



מוקדי חירום לתמיכה וסיוע



יחידת בריאות הנפש
*6690 שלוחה 3
סדיר | מילואים | הורים



ער"ן - 1201
עזרה ראשונה
נפשית בטלפון



פיקוד העורף *104
או 052-9104104
הודעות וואטסאפ וטקסט



מוקד תמיכה
במשרד החינוך -
*6552 שלוחה 5



נט"ל -
1-800-363-363