

КОГДА НУЖНА ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

Позвони на **Общероссийский детский телефон доверия**

8-800-2000-122

круглосуточно, анонимно
и бесплатно для жителей РФ

Кризисная горячая линия (семейный психологический «Центр «РАДОМИРА»).
Бесплатно для жителей Санкт-Петербурга

+7 (812) 327-60-30

Экстренная психологическая помощь детям и взрослым. Работает **круглосуточно**. Бесплатно для жителей Санкт-Петербурга (Институт психотерапии и консультирования «Гармония»)

8 (812) 708-40-41

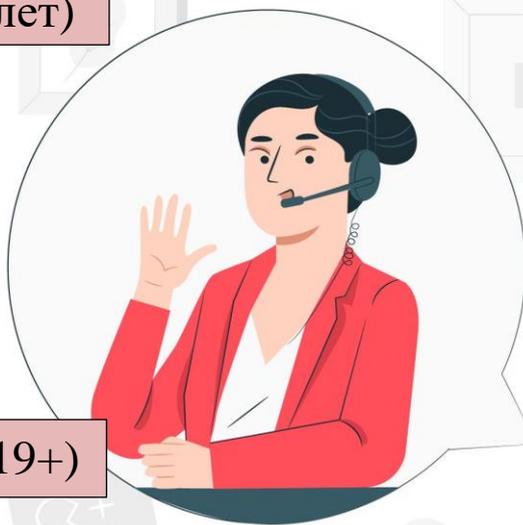
Социальный проект «**Без паники**». Экстренная психологическая помощь взрослым людям (18+).
Бесплатные звонки из любой точки России

8-800-600-41-79

Помощь рядом(до 18 лет)



Ресурсы помощи(для 19+)



8-800-2000-122 Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей.
Работает круглосуточно. Анонимно и бесплатно для жителей РФ.