I–V 8.00–17.00 val.

**Nacionalinė platforma „Tu esi“**

[www.tuesi.lt](http://www.tuesi.lt/) skirta tiek savižudybės krizę išgyvenančiam žmogui, tiek šalia jo esančiam artimajam bei profesionalią pagalbą teikiantiems specialistams.