



## Há um amigo do outro lado da linha

Linha anónima, gratuita e confidencial de apoio a crianças e jovens

Linha SOS Criança e Jovem  
 **116 111**

WhatsApp  
 **913069404**

# PRECISAS DE AJUDA?!

VIOLÊNCIA

PERIGOS NA  
INTERNET

MEDO

SOLIDÃO

PROBLEMAS  
NA ESCOLA

ANSIEDADE

INSEGURANÇA

PROBLEMAS  
EM CASA

AUTOESTIMA

BULLYING

**Estamos aqui para te ajudar!**

Juntos podemos encontrar soluções para os  
teus problemas e preocupações.



**FALA CONNOSCO!**



**LINHA SOS CRIANÇA E JOVEM 116 111**

WhatsApp 913 069 404

2.ª a 6.ª feira  
9.00h às 19.00h