

Hová fordulhatsz, ha segítségre van szükséged?

Személyes tanácsadás

SZITI Kulturális és Mentálhigiénés Egyesület

- <http://www.tiszanet.hu/sziti/>
- Dózsa György u. 5. (a Belvárosi híd közelében van)
- E-mail: szitiegyesulet@szitiszeged.hu
- Telefon: 06-62-420-310
- Amit nyújtanak: korosztálytól függetlenül ingyenes pszichológiai tanácsadást pénteken 13:00-15:00 óráig, pályaorientációs tanácsadást hétfőn 14:00-16:00-ig. Ezek helyszíne a Zárda u. 6. szám. Előzetesen jelentkezés szükséges személyesen, telefonon, vagy e-mailben.

Új nemzedék Kontaktpont, Szeged

- <http://ujnemzedek.hu/kontaktpontok/szeged/>
- Mikszáth Kálmán u. 20. a Mars tér mellett.
- Nyitvatartási idő: hétfőtől péntekig 10-18 óráig
- Telefon: +36-30-597-6253, Farkas Zita Gréta
- E-mail: kontaktpont-szeged@unp.hu
- Amit nyújtanak: 12-20 év közti fiataloknak ingyenes pályaorientációs, életvezetési jellegű segítő beszélgetés, diákoknak vállalkozási tanácsadás.

Megálló Közösségi Ház

- <http://www.maszk.hu/megallo/>
- Szeged, Budapesti krt. 23.
- Telefon: +3630/697-2004 - Rostás Viktória, +3630/720-0279 - Újhelyi Andrea
- E-mail: rostas.viki@maszk.hu, ujhelyi.andi@maszk.hu
- Amit nyújtanak: minden érdeklődőnek főként ingyenes csoportos foglalkozásokat (pl. ifjúsági klub, angol klub, fizika korrepetálás középiskolás diákoknak), egyéni pszichológiai, jogi tanácsadást.

Ha pszichiátriai ellátásra van szükséged

Gyermek-, és Ifjúság pszichiátria Szeged

- <http://www.gyipszeged.hu>
- Boldogasszony sgt. 15.
- Telefon: 06-62-549-620
- Email: gyip@gyip.szote.u.szeged.hu
- Az itt dolgozó szakembereknek kérdést is tehetsz föl, ha valami miatt bizonytalan vagy. Telefonon: 06-62-549-622, vagy e-mailben: kerdes@gyipszeged.hu, vagy itt: <http://www.gyipszeged.hu/kerdes>

Online tanácsadás

Léleknavigátor

- <http://www.leleknavigator.hu/>
- Amit nyújtanak: internetes, online tanácsadás 12-29 éves fiataloknak, 7 napon belül válaszolnak a megkeresésre. Az online tanácsadó felület itt elérhető: <http://www.leleknavigator.hu/online-tanacsadas>

SZETITEL Egyesület (Szegedi tini-telefon Lelkisegélyszolgálat Egyesület)

- <http://www.tizentul.hu>
- Telefon: +36-20-960-7766
- E-mail cím: tizentul@tizentul.hu
- Amit nyújtanak: az ifjúsági korosztály számára e-mailes tanácsadás, amit az e-mail címről vagy a weboldalról kérhetsz.
- További információ: www.facebook.com/szetitel

Yelon.hu

- <https://yelon.hu>
- A Yelon azért jött létre, hogy testről, lélekről és szexualitásról őszintén, tabuk nélkül tájékozódhass. A Yelon a Hintalovon Gyermekjogi Alapítvány online szexedukációs programja. Sokféle, rendszeresen frissülő tartalommal várunk. E-mailben vagy chaten tudsz feltenni kérdéseket a Yelon munkatársainak.

Telefonos segélyvonalak

Kék vonal (gyermek- és ifjúsági telefonszolgálat)

- <http://www.kek-vonal.hu/index.php/hu/>
- Telefon: 06-62-116-111
- Éjjel-nappal, vezetékes telefonról hívható, ingyenes.

S.O.S. telefonos lelkisegélyszolgálat

- <http://www.lelkisegely-szeged.hu/>
- Telefon: 06-62-116-123
- Ingyenesen hívható a nap 24 órájában.

Egycsónakban Ifjúsági Mentálhigiénés Szolgálat

- <http://www.egyacsonakban.hu/nyitolap.html>
- Telefon: +36-80-911-888
- Ingyenesen hívható telefonszám hétköznap 15-21 óráig, hétvégén 18-21 óráig. A hívásokat fiatal segítők fogadják.
- E-mail: sos.egyacsonak@gmail.com
- Az e-mailes megkeresésre 3 napon belül válaszolnak.
- Skype: egyacsonak
- Hétköznap 15-21 óráig, hétvégén 18-21 óráig. Ha anonim szeretnél maradni, a beszélgetés előtt a profilbeállítások menüben változtasd meg a teljes nevet (full name).

Információs és Lelkisegély Szolgálat - Háttér Társaság

- <http://www.hatter.hu/szolgáltatatas/informacios-es-lelkisegely-szolgalat>
- Telefon: 06-1-329-3380 (alaplíjas szám), 06-80-505-605 (vezetékes telefonról ingyenesen hívható)
- Skype: segelyvonal, Viber: 20-398-4786, Chat: <http://chat.hatter.hu>, hétfőn és szerdán 18-23 óráig
- Email: lelkisegely@hatter.hu
- Ez az anonim lelkisegely szolgálat minden nap (hétfőn és ünnepnapokon is) 18-tól 23 óráig fogadja a hívásokat és chat-megkereséseket elsősorban LMBTQI (leszbikus, meleg, biszexuális, transznemű, queer és interszexuális) témájú kérdésekben.

NANE Egyesület bántalmazott nőknek és gyerekeknek telefonszolgálat

- <http://www.nane.hu/egyesulet/tevekenysegek/segelyvonal.html>
- Szerda kivételével este 6-tól 10-ig.
- Telefon1: 06-80-505-101 vezetékesről, ingyenesen hívható.
- Telefon2: 06-1-267-4900 mobilról vagy vezetékesről hívható, normál tarifával.

Városi intézmények

Gyermekjóléti Központ

- Sás u. 2.
- Telefon: 06-62-552-526
- Email cím: gyermekjolet.vezeto@egyszocint.ritek.hu, szeged.gyk@gmail.com
- A szolgálat egyik feléhez **0-18 éves korig gyerekek és családjaik** fordulhatnak. A szolgálat működése a gyermekek testi- és lelki egészségének, családban történő nevelkedésének elősegítését, a gyermek veszélyeztettségének megelőzését, a kialakult veszélyeztettség megszüntetését, illetve a családjából kiemelt gyermek visszahelyezését szolgálja.

A dóci, a zombói, a szatymazi és a domaszéki kirendeltségek elérhetőségei:

- Dóci Családsegítő Szolgálat 6766 Dóc, Alkotmány u. 17. Telefon: 06-62-270-187
- Zombói Családsegítő Szolgálat 6792 Zombó, Mária tér 2. Telefon: 06-62-595-566, e-mail: zsombocssz@gmail.com
- Kapcsolat Integrált Alapszolgáltatási Központ 6763 Szatymaz, Kossuth u. 1. Telefon: 06-62-283-169, e-mail: gondkozpont@szatymaz.hu
- Családsegítő, Gyermekjóléti és Védőnői Szolgálat 6781 Domaszék, Dózsa Gy. u. 31. Telefon: 06-62-284-011 / 125, e-mail: otottnepiroska@freemail.hu
- Szintén a Családsegítő Központ és Gyermekjóléti Szolgálathoz fordulhatnak **18 éven felüli személyek, családok, és idős emberek is**. A központ feladata nehéz élethelyzetű, szociális és/vagy mentálhigiénés problémával küzdő egyének, családok élethelyzetének javítása is.
- Sás u. 2.
- Tel: 06-62/552-526
- E-mail cím: csaladsegito@egyszocint.ritek.hu

A többi csongrád megyei településen is van elérhető Családsegítő központ és gyermekjóléti szolgálat. Ezek elérhetőségéről az interneten lehet tájékozódni.

Nevelési Tanácsadó - Csongrád Megyei Pedagógiai Szakszolgálat Szegedi Tagintézménye

- 3-18 év közötti gyerekek és szülei számára fejlesztés, képességvizsgálat, pszichológiai tanácsadás.
- Úrhajós u. 4. (Sólyom utca 4.)
- Telefon: 06-62/422-420
- E-mail cím: csmpsz.szeged@gmail.com
- Honlap: www.csmpsz.hu

Odú Fejlesztő Központ - Szegedi Korai Fejlesztő, Gondozó, Integrációs és Gyógypedagógiai Módszertani Központ

- Óvodáskor előtti gyerekek és szülei számára fejlesztés, pszichológiai tanácsadás.
- Telefon: 06-62/555-615, +3670/699-4858
- E-mail cím: info@odukozpont.hu
- Honlap: <http://www.odukozpont.hu/>

Gyermekjogi képviselő, Csongrád megye

- Vetési Csilla
- Telefon: +36-20-489-9626
- E-mail: vetesi.csilla@obdk.hu
- Fogadóóra: OBDK Regionális Iroda, 6726 Szeged, Bal faszor 17-19. Minden hónap 4. kedd 10:00-11:00 és SZKTT ESZI 6723 Szeged, Sás utca 2. Minden hónap 1. kedd 13:00-14:00. Őt akkor keressék, ha úgy vélik (akár gyermek, akár szülő), hogy a gyermek jogai sérültek (pl.: iskolában, rendőrségen, stb.).

Ha valamilyen függőséggel kapcsolatos kérdésed van, akkor itt kaphatsz rá választ

KIÚT Alapítvány

- Önszolgálati csoportjuk van mindenféle függőségben (alkohol-, drog-, játék-, gyógyszer) szenvedő ember számára.
- Becsei utca 3.
- Telefon: 06-62-458-448 vagy +36-30-332-4488
- Email: kiutalapitvany@gmail.com

Dr. Farkasinszky Terézia Ifjúsági Drogcentrum

- <http://www.drogcentrumszeged.hu/>
- Ambulancia 8 - 16 óráig
- Fésű u. 4. (Az 5-ös, 7-es troli végállomásánál)
- Telefon: 06-62-436-353
- E-mail: drogcentrum@invitel.hu, drogcentrum@gmail.com

Ha nem tudod, hogy az iskola után mihez kezdj, vagy iskolát váltanál

Csongrád Megyei Kormányhivatal Munkaügyi Központ Szegedi Kirendeltség és Szolgáltató Központ - Szeged, Bocskai utca 10-12.

- http://csongrad.munka.hu/engine.aspx?page=csongrad_esemenynaptar

- Ingyenes pszichológiai tanácsadás, fontos az előzetes időpontkérés.
- Telefon: 06-62-561-562

Csongrád Megyei Pedagógiai Szakszolgálat Továbbtanulási, Pályaválasztási Tanácsadó

- Sólyom u. 4.
- Telefon/fax: 06-62-433-666
- E-mail: csmpsz.palyavalasztas@gmail.com

Ha tanulási nehézségeid vannak, akkor itt tudnak a szüleid, vagy az iskola kérésére megvizsgálni

Csongrád Megyei Pedagógiai Szakszolgálat

- Úrhajós utca 4.
- Honlap: <http://www.csmpsz.hu/>
- Információ a szakértői bizottsági vizsgálatokról, szakértői vélemény iránti kérelem: http://www.csmpsz.hu/?page_id=723
- Telefon: 06-62-422-420
- E-mail cím: csmpsz.szeged@gmail.com

Utazó Gyógypedagógus Szolgálat

- Sólyom u. 4.
- Telefon: 06-62-433-666
- E-mail: utgyop@gmail.com
- Nyitvatartási idő: folyamatos ellátás az intézményekben, Fogadóóra: csütörtök-péntek: 9:00-15:00.

Ha unatkozol

D2 Ifjúsági Fejlesztő és Médiaközpont

- <http://d2szeged.hu/hu/>
- Dózsa u. 2.
- Telefon: +36-20-527-4782
- E-mail: d2@ihrk.hu
- Amit ajánlanak: 13-29 éves fiataloknak minden délután érdekes klubfoglalkozások a környezetvédelem, zene, média - újságírás, közösségépítés, emberi jogok területén.
- További információ: <https://www.facebook.com/D2Szeged>

Új Nemzedék Kontaktpont, Szeged

- <http://ujnemzedek.hu/kontaktpontok/szeged/>
- (Hamarosan elköltöznék. Az új cím: Mikszáth Kálmán u. 20. a Mars tér mellett.
- Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 10 - 18 óráig
- Telefon: +3630/597-6253, Farkas Zita Gréta
- E-mail: kontaktpont-szeged@unp.hu
- Amit nyújtanak: 12 - 20 év közti fiataloknak ingyenes pályaorientációs, életvezetési jellegű segítő beszélgetés, diákoknak vállalkozási tanácsadás. Várhatóan önismereti csoportot is indítanak.

Megálló Közösségi Ház

- <http://www.maszk.hu/megallo/>
- Szeged, Budapesti krt. 23.
- Telefon: +3630/697-2004 - Rostás Viktória, +3630/720-0279 - Újhelyi Andrea
- E-mail: rostas.viki@maszk.hu, ujhelyi.andi@maszk.hu
- Amit nyújtanak: minden érdeklődőnek főként ingyenes csoportos foglalkozásokat (pl. ifjúsági klub, angol klub, fizika korrepetálás középiskolás diákoknak), egyéni pszichológiai, jogi tanácsadást.

Junior Achievement Magyarország - Spájz Ifjúsági Ház

- <http://spajzih.hu/>
- Petőfi Sándor sgt. 12.
- Telefon: 06-62-552-858, +36-30-996-0359
- E-mail: juniorszeged@gmail.com
- Amit nyújtanak: fiatalok gazdasági ismeretinek bővítése, diákvállalkozók segítése, JAM Árnyékprogram azoknak, akik a pályaválasztáson gondolkodnak, és egy napra ki szeretnének próbálni egy foglalkozást.
- További információ: <https://www.facebook.com/pages/Sp%C3%A1jz/439186652780418?fref=nf>

Klebelsberg telepi Ifjúsági Klub

- <https://www.facebook.com/klebelsbergtelepiiifjusagiklub/>
- Összefogás Háza, Szeged, Zentai u. 31.

Ötletfa - Hódmezővásárhely

- <http://otletfa.eu/>
- Hódmezővásárhely, Hajnal u. 9.
- Telefon: +36-20-852-2862
- E-mail: otletfa@dartke.eu
- Amit nyújtanak: fiataloknak ingyenes pszichológiai tanácsadás, egész napos és délutáni programok, műhelyek színes témákban.
- További információ: <https://www.facebook.com/pages/%C3%96tletfa/335542206498480>