# Дополнительные ресурсы

**для обращения за психологической помощью**

Если Вам или вашим близким срочно нужна психологическая помощь, Вы можете позвонить на одну из горячих линий экстренной помощи (Вы можете позвонить на любую – на каждой горячей линии Вам окажут квалифицированную психологическую помощь, линий дается много, чтобы все нуждающиеся в помощи могли ее получить):

Если Вам или вашим близким срочно нужна психологическая помощь, Вы можете позвонить на одну из горячих линий экстренной помощи (Вы можете позвонить на любую – на каждой горячей линии Вам окажут квалифицированную психологическую помощь, линий дается много, чтобы все нуждающиеся в помощи могли ее получить):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Сервисы по оказанию психологической помощи /номер телефона | | Время работы | Целевая аудитория |
| Горячая линия кризисной психологической помощи | 8(800)600-31-14 | кругло-суточно | Экстренная психологическая помощь детям, подросткам их родителям (законным  представителям), а также взрослым в кризисном состоянии |
| Общероссийская горячая линия детского телефона доверия | 8(800)2000-122 | кругло-суточно | Психологическая помощь несовершеннолетним, а также их родителям (законным  представителям) по вопросам обучения, воспитания и взаимоотношения |
| Горячая линия помощи | 8 (800) 600-31-14 |  | Горячая линия кризисной психологической помощи Министерства просвещения Российской Федерации. |
| Горячая линия Российского Красного Креста | 8(800)700 44 50  **+78002501859** | кругло-суточно | Психологическая помощь семьям мобилизованных и  военнослужащих |
| Горячая линия помощи | **+78001001941** |  | Горячая линия психологической помощи благотворительного фонда «Просто люди» |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Сервисы по оказанию психологической помощи/номер телефона | | Время работы | Целевая аудитория |
| Чат-бот по оказанию психологической помощи | Ссылка для входа:  <https://vk.com/psy_myvmeste> | с 09:00  до 00:00  (по мск) | Сервис по оказанию бесплатной психологической поддержки населению |
| Специализированная страница официального сайта ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей» | <https://fcprc.ru> |  | Онлайн-консультация через форму обращения на сайт |
|  | *написать в чат-бот #МЫВМЕСТЕ:* @psy\_myvmeste\_bot |  | *Если срочно нужна психологическая помощь, но сложно разговаривать можно* |
| Линия помощи «Дети Онлайн» | <https://detionline.com>  Тел.: 8-800-25-000-15 |  | СЧлужба телефонного и онлайн-консультирования оказывает психологическую и информационную поддержку детям и подросткам, столкнувшимся с различными проблемами в Интернете служба телефонного и онлайн-консультирования оказывает психологическую и информационную поддержку детям и подросткам, столкнувшимся с различными проблемами в Интернете |