**Azonnali segítség**

**Információ vészhelyzet esetén**

Ha krízisben van, vagy úgy érzi, hogy fennáll a veszélye annak, hogy kárt tegyen magában vagy másokban, azonnal hívja fel a

* Lelki Elsősegélyt (**116-123**), vagy
* keressen fel egy szakembert, vagy
* megkeresheti a legközelebbi sürgősségi osztályt is
* Vészhelyzet esetén hívja a **112**-t, vagy a **104**-et (mentő)!

**Lelki elsősegély telefonszolgálat – országos**

telefonszám: **116-123**

Éjjel-nappal mobilról és vezetékes telefonról is ingyenesen hívható

[www.sos505.hu](http://www.sos505.hu/) / 19:00 és reggel 7 között Skype-on is elérhetőek a honlapról.

**Kék vonal (gyermek- és ifjúsági telefonszolgálat)**

telefonszám: **116-111 /** Éjjel-nappal, vezetékesről hívható, ingyenes.

**Délután telefonszolgálat: lelkisegély időseknek**

telefonszám: **06-80-200-866 /** Este 18:00-21:00-ig

**Péterfy Sándor Utcai Kórház Krízisintervenciós és Pszichiátriai Osztály /** 1074 Budapest, Alsó Erdősor u. 7.

telefonszám:06 (1) 322-1896

**Toldy Ferenc Kórház-Rendelőintézet, Pszichiátriai és Addiktológiai Gondozó** /2700 Cegléd, Cegléd, Rákóczi út 7.

telefonszám: 06 (53) 505-650/688