

Vir: spletna stran

**Pomoč preko telefona**

* **Zaupni telefon Samarijan in Sopotnik:** 116 123
Gre za pomoč odraslim (polnoletnim). Deluje 24 ur na dan.
* **TOM – telefon za otroke in mladostnike:** 116 111
Delujejo vsak dan med 12. in 20. uro.
* **Klic v duševni stiski:** 01 520 99 00
Za vse so dosegljivi vsako noč med 19. in 7. uro zjutraj.
* **Klic v stiski, Tvoj telefon:** 05 720 1720
Na voljo za vse, med 14. in 18. uro.
* **Ženska svetovalnica – krizni center:** 031 233 211

**Pomoč preko foruma**

* Za otroke in mladostnike je na voljo klepetalnica [**Tom-telefona**](https://www.e-tom.si/stopi-v-stik/).
* Za mlade obstaja spletna stran in klepetalnica <https://www.tosemjaz.net/>
* Na voljo je še spletna stran in portal **Društva za pomoč osebam z depresijo in anksioznimi motnjami**, <http://www.nebojse.si/portal/index.php>.
* [www.svetovalnicamuza.si](http://www.svetovalnicamuza.si)
* <http://www.drustvo-zenska-svetovalnica.si/>
* Za vsa ostala vprašanja je na voljo znani slovenski spletni forum [**Med.Over.Net**](https://med.over.net/forum5/).
* O stiskah, nasilju, zlorabah: [www.luninavila.si/storitve/](http://www.luninavila.si/storitve/)

**Druga vrsta pomoči v naši občini**

* [Center za socialno delo Grosuplje](https://www.csd-slovenije.si/csd-ljubljana/enota-grosuplje/) (tel: 01/ 781 80 50)
* [Policijska postaja Grosuplje](https://www.policija.si/o-slovenski-policiji/organiziranost/policijske-uprave/pu-ljubljana-sp-29181/policijske-enote) (tel: 113 ali 01/ 781 83 80)
* [Zdravstveni dom Grosuplje](http://sl.zd-grosuplje.si/) (tel: 112 ali 01/ 781 84 00)
* [Rdeči križ Grosuplje](http://www.grosuplje.ozrk.si/) (tel: 051 380 351)
* **Krizni center za otroke – Hiša zavetja Palčica (tel:** 040 194 193, 040 194 192**)**

**Za več dodatnih možnosti po zunanji pomoči poiščite informacije še na spletnih straneh.**

Naša svetovalna služba je trenutno dosegljiva na:

Petra.hribarhorzelenberg(at)osss.si

Ana.srebrnic(at)osss.si

Kristina.moicevic(at)osss.si

Pavlina.antolic(at)osss.si