



ПОДЕЛИСЬ СВОИМИ ПЕРЕЖИВАНИЯМИ И ПРОБЛЕМАМИ

ЗВОНИТЕ ЕСЛИ

- ВАМ НУЖНО ВЫГОВОРИТЬСЯ И СПРАВИТЬСЯ С ТЯЖЕЛЫМИ ПЕРЕЖИВАНИЯМИ
- ВАМ НУЖНА ПОДДЕРЖКА В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ
- ВЫ ПЕРЕЖИЛИ ТРАВМУ, УТРАТУ БЛИЗКОГО
- ВАМ НУЖНА ПОМОЩЬ В РАЗРЕШЕНИИ КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЙ
- ВЫ ПОДВЕРГЛИСЬ НАСИЛИЮ СО СТОРОНЫ ВЗРОСЛЫХ ИЛИ СВЕРСТНИКОВ
- У ВАС ПОЯВЛЯЮТСЯ МЫСЛИ О СМЕРТИ
- ВАС БЕСПОКОЯТ СЛОЖНЫЕ ОТНОШЕНИЯ С БЛИЗКИМИ

**ТЕЛЕФОН
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
ПОМОЩИ**



89048695672

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ МОГО «СЫКТЫВКАР»
для учащихся, их родителей и педагогов

РЕЖИМ РАБОТЫ

ПН-ПТ: 9:00 - 17:00, СБ: 9:00 - 13:00
ВС И ПРАЗДНИЧНЫЕ ДНИ - ВЫХОДНОЙ

Информация о службах и организациях, оказывающих консультативную помощь родителям (законным представителям) несовершеннолетних:

8-800-2000-122 – Детский телефон доверия - экстренная психологическая помощь для детей, подростков и их родителей. Анонимно, круглосуточно, бесплатно

129 - Экстренная психологическая помощь для звонков со стационарных телефонов по Республике Коми бесплатно, **8(8212) 21-02-52** - для звонков с мобильных телефонов по тарифам оператора связи. Анонимно, круглосуточно

8(8212) 21-11-66 – Служба «Скорая социальная помощь» принимает сигналы по факту жестокого обращения в отношении несовершеннолетних. Анонимно, круглосуточно, бесплатно со стационарных телефонов по Республике Коми

8-800-2000-200 – телефон «горячей линии» программы **«Здоровая Россия»** Министерства здравоохранения РФ по вопросам здорового образа жизни, отказа от табака, алкоголя, наркотиков, вопросам ВИЧ-инфекции. Анонимно, круглосуточно, бесплатно

8 (8212) 301-247, 8-912-191-50-03 –Республиканский консультационный центр ГОУДПО «Коми республиканский институт развития образования».Консультации психолога, логопеда, дефектолога, сурдопедагога, тифлопедагога,специалиста по семейному образованию, юриста, специалиста по профориентации, социального педагога, специалиста по работе с «замещающими семьями» для родителей (законных представителей) несовершеннолетних. Очно, дистанционно, бесплатно. Сыктывкар, ул. Оржоникидзе, 23. Пн-Пт: 9.00-17.15

8 904 20 66 002, 8 904 206 64 55 – Консультационный пункт МУДО "ЦППМСП". Консультации педагога-психолога, логопеда, специалиста по семейному образованию, специалиста по профориентации, социального педагога для родителей (законных представителей) несовершеннолетних. Очно, дистанционно, бесплатно. По предварительной записи. г. Сыктывкар, ул. Чкалова 24. Пн-Чт: 9.00-18.00, Сб:9.00-12.00

8 (8212) 24-99-71 - Отделение социально-психологической помощи ГБУ РК «ЦСПСиД г. Сыктывкара». Психологические услуги: индивидуальная и групповая работа; личное и семейное консультирование; диагностика и коррекция. Помощь может быть оказана как платно, так и бесплатно (необходимо собрать пакет документов). г. Сыктывкар, ул. Домны Каликовой, 34. Пн-Пт: 9.00-19.00,Сб: 9.00-17.00

(8212)30-13-57 - Консультационный центр «Родительская академия» ГУ РК «Республиканский ЦППМСП». Консультации педагога-психолога, учителя-логопеда, учителя-дефектолога, социального педагога, методиста, психиатра для родителей (законных представителей). Очно, дистанционно, бесплатно. г. Сыктывкар, ул. Катаева, 41. Пн-Чт: 9.00-17.00, Пт: 9.00-15.30

8(8212) 20-61-52 - Уполномоченный по правам ребёнка в Республике Коми. Пн-Пт : 9.00-17.00

8(8212)40-02-57 – Региональный центр информационной безопасности детей и молодежи - защита детей и молодежи в интернете. г. Сыктывкар, ул. Катаева, д. 37а. ПН-Чт: 08:45-13:00, 14:00-17:15, Пт: 08:45-13:00, 14:00-15:45

Напоминаем также, что в регионе круглосуточно работает Телефон доверия для лиц, находящихся в острых кризисных ситуациях (звонки бесплатные): **8(8212)210-2524; 129.**