

# Куда обратиться за помощью?

ГБУ «НАРКОЛОГИЧЕСКИЙ  
ДИСПАНСЕР»  
Диспансерно-поликлиническое  
отделение № 2

г. Краснодар, ул. им. Е. Бершанской, 17  
тел. 8(861) 266-34-90 (8-00 до 19-00)  
тел. 8(861) 266-74-60 (8-00 до 19-00)

**fond-detyam.ru**

Фонд поддержки детей, находящихся в трудной  
жизненной ситуации

**8-800-600-31-14**

(бесплатно, круглосуточно)

**Горячая кризисная линия** для оказания  
психологической помощи  
несовершеннолетним и их родителям  
(законным представителям) на базе  
Федерального координационного центра по  
обеспечению психологической службы  
в системе образования ФГБОУ ВО МГППУ.  
Целью работы круглосуточной линии  
является работа с кризисным состоянием  
детей, родителей и других обратившихся  
с кризисной проблематикой обращений

**124;**

**8-800-2000-122**

(бесплатно, круглосуточно)

**Всероссийский Детский телефон доверия:**

психологическое консультирование, экстренная  
и кризисная психологическая помощь для детей  
в трудной жизненной ситуации, подростков и их  
родителей

**[www.ya-roditel.ru](http://www.ya-roditel.ru)**

Я — родитель: портал для ответственных  
родителей и тех, кто хочет ими стать,  
поддерживаемый Фондом поддержки детей,  
находящихся в трудной жизненной  
ситуации

**8-800-200-19-10**

**Телефонная линия «Ребенок в опасности»**

Следственного комитета РФ: дети, их родители,  
а также все равнодушные граждане, обладающие  
информацией о совершенном или готовящемся  
преступлении против несовершеннолетнего или  
малолетнего ребенка, могут позвонить  
по бесплатному круглосуточному номеру телефона

**[www.растимдетей.рф](http://www.растимдетей.рф)**

Навигатор для современных родителей —  
федеральный портал  
информационно-просветительской  
поддержки родителей Растимдетей.рф

**netaddiction.ru**

Портал «Интернет-зависимость»: информационный  
портал о профилактике и лечении интернет-  
аддикций

**[www.fcprc.ru](http://www.fcprc.ru)**

ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей»: специализированные страницы сайта Центра  
защиты прав и интересов детей: «Твое право», «Информационная безопасность», «Ценность»  
и «Ответственное поведение — ресурс здоровья» содержат полезные материалы, информацию  
о профилактике социально-негативных явлений

**Единый общероссийский  
телефон доверия  
для детей, подростков и  
их родителей**

**8-800-2000-122**



**Короткий номер**

**124**

Иногда в жизни возникают ситуации, в которых непросто разобраться самому. Если вы попали в такую ситуацию, если у вас проблемы во взаимоотношениях с родителями или одноклассниками, если вас не понимают окружающие или вам не с кем поделиться своими проблемами, вы всегда можете позвонить на

**Единый телефон доверия**

**124**



В службе телефона доверия работают прошедшие специальную подготовку **психологи-консультанты**.

Их главная задача — снять остроту психоэмоционального напряжения, переживаний, которые испытывает звонящий в данный момент, и уберечь юного или взрослого собеседника от опрометчивых и опасных поступков.

Кроме того, консультант помогает абоненту проанализировать ситуацию, выявить ее причины, найти выход из сложившегося положения.



**124**



Общение с психологом  
Единого телефона доверия  
абсолютно

**анонимно**: называть свое имя, фамилию и адрес никто не потребует

**бесплатно** с любого мобильного или стационарного телефона; счета за разговор, каким бы длительным он не получился, не последует.

В настоящее время к единому номеру 124 подключены 210 служб в 80 регионах.

**Единый телефон доверия**

**124**

**работает круглосуточно**

Детский телефон доверия работает ради того, чтобы дети, их родители и все равнодушные к беде живущего рядом ребенка, могли вовремя получить помощь профессионального психолога.

**Дорогие ребята,  
эта информация для вас!**

Иногда в твоей жизни могут происходить события, с которыми сложно справиться самому. Ты не знаешь к кому обратиться за помощью и поддержкой. Хорошо, когда в семье есть взаимопонимание и можно поделиться своими переживаниями с родителями, братом или сестрой. Некоторыми переживаниями можно поделиться с другом или подругой. Но бывают такие ситуации, когда не хочется, чтобы о них знали друзья или близкие.

У тебя есть возможность позвонить по телефону, рассказать о своих чувствах, переживаниях, проблемах и получить помощь психологов, которые окажут профессиональную помощь и поддержку.

*Звонить можно  
с мобильного или любого  
городского телефона*

по короткому номеру **124**



**ЕСЛИ ТЕБЕ НЕОБХОДИМО  
ПОДЕЛИТЬСЯ СВОИМИ  
ПЕРЕЖИВАНИЯМИ, ЗВОНИ  
НА ОБЩЕРОССИЙСКИЙ  
ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**

короткий номер

**124**

*Знай, что есть люди,  
которые  
всегда выслушают  
и помогут решить  
твои проблемы!*

**Детский телефон доверия,  
работающий с единым  
общероссийским  
коротким номером**

**124**



**Информационный  
буклет для детей  
и подростков**

**Анонимность** – ты не обязан представляться, передавать свои личные данные

**Конфиденциальность** – телефонный разговор никому не передается

**основные правила  
работы службы**

**Уважение** – психолог с пониманием отнесется к тебе и твоим проблемам

**Свобода разговора** – ты можешь в любой момент прервать разговор

**ЕСЛИ ТЫ ПОПАЛ В ТРУДНУЮ СИТУАЦИЮ И ТЕБЕ НЕ С КЕМ ПОДЕЛИТЬСЯ СВОИМИ ПРОБЛЕМАМИ**



**ЕСЛИ У ТЕБЯ ЕСТЬ СЕКРЕТЫ, О КОТОРЫХ ТЫ БОИШЬСЯ РАССКАЗАТЬ ВЗРОСЛЫМ**

**ЕСЛИ У ТЕБЯ ПРОБЛЕМЫ С РОДИТЕЛЯМИ ИЛИ ОДНОКЛАССНИКАМИ**

**Детский телефон доверия работает круглосуточно.**

**Ты всегда можешь позвонить на короткий номер 124**

**ЕСЛИ ТЕБЯ НЕ ПОНИМАЮТ ОКРУЖАЮЩИЕ**