

**Если трудно - просто позвони.
Тебе обязательно помогут!**



Телефоны доверия и онлайн-ресурсы помощи для
детей и родителей

- ❖ **8-800-2000-122** (круглосуточно) -
Всероссийская служба детского телефона
доверия.
- ❖ **747-13-40** (ежедневно с 9:00 до 21:00) -
«Горячая линия» для подростков и родителей
Центра «Контакт».
- ❖ **8-800-25-000-15** (по будням, с 9:00 до 18:00,
обеденный перерыв с 13:00 до 14:00) - Линия
помощи «Дети онлайн» — бесплатная
всероссийская служба телефонного и онлайн
консультирования для детей и взрослых по
проблемам безопасного использования
интернета и мобильной связи
- ❖ **708-40-41** (круглосуточно) - Экстренная
психологическая помощь для детей,
подростков, родителей Института
психотерапии «Гармония».
- ❖ **251-00-33** (круглосуточно) - Телефон доверия
консультативно-диагностического центра

репродуктивного здоровья подростков
«Ювента».

- ❖ **www.твоятерритория.онлайн** (с 15:00 до 22:00 ежедневно) – Служба оказания онлайн психологической помощи для детей и молодежи до 23 лет.
- ❖ **344-08-06** (по будням с 09:00 до 18:00) – Телефон доверия экстренной психологической помощи семьям в трудных жизненных ситуациях (Приморский район).
- ❖ **576-10-10** (ежедневно, без выходных с 9:00 до 19:00) – Телефон доверия для детей и подростков.
- ❖ **712-20-70** – Служба экстренной психологической помощи ГБОУ «Балтийский берег» оказывает оперативную помощь детям, подросткам, родителям, оказавшимся в сложной жизненной ситуации.
- ❖ **409-83-59** (пн.-пт. с 9:30 до 19:30; сб.-с 9:30 до 17.30) – Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи ТПриморского района.

ВСЕ УСЛУГИ ПРЕДОСТАВЛЯЮТСЯ БЕСПЛАТНО И АНОНИМНО!