

### Γραμμές ψυχικές βοήθειας για ενήλικες

- Γραμμή Βοήθειας για την Κατάθλιψη: 1034, Προβλήματα ψυχικής υγείας, εξειδίκευση στο θέμα της κατάθλιψης. Τηλεφωνική
- Γραμμή Άμεσης Κοινωνικής Βοήθειας: 197, Εξειδικευμένες υπηρεσίες ψυχοκοινωνικής στήριξης και κοινωνικής αλληλεγγύης.
- Τηλεφωνική Γραμμή Άμεσης Κοινωνικής Βοήθειας: 210197, Εξειδικευμένες υπηρεσίες ψυχοκοινωνικής στήριξης και κοινωνικής αλληλεγγύης.
- Γραμμή SOS Αιγινήτειου: 210-7222333
- Τηλεφωνική βοήθεια για ψυχολογικά προβλήματα.
- Γραμμή SOS της Γενικής Γραμματείας Ισότητας: 15900, Τηλεφωνική βοήθεια και συμβουλές σε γυναίκες θύματα βίας.
- Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης Στρατού, Απευθύνεται στο προσωπικό των ενόπλων δυνάμεων και προσφέρει συμβουλές σε θέματα προσαρμογής στην στρατιωτική ζωή, αλλά και σε θέματα ψυχικής υγείας, άγχους, κατάθλιψης, εθισμού, σχέσεων και συμπεριφοράς κ.α.
- Ανοικτή Τηλεφωνική Γραμμή Ελπίδας Ελληνικής Αντικαρκινικής Εταιρείας: 210-6401200, Ψυχολογική υποστήριξη και συμβουλές σε πάσχοντες από καρκίνο ή σε άτομα του οικογενειακού ή φιλικού τους περιβάλλοντος.
- Γραμμή Βοήθειας για θέματα AIDS Νοσ. Α. Συγγρός: 210-7222222, Συμβουλές και ψυχολογική υποστήριξη για οροθετικούς, ασθενείς με AIDS και τους συγγενείς τους.

### Για παιδιά

- Εθνική Γραμμή Παιδικής Προστασίας: 1107, Άμεση ενημέρωση και επείγουσα συμβουλευτική, ψυχολογική και κοινωνική στήριξη για παιδιά και γονείς.
- Εθνική Γραμμή για τα Παιδιά SOS: 1056
- Δέχεται καταγγελίες για παιδιά-θύματα κακοποίησης. Ψυχολογική στήριξη σε παιδιά και εφήβους και συμβουλευτική σε γονείς και εκπαιδευτικούς.
- Γραμμή του Συνηγόρου του Παιδιού για παιδιά: 800-11-32000, Συμβουλές για τα δικαιώματα του παιδιού (έως 18 ετών), παρέμβαση σε υποθέσεις που αφορούν ενέργειες ή παραλείψεις δημοσίων υπηρεσιών αλλά και ιδιωτών (φυσικών ή νομικών προσώπων).
- Γραμμή Βοήθειας Help-Line: 210-6007686, Απευθύνεται σε παιδιά & εφήβους και τις οικογένειές τους, παρέχοντας υποστήριξη και συμβουλές για θέματα που σχετίζονται με τη χρήση του Διαδικτύου, του κινητού τηλεφώνου και των ηλεκτρονικών παιχνιδιών (παρενόχληση, εξάρτηση, επιβλαβές περιεχόμενο, διαδικτυακή αποπλάνηση, bullying, ρατσιστική συμπεριφορά κ.λπ.).
- Ανοικτή γραμμή εφήβων και νέων του Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Αττικής: 210-3638833 Τηλεφωνική βοήθεια και συμβουλές