

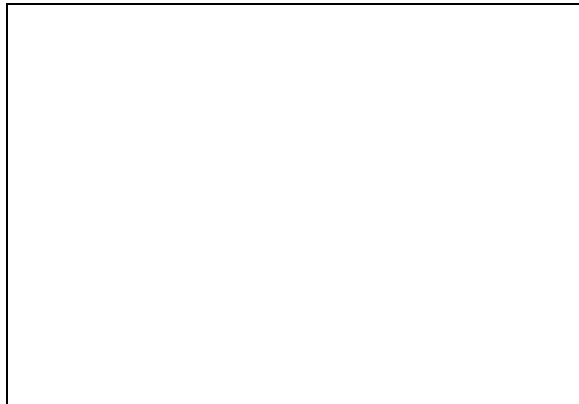
## ***Дорогие ребята!***

### **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 со своим 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 переживаниях, чувствах, проблемах и получить помощь психологов, которые окажут профессиональную помощь и поддержку, звони:

**8 – 800 - 2000- 122**



Детский телефон доверия работает круглосуточно, без выходных и праздничных дней.

Все консультации анонимные и бесплатные.

Звонки могут осуществляться как с мобильного так и со стационарного телефона.



***Анонимность*** – Вы не обязаны называть себя. Можете представиться любым именем. Ваш телефон не фиксируется.

***Конфиденциальность*** – Ваш разговор не записывается и никому не передается

***Толерантность*** – психолог с уважением относится к Вам и Вашей проблеме.

***Свобода разговора*** – Вы можете прервать разговор в любой момент.

## ***ЗВОНИ!***

У каждого из нас – и у взрослых, и у детей бывают ситуации, в которых сложно разобраться. Конечно, рядом всегда наши близкие и друзья.

**Но иногда мы просто не знаем  
КАК рассказать о своих  
проблемах.**

Телефон доверия дает возможность человеку, переживающему трудности, получить поддержку, разобраться в сложной для него

ситуации, успокоиться и принять правильное решение. Телефон доверия открыт для каждого. Не важен возраст, национальность, состояние здоровья звонящего.

**Любой человек имеет право быть принятым, выслушанным и получить помощь!**

## ЕСЛИ:

- У тебя проблемы во взаимоотношениях с родными
- Ты одинок, тебе не с кем поделиться своими переживаниями
- У тебя трудности в школе
- Кто – то в семье употребляет алкоголь или наркотики, стал зависимым от азартных игр
- У тебя есть секреты, о которых ты не можешь рассказать взрослым
- Тебе часто приходят в голову мысли, что ты некому не нужен
- Тебя заставляют совершать противоправные действия
- Ты подвергаешься насилию или жестокому обращению со стороны родителей или



- Ты влюблен в одноклассника и не можешь никому рассказать о своих чувствах
- Когда тебя никто не понимает, и никто не хочет с тобой общаться
- Тебя обзывают и унижают сверстники и ты не знаешь, как поступить
- Ты сомневаешься в своей привлекательности и считаешь, что ты не соответствуешь «стандартам красоты»

## ЗВОНИ

**8 – 800 - 2000- 122**

|

**ЕДИНЫЙ**

# ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ