

**По телефону доверия вы
получаете помощь
СРАЗУ В МОМЕНТ
ОБРАЩЕНИЯ.**

Опытные психологи по телефону анонимно, бесплатно помогут вам разобраться в собственных чувствах, увидеть новые стороны ситуации. И тогда вам будет легче найти выход из самых трудных обстоятельств... Подробнее и номер телефона здесь...



8-800-2000-122

Полезные контакты:

Тульский областной перинатальный
центр: 8 (4872) 48-63-12

Тульский городской центр
планирования семьи и репродукции:
8 (4872) 49-96-44

Региональный Центр
информационной безопасности
молодежи и психологической помощи:
8 (4872) 77-32-00
vk.com/psixologigotocm

Региональный ONLINE-КЛУБ
«МОЛОДАЯ СЕМЬЯ»:
vk.com/tula_club_7pps

Государственное учреждение
Тульской области
«Тульский областной центр молодежи»
8 (4872) 33-80-93

**Фонд
ПОДДЕРЖКИ
ДЕТЕЙ** 
находящихся
в трудной
жизненной
ситуации



МИНИСТЕРСТВО
МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

Министерство молодёжной политики Тульской области.
Государственное учреждение Тульской области
«Тульский областной центр молодежи»

**ТЕЛЕФОН
ДОВЕРИЯ**



8-800-2000-122



г. Тула, 2019 г.

Анонимно, круглосуточно,
бесплатно, каждый день

8 800-2000-122



У каждого из нас бывают в жизни ситуации, с которыми трудно справиться самому. Ссора, конфликты, одиночество, сильные чувства, сложность что-то решить или выбрать, тяжелые для нас потери, горе... И тогда важным оказывается получить чью-то поддержку... Но не всегда рядом оказывается человек, которому можно довериться... Близкие могут не понять, друзья далеко, к чужим людям обратиться неловко... Именно в такие моменты лучшей помощью может стать телефон доверия.



- Телефон работает анонимно, то есть вы не знаете и не видите консультанта, и он не знает и не видит вас. Это снимает неловкость и стеснение, которое мешает некоторым людям обратиться к психологу за очной беседой. Иногда бывает трудно решиться открыться чужому человеку и попросить помощи, а здесь просто надо снять трубку и набрать номер. И можно быть уверенным, что тебя выслушают, примут и поймут.



- На телефоне доверия вы получаете квалифицированную психологическую помощь. Некоторые люди не обращаются к психологу, потому что стараются обсуждать свои ситуации с друзьями. Но друзья что-то посоветуют, только исходя из своего личного опыта, а на телефоне доверия находятся специально подготовленные психологи, которые имеют большую базу данных и в случае необходимости смогут подсказать, куда лучше обратиться в той или иной ситуации.



- По телефону доверия вы получаете помощь сразу в момент обращения. Это удобно – можно позвонить из дома, с улицы, не надо никуда ехать, записываться на другой день. Что особенно важно в тех острых ситуациях, когда сил ждать у вас просто нет, и нужно поговорить с кем-то прямо сейчас, именно в эту минуту с кем-то поделиться своими чувствами и получить поддержку.



**ФОНД
ПОДДЕРЖКИ
ДЕТЕЙ** находящиеся
в трудной
жизненной
ситуации

