

¿NECESITAS HABLAR, NECESITAS QUE TE ESCUCHEN, ALGO TE PREOCUPA?
TELÉFONOS GRATUITOS DE ESCUCHA Y SOPORTE EMOCIONAL

**TELÉFONO DE LA
ESPERANZA**

968 34 34 00

GRATUITO
CONFIDENCIAL
24 HORAS

**Chat Teléfono de la
Esperanza**

Play Store:
App Conéctate Social

FUNDACIÓN ANAR

900 20 20 10

116 111

GRATUITO
CONFIDENCIAL
24 HORAS

Chat Web de ANAR en la
parte inferior de su página:
[www.anar.org/que-
hacemos/telefono-chat-anar/](http://www.anar.org/que-hacemos/telefono-chat-anar/)

CRUZ ROJA

900 10 79 17

HORARIO: 10H- 14H
16H - 20H DE LUNES A
VIERNES

ChatWeb en la parte inferior
derecha de la página:

[https://www2.cruzroja.es/we
b/cruzroja/aqui-te-ayudamos](https://www2.cruzroja.es/web/cruzroja/aqui-te-ayudamos)

**TELÉFONO MUNICIPAL
DE SALUD MENTAL**

900 10 79 13

HORARIO: 10H - 13H
17H - 20H DE LUNES A
VIERNES

GRATUITO
CONFIDENCIAL

**LÍNEA CONTRA EL
ACOSO ESCOLAR**

900 018 018

GRATUITO
CONFIDENCIAL
24 HORAS

**ATENCIÓN
CONDUCTA SUICIDA**

024

GRATUITO
CONFIDENCIAL
24 HORAS

MÁS INFORMACIÓN EN EL DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN Y/O JEFATURA DE ESTUDIOS