Куда можно обратиться в трудной жизненной ситуации?

Детский телефон доверия 8-800-2000-122 – номер телефона, по которому можно позвонить в любое время дня и ночи и получить профессиональную помощь специалиста бесплатно.

Телефон доверия психологической службы: (391) 211-56-42. Круглосуточная бесплатная горячая линия экстренной психологической помощи 8-800-775-17-17.

Если вы подверглись насилию (физическому или психологическому), БЕСПЛАТНУЮ помощь можно получить в следующих организациях:

• Кризисный центр «Верба», расположенный по адресу ул. Семафорная, 243-а оказывает психологическую и юридическую помощь жертвам насилия. Специалисты кризисного центра также оказывают психологическую помощь жертвам насилия анонимно по номеру телефона +7391-231-48-47.

• Центр «Эго» 60 лет Октября, 13а тел. 8-800-700-24-04.

В случае выявления опасного Интернет-ресурса, игры в опасные квесты, вхождение в сомнительные сообщества в социальных сетях, сообщите об этом:

• полиция России 02 (102, 112)

• Роскомнадзор [https://eais.rkn.gov.ru/feedback/](https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Feais.rkn.gov.ru%2Ffeedback%2F&post=-92812081_8776&cc_key=)

• Ассоциация «Лига безопасного Интернета» [http://www.ligainternet.ru/\](https://vk.com/away.php?to=http%3A%2F%2Fwww.ligainternet.ru%2F%26%23092&post=-92812081_8776&cc_key=);

• Линия помощи «Дети онлайн» — служба телефонного и онлайн-консультирования оказывает психологическую и информационную детям и подросткам, столкнувшимся с различными проблемами в сети Интернет. [http://detionline.com/](https://vk.com/away.php?to=http%3A%2F%2Fdetionline.com%2F&post=-92812081_8776&cc_key=) тел.: 88002500015.