

# Nemokama psichologinė pagalba

## Informacinis bankas

jaunimo linija

<https://jaunimolinija.lt/lt/infobankas/>

Svetainė, kurioje galima rasti savitarpio pagalbos grupes, kontaktus (ne)mokamai psichologinei pagalbai pagal gyvenamuosius miestus.

## Pirminę emocinę (psichologinę) pagalbą teikiančių įstaigų sąrašai

<https://ligoniukasa.lrv.lt/lt/paslaugos/e-paslaugos/kur-kreiptis-emocines-psichologines-pagalbos>



## Krizių įveikimo centras

<http://www.krizesiveikimas.lt>

Nemokama trumpalaikė psichologo konsultacija be išankstinės registracijos.



## „Psy virtual“

<http://www.psyvirtual.lt>

Dvi nemokamos psichoterapeuto konsultacijos vienam svetur gyvenančiam asmeniui.

## Vilniaus miesto socialinės paramos centras

[www.spcentras.lt](http://www.spcentras.lt)

Nemokamos konsultacijos priklausomiems asmenims ir jų artimiesiems.



REPUBLIKINIS  
PRIKLAUSOMYBĖS LIGŲ  
CENTRAS

## Respublikinis priklausomybės ligų centras

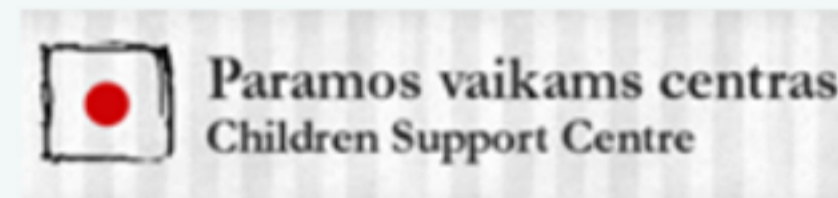
<https://www.rplc.lt/>

Paslaugos teikiamos nepilnamečiams yra nemokamos ir teikiamos neatskleidžiant asmens tapatybės.

## Paramos vaikams centras

<http://www.pvc.lt>

Nemokama psichologinė pagalba vaikams ir šeimoms, patyrusioms smurtą.



## Tu Esi

[tuesi.lt](http://tuesi.lt)

Tu esi 

Interneto svetainė skirta savižudybės krizę išgyvenančiam žmogui, šalia esančiam jo artimajam ir profesionalią pagalbą teikiantiems specialistams. Yra pateikta glausta informacija apie savižudybės rizikos ženklus, pagalbą bei kita svarbi informacija.

## Anoniminiai alkoholikai

<http://www.aalietuvoje.org>

Pagalba norintiems padėti sau ir kitiems sveikti nuo alkoholizmo.

## Valgymo sutrikimų centras

<https://www.vasaros.lt/valgymu-sutrikimu-centras/>

Nemokama psichologinė pagalba valgymo sutrikimų turintiems asmenims.



## Onkopsichologijos ir komunikacijos centras

<https://onkopsichologija.lt/>

Informacija apie nemokamą psichologinę pagalbą onkologine liga sergantiems.



## „Gedintiems“

<http://www.gedintiems.lt>

Pagalba gedintiems, netektį išgyvenančiųjų savipagalbos grupė.



## „Artimiems“

[www.artimiems.lt](http://www.artimiems.lt)

Svetainė nusižudžiusių artimiesiems, nusižudžiusių artimųjų paramos grupė.



Esant aukštai savižudybės rizikai skambinti į 112.

