

Estonia:

Emergency: [112](tel:112) Suicide Hotline: [3726558088](tel:3726558088) ; in Russian [3726555688](tel:3726555688)

Helpline 1: 126

Helpline 2: 127

Helpline 3: 646 6666

Website: WWW.USALDUS.EE

[Ohvriabi kriisitefon / Victim Support Helpline](#)

Tell: 116006

[Emotsionaalse toe telefon Eluliin](#)

Tell: (372) 655-8088

Emotsionaalse toe nõuandetelefon Eluliin on mõeldud kõigile, kellel on emotsionaalne kriis – näiteks depressioon, mure leina või kaotuse pärast, üksindus, perevägivald, pere- või suhte probleemid ja enesetapp. Meie tugi on tasuta ja konfidentsiaalne tugi kõigile Eestis ning saadaval nii eesti kui vene keeles. Eluliin pakub ka psühholoogilist nõustamist (kriisiabi: debriefing grupid, EMDR; psühholoogiline rehabilitatsioon: psühhodünaamilised grupid ja individuaalne nõustamine) ja sotsiaalnõustamist erinevatele sihtrühmadele (inimkaubanduse ohvrid, prostitutsiooniga seotud inimesed, sõltuvushaiged, HIV-positiivsed).

English translation The emotional support helpline Eluliin is for anyone experiencing an emotional crisis - such as depression, worry about grief or loss, loneliness, domestic violence, family or relationship problems and suicide. Our support is free and confidential support for everyone in Estonia and is available in both Estonian and Russian. Eluliin also offers psychological counseling (crisis help: debriefing groups, EMDR; psychological rehabilitation: psychodynamic groups and individual counseling) and social counseling for different target groups (victims of human trafficking, people involved in prostitution, addicts, HIV-positive).

[Tartu Women's Shelter Helpline](#)

Tell: +372 5594 9496