

## **Куда обращаться, если вам нужна помощь?**

Если Вы понимаете, что Вам нужна психологическая помощь, необходимо обратиться за помощью к школьному педагогу-психологу, педагогу-психологу опорной школы или руководителю выездной рабочей группы педагогов-психологов Рубцовского района (Сасова Ольга Анатольевна, т.8 (38557) 78-1-16) .

**КГУСО «Территориальный центр социальной помощи семье и детям г. Рубцовска»** — ул. Октябрьская 131 – тел. 7(38557)2-27-28

**Краевое государственное бюджетное учреждение «Алтайский краевой центр психолого-педагогической и медико-социальной помощи»**

Тел. (385-2)36-75-43; по адресу: г. Барнаул, ул. Ленина, 54-а (вход со стороны ул. Димитрова), тел. 500-472, сайт <http://ppms22.ru/>

Специалисты центра оказывают консультации в режиме онлайн.

На сегодня **детский телефон доверия** – это реальная и доступная помощь в решении различных психологических проблем:

**Телефон доверия экстренной психологической помощи для детей, подростков и родителей** — 8-800-200-01-22 — круглосуточный

**Единый Телефон Доверия для детей** – 8-800-350-01-23

**Телефон доверия, Анонимная психологическая кризисная служба** -тел. (3852) 668-688

**Дети онлайн** — *Линия помощи «Дети онлайн» (8 800 25 000 15)* — бесплатная всероссийская служба телефонного и онлайн консультирования для детей и взрослых по проблемам безопасного использования Интернета и мобильной связи. На Линии помощи профессиональную психологическую и информационную поддержку оказывают психологи факультета психологии МГУ имени М.В.Ломоносова и Фонда Развития Интернет

Если помощь психолога не приносит желаемых результатов, то следует обратиться к врачу-психиатру: