



У каждого человека бывают в жизни ситуации, когда на душе тяжело, но поделиться своими переживаниями не с кем. Как поступить в таких случаях? Можно никому ничего не рассказывать и замкнуться в себе, но есть и другой способ: **обратиться в службу телефона доверия**

Специалисты могут помочь Тебе в разрешении трудностей, возникающих в школе, на улице и дома. Психологи детского телефона доверия могут проконсультировать Тебя по вопросам детско-родительских и детско-детских отношений, межличностных конфликтов и другим проблемам.

Ты можешь позвонить на номер +7 800 2000-122 из любого населенного пункта Российской Федерации со стационарных или мобильных телефонов и получить **бесплатную** экстренную психологическую помощь.

Детский телефон доверия работает ежедневно и круглосуточно.

Педагог-психолог Е.Ф. Баллардт