



Министерство образования и молодежной политики Свердловской области  
Государственное бюджетное учреждение Свердловской области  
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо»

## ТЕЛЕФОНЫ ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

Я НЕКРАСИВАЯ/ТОЛСТАЯ/ПЛОХО ОДЕТА

### ПРИЧИНЫ ДЛЯ ЗВОНКА

Вопросы самоопределения  
поиск и принятие себя, одиночество,  
суицидальные настроения

Отношения со сверстниками  
дружба, любовь, популярность, травля

Детско-родительские отношения  
ссоры, непонимание, давление, непослушание

Стресс из-за школы и экзаменов  
конфликты, отсутствие мотивации, успеваемость,  
выбор профессии

МЕНЯ НИКТО НЕ ПОНИМАЕТ

КАК ПОМОЧЬ ДРУГУ СПРАВИТЬСЯ С  
ОДИНОЧЕСТВОМ?



У МЕНЯ НЕТ ДРУЗЕЙ. Я ОДИНОК

Единый общероссийский телефон доверия  
**8 800 2000122**

### Круглосуточная горячая линия

на базе Федерального ресурсного центра Московского государственного  
психолого-педагогического университета (МГППУ)  
по оказанию психологической помощи для детей и взрослых

**8 800 6003114**

Бесплатно Круглосуточно



### Российский Красный Крест

Региональная линия  
**+7 922 0394920**  
(даже для взрослых)

Федеральная линия  
**8 800 2501859**

ДОСТУПНО  
АНОНИМНО



КОНФИДЕНЦИАЛЬНО  
ПРОФЕССИОНАЛЬНО

ЕСЛИ ТРУДНО - ПРОСТО ПОЗВОНИ!



ТЕЛЕФОН  
ДОВЕРИЯ

**8 800 2000 122**

для детей, подростков и их родителей

