

 Единая социально-психологическая служба

 «Телефон ДОВЕРИЯ»

* Если у Вас проблема: с родителями, друзьями, родственниками; Что-то разладилось в жизни; Не можете разобраться в своих чувствах; Вас не понимают даже самые близкие люди; Вам плохо, одиноко, больно и страшно; Вы теряете силы и уверенность в себе…
* 8-800-101-1212 - (с 08.00 до 20.00 часов)
* 8-800-101-1200 (с 20.00 до 08.00 часов)

**Помните! Телефон доверия**, в отличии от **горячей линии**, по определению, является анонимным. Имейте это ввиду, когда Вас, разговаривая по **телефону доверия**, попросят представиться, а Вам бы этого не хотелось.

Звонок бесплатный.

**Экстренная психологическая помощь**

* **8-800-775-17-17**

**"Дети ОНЛАЙН" - психологическая помощь при столкновении с опасностью в Интернете**

* **8-800-25-000-15**

**Детский телефон доверия**

**8-800-200-01-22**