**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 | Психологическая помощь |
| Горячая линия по вопросам домашнего насилия  Горячая линия по оказанию психологической помощи студенческой молодежи | 89495)637-22-20  8(800)222-55-71 | круглосуточно  круглосуточно | Психологическая, социальная, юридическая помощь  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 быть родителем.рф | 8(800)444-22-32 (доб.)7140 | С 9.00 до 21.00 9по мск) в будни | Психологическая помощь родителям по вопросам обучения, воспитания и взаимоотношения с детьми |
| 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 |