

## **PAGALBOS GALIMYBĖS ZARASUOSE**

### **DĖL PSICHOLOGINĖS PAGALBOS GALIMA KREIPTIS Į:**

**VŠĮ Zarasų pirminės sveikatos priežiūros centrą (registratūra tel. Nr. (8 385) 53930)**

**Psichologas-psichoterapeutas** priima:

Pirmadienį-antradienį 10.00-18.00 val.

Trečiadienį-penktadienį 8.00-16.00 val.

**Gydytojas psichiatras** priima:

**Pirmadienį-penktadienį** 8.00-11.00 val.

**Gydytojas psichiatras** priima:

Pirmadienį-penktadienį 11.30-16.00 val.

**Zarasų švietimo pagalbos tarnyba tel. Nr. (8 385) 51785**

Psichologas priima:

Antradienį 8.00-17.00 val. (pietų pertrauka 12.00-13.00)

Trečiadienį 8.00-17.00 val. (pietų pertrauka 12.00-13.00)

Penktadienį 12.00-16.00 val.

*Laikas sutiriamas registracijos metu*

### **KITU LAIKU KREIPTIS**

**Poliklinikos nedarbo metu** – į Zarasų ligoninės priėmimo skyrių tel. (8 385) 52135 kasdien, visą parą. Bendruoju pagalbos telefonu 112 visą parą.

**Kilus neaiškumams dėl pagalbos suteikimo, kreipkitės į Zarasų rajono savivaldybės savizudybių prevencijos krizių valdymo komisijos koordinatorius:**

**Savivaldybės gydytoją** tel. Nr. (8 624) 81069

**Tarpinstitucinio bendradarbiavimo koordinatorių** tel. Nr. (8 385) 37103

### **PAGALBA TELEFONU / INTERNETU**

#### **NEMOKAMA PSICHOLOGINĖ PAGALBA TELEFONU**

<b>Psichologinės pagalbos tarnyba</b>	<b>Telefono numeris</b>	<b>Darbo laikas</b>
„Jaunimo linija“	(8 800) 28888	Kasdien, visą parą
„Vaikų linija“	116 111	Kasdien (11.00-23.00 val.)
„Vilties linija“ (psichologinė pagalba suaugusiems)	116 123	Kasdien, visą parą
„Pagalbos moterims linija“	(8 800) 66366	Kasdien, visą parą
„Linija Dovera“ (pagalba teikiama rusų kalba)	(8 800) 77277	Antradienį-šeštadienį (16.00-20.00 val.)
Krizių įveikimo centras	(8 640) 51555	Pirmadienį-penktadienį 16.00-20.00 val. , šeštadienį 12.00-16.00 val.
Vaikų ir paauglių krizių intervencijos skyrius	(8 527) 57564	Kasdien, visą parą

## PAGALBA INTERNETU

[www.jaunimolinija.lt/laiskai](http://www.jaunimolinija.lt/laiskai)  
[www.jaunimolinija.lt/pokalbiai-internetu](http://www.jaunimolinija.lt/pokalbiai-internetu)  
[www.vaikulinija.lt](http://www.vaikulinija.lt)

**Rašyti elektroniniu paštu:**

[vilties.linija@gmail.com](mailto:vilties.linija@gmail.com)  
[pagalba@moteriai.lt](mailto:pagalba@moteriai.lt)  
[psyvirtual@psyvirtual.lt](mailto:psyvirtual@psyvirtual.lt)

**Pagalba nusizudžiusių artimiesiems:**

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

**Rašyti elektroniniu paštu:**

[laukiam@artimiems.lt](mailto:laukiam@artimiems.lt)

<b>PAGALBA LIGONINĖSE VIŠĄ PARĄ (suaugusiems)</b>	
Všį Vilniaus miesto psichikos sveikatos centras, Krizių intervencijos centras	Vasaros g. 5, Vilnius <b>Tel. (8 5) 2617217</b>
Všį Respublikinė Vilniaus psichiatrijos ligoninė, Priėmimo skyrius	Parko g. 21, Vilnius <b>Tel. (8 5) 2671840</b>
Všį Respublikinė Panevėžio ligoninė, Psichiatrijos skyrius, Priėmimo skyrius	Smėlynės g. 25, Panevėžys <b>Tel. (8 45) 507184</b>
Všį Rokiškio psichiatrijos ligoninė, Priėmimo skyrius	Vytauto g. 47, Rokiškis <b>Tel. (8 458) 20103</b>
Všį Respublikinė Kauno ligoninė, Marių ligoninė, Priėmimo skyrius	Žiegdriai, Kauno raj. <b>Tel. (8 37) 568490</b>
<b>PAGALBA LIGONINĖSE VIŠĄ PARĄ (vaikams ir paaugliams)</b>	
Všį Vaikų ligoninės Vaiko raidos centras Vaikų ir paauglių krizių intervencijos skyrius	Santariškių g. 7, Vilnius <b>Tel. (8 5) 2757564</b> Vytauto g. 15, Vilnius (registratūra) <b>Tel. (8 5) 2731422</b>
Všį Respublikinė Vilniaus psichiatrijos ligoninė Universitetinis vaikų ir paauglių skyrius	Parko g. 21, Vilnius <b>Tel. (8 5) 2672726</b> Bendro priėmimo skyrius <b>Tel. (8 5) 2671840</b>
Lietuvos sveikatos mokslo universiteto ligoninė Kauno klinikos, Psichiatrijos klinika, Vaikų ir paauglių psichiatrijos sektorius	Eivenių g. 2, Kaunas Bendras klinikų priėmimo skyrius <b>Tel. (8 37) 326262 (visa parą)</b>
Všį Respublikinė Šiaulių ligoninė, Psichiatrijos klinika, Vaikų ir paauglių psichiatrijos centras	Architektų g. 77, Šiauliai (registratūra) <b>Tel. (8 41) 523911 (8-15 val.)</b> Psichiatrijos klinikos registratūra <b>Tel. (8 41) 524911 (nuo 15 iki 8 val. ryto)</b>