



# Emocinės paramos linijos



## Linija Doverija

18 800 77277  
Darbo laikas: kasdien 16.00–19.00  
Parama teikiama rusų kalba.

Anoniminė emocinė pagalba paaugliams ir jaunimui telefonu (rusų kalba). Emocinę paramą teikia savanoriai-moksleiviai.



## Vaikų linija



116 111  
Darbo laikas: kasdien nuo 11–23 val.  
vaikulinja.lt

Emocinės paramos tarnyba vaikams ir paaugliams, teikianti nemokamą ir anonimišką pagalbą telefonu bei internetu. Emocinę paramą teikia savanoriai.

## Pagalbos vaikams linija



116 111  
Darbo laikas: darbo dienomis 11–19 val.  
Daugiau informacijos: pagalbavaikams.lt

Vaikų linijos konsultantas gali skambutį sujungti su šia linija, kurios specialistai galės inicijuoti tolesnę pagalbą, palaikyti su Tavimi ryšį problemos sprendimo metu ar atsakyti į Tau rūpimus klausimus. Pagalbą teikia specialistai, įgiję socialinio darbo arba psichologijos krypties kvalifikacijos išsilavinimą.

## Jaunimo linija

8 800 28888  
Darbo laikas: visą parą  
jaunimolinija.lt

Nemokama emocinės paramos linija paaugliams ir suaugusiems. Emocinę paramą teikia savanoriai.



Valgymo sutrikimų linija

Emocinė parama sergantiems valgymo sutrikimais ir jų šeimos nariams

## Valgymo sutrikimų linija

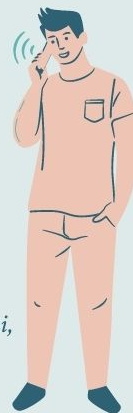
863122777  
Darbo laikas: antradieniais 18–22 val.  
Skype: VSlinija  
Registruotis pokalbiui: info@vpnamai.lt  
www.vpnamai.lt

Emocinė parama valgymo sutrikimų turintiems asmenims ir jų šeimos nariams. Pagalbą teikia savanorių komanda.

## Nelik vienas

8 604 11119  
Darbo laikas: kasdien nuo 18.00–21.00 val.  
El. paštas: pagalba@nelikvienas.lt  
nelikvienas.lt

Tai – pirmoji Lietuvoje specializuota emocinės paramos vyrams linija. Pagalbos linijoje „Nelik vienas“ dirba tiek specialistai, tiek ir savanoriai-konsultantai.



## Vyrų linija

8 670 00027  
Darbo laikas: I–V 10–14 val.  
vyrulinija.lt

Nuotolinė specialistų ir savanorių pagalba visos Lietuvos vyrams. Telefonu konsultuoja specialistai. Laiškais konsultuoja savanoriai, kurie į laišką atsako per 72 val.



## Vilties linija

116 123  
Darbo laikas: visą parą  
viltieslinija.lt



Emocinės paramos tarnyba suaugusiems, teikianti nemokamą, anonimišką emocinę paramą telefonu bei laiškais visos Lietuvos gyventojams. Pagalbą teikia savanoriai ir psichikos sveikatos profesionalai.

## Pagalbos moterims linija



8 800 66366  
Darbo laikas: visą parą  
pagalbosmoterimslinija.lt  
pagalba@moteriai.lt

Nemokama emocinė paramos linija merginoms ir moterims. Pagalbą teikia savanoriai ir psichikos sveikatos profesionalai.