

POTRZEBUJESZ POMOCY? ZADZWOŃ:

CENTRUM WSPARCIA: **800 70 2222**

TELEFON ZAUFANIA DLA DOROSŁYCH: **116 123**

TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY: **116 111**

CZAT I EMAIL: WWW.LINIAWSPARCIA.PL

TELEFONY I ADRESY POMOCOWE: WWW.POKONACKRYZYS.PL

NUMER ALARMOWY: 112

WWW.SUICYDOLOGIA.ORG/ZYCIE-WARTE-JEST-ROZMOWY

To cicha i podstępna choroba często przystonięta maską uśmiechu.

ŚWIATOWY DZIEŃ DEPRESJI 23 LUTEGO 2023

W depresji nie wystarczy wziąć się w garść.

**NIE OCENIAM
AKCEPTUJE**