

## Дополнительные ресурсы для обращения за психологической помощью

| Сервисы по оказанию психологической помощи/номер телефона                    |                                                                                    | Время работы                     | Целевая аудитория                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Горячая линия кризисной психологической помощи                               | 8 (800) 600-31-14                                                                  | круглосуточно                    | 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                                                                   | круглосуточно                    | Психологическая помощь несовершеннолетним, а также их родителям (законным представителям) по вопросам обучения, воспитания и взаимоотношения                                                  |
| Круглосуточная экстренная психологическая помощь МЧС России                  | 8 (495) 989-50-50                                                                  | круглосуточно                    | Экстренная психологическая помощь детям, подросткам, их родителям (законным представителям), а также взрослым в кризисном состоянии, в том числе в случае возникновения чрезвычайных ситуаций |
| Анонимный телефон доверия ФГБУ «НМИЦ ПН им. В.П. Сербского» Минздрава России | 8 (495) 637-70-70                                                                  | круглосуточно                    | Психиатрическая помощь                                                                                                                                                                        |
| Горячая линия по вопросам домашнего насилия                                  | 8 (495) 637-22-20                                                                  | круглосуточно                    | Психологическая, социальная, юридическая помощь                                                                                                                                               |
| Горячая линия по оказанию психологической помощи студенческой молодежи       | 8 (800) 222-55-71                                                                  | круглосуточно                    | Психологическая помощь студенческой молодежи                                                                                                                                                  |
| Горячая линия Российского Красного Креста                                    | 8 (800) 700 44 50                                                                  | круглосуточно                    | Психологическая помощь семьям мобилизованных и военнослужащих                                                                                                                                 |
| Горячая линия помощи родителям проекта бытродителем.рф                       | 8 (800) 444-22-32 (доб. 714)                                                       | с 9.00 до 21.00 (по мск) в будни | Психологическая помощь родителям по вопросам обучения, воспитания и взаимоотношения с детьми                                                                                                  |
| Чат-бот по оказанию психологической помощи                                   | Ссылка для входа:<br><a href="https://vk.com/psymyvme">https://vk.com/psymyvme</a> | с 09:00 до 00:00 (по мск)        | Сервис по оказанию бесплатной психологической поддержки населению                                                                                                                             |