

EMOCINĖS PARAMOS PASLAUGOS

„Vilnius sveikiau“

- Individualios psichologų konsultacijos;
- Psichikos sveikatos stiprinimui skirti grupiniai užsiėmimai.

 vilniussveikiau.lt

Krizių įveikimo centras

- Parama gyvai ar nuotoliniu būdu I–V 16.00–20.00 ir VI 12.00–16.00 lietuvių kalba (pagal poreikį konsultuoja rusų, lenkų ir anglų kalbomis);

 8 640 51555

 krizesiveikimas.lt

- Mobilioji psichologinių krizių komanda I–VII 8.00–20.00.  1815

Pagalba nusižudžiusių artimiesiems



Savitarpio pagalbos grupės nusižudžiusių artimiesiems.

 artimiems.lt


Vilniaus miesto poliklinikos

Gydytojo psichiatro, medicinos psichologo konsultacijos

VšĮ Centro poliklinika

 (8 5) 265 8564/ (8 5) 244 2244 (d.d. 7.00–20.00)
 pylimas.lt

Budinčio gydytojo tarnyba (BGT)



 (8 5) 251 4063 (I–IV 20.00–7.00, V 20.00–8.00. Poilsio dienomis 8.00–7.00, švenčių dienomis – visą parą)

VšĮ Šeškinės poliklinika

 (8 5) 234 7486 (d. d. 7.00–20.00)

 poliklinika.lt

VšĮ Karoliniškių poliklinika

 (8 5) 245 8417 (d. d. 7.00–20.00), 8 660 29 183 (skubi pagalba)
 karpol.lt

VšĮ Naujosios Vilnios poliklinika



 (8 5) 260 6860, (d. d. 7.00–20.00)
 nvpoliklinika.lt

VšĮ Antakalnio poliklinika

 (8 5) 234 7486 (d. d. 7.00–20.00)
 antakpol.lt

Paramos vaikams centras


- Konsultacijos ir psichoterapija vaikams bei jų tėvams;
- Konsultuojami smurtą patyrę vaikai ir jų artimieji, rengiami tėvystės įgūdžių mokymai bei mokymai vaikų darželių auklėtojams.

 (8 5) 611 22 612 (I, IV 7.00–16.00, II, III 9.00–18.00)
 pvc@pvc.lt (V 7.00–14.45)

 pvc.lt

VšĮ Vilniaus miesto psichikos sveikatos centras

Antrinio lygio psichiatrijos stacionarinės, dienos stacionaro, ambulatorinės ir psichosocialinės reabilitacijos paslaugos.

 (8 5) 262 5979 (d. d. 8.00–18.00), priėmimo skyrius: (8 5) 261 77217 (visą parą)

 vasaros.lt

Respublikinis priklausomybės ligų centras

Psichiatro ir psichologo paslaugos I–V 7.00–19.00. Konsultacijos lietuvių, rusų kalbomis.

 (8 5) 213 7808

 rplc.lt

EMOCINĖS PARAMOS LINIJOS



Tėvų linija

Pagalba telefonu tėvams, įtėviams, globėjams (I–V 9.00–13.00, 17.00–21.00).

 8 800 90012

Sidabrinė linija

Pagalba telefonu lietuvių ir rusų kalbomis (I–V 8.00–22.00, VI–VII ir švenčių dienomis 11.00–19.00).

 8 800 80020

Linija „Doverija“

Pagalba telefonu paaugliams ir jaunimui rusų kalba (II–VI 16.00–19.00).

 880 077 277

Jaunimo linija

- Pagalba telefonu jaunimui kasdien visą parą;

 8 800 28888

- Pagalba pokalbiais internetu (I–VII 18.00–24.00).

 jaunimolinija.lt

Vaikų linija

- Pagalba telefonu vaikams ir paaugliams (I–VII 14.00–23.00);

 116 111

- Pagalba pokalbiais internetu (I–VII 17.00–23.00).

 vaikulinja.lt

Vilties linija

- Pagalba telefonu kasdien visą parą;

 116 123

- Pagalba pokalbiais internetu (d. d. 17.00–20.00).

 viltieslinija.lt

Pagalbos moterims linija

- Pagalba telefonu moterims kasdien visą parą;

 8 800 66366

- Pagalba el. paštu (atsakoma per 24 valandas);

 pagalbosmoterimslinija.lt

- Pagalba pokalbiais internetu (kasdien 17.00–22.00).

 pagalbosmoterimslinija.lt

Pagalbos vyrams linija „Nelik vienas“

- Pagalba telefonu vyrams (kasdien 18.00–21.00);

 860 411 119

- Pagalba el. paštu;

 pagalba@nelikvienas.lt

- Pagalba pokalbiais internetu (d. d. 18.00–21.00).

 nelikvienas.lt

Vyrų linija

- Pagalba telefonu vyrams lietuvių, rusų, anglų kalbomis (I–V 10.00–14.00);

 8 670 00027

- Pagalba el. paštu (atsako per 3 darbo dienas).

 info@vyrulinija.lt