

НУЖНА ПОМОЩЬ? ОБРАЩАЙСЯ!



За помощью ребенку, его близким в ситуации насилия или эксплуатации можно обращаться:

- ✓ в районные социально-педагогические центры (по месту жительства);
- ✓ в Республиканский центр психологической помощи (г. Минск, тел. **+375173001006**);
- ✓ в территориальные центры социального обслуживания населения (по месту жительства);
- ✓ в государственное учреждение «Минский городской центр социального обслуживания семьи и детей» (г. Минск, тел. **+375173173232, +375293673232 («А1»), +375336033232 («МТС»)**);
- ✓ в учреждение здравоохранения «Минский городской клинический центр детской психиатрии и психотерапии» (тел. **+375173208871**);
- ✓ в центры дружественного отношения к подросткам (на базе организаций (учреждений) здравоохранения по месту жительства);
- ✓ на республиканскую телефонную «горячую линию» по оказанию психологической помощи несовершеннолетним, попавшим в кризисную ситуацию (тел. **88011001611**);
- ✓ на телефон экстренной психологической помощи для детей и подростков (**+375172630303**);
- ✓ посредством анонимной и бесплатной консультации психолога для подростков (с 14 до 19 лет) на онлайн-платформе **talk2ok.by**

**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОЕ ЗДОРОВЬЕ!
ПОМНИТЕ О СВОЕЙ БЕЗОПАСНОСТИ!!!**

СЛУЖБА ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ «ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ»

8-017-**311-00-99** (городской);

8-029-899-04-01 (МТС) (с возможностью

обращения через мессенджеры Viber, Telegram, WhatsApp);

8-029-**101-73-73 (A1)**

звоните на ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ днём и ночью в любой день...



Вам грустно или одиноко?

У Вас проблемы в семье
или на работе?

Вам трудно общаться
с близким человеком?

Вы испытываете боль, обиду,
разочарование?

Некому рассказать о своих
переживаниях?

Вы потеряли
близкого человека?

Вас бросили?

Вам страшно?

В отношении Вас совершено
насилие?

Вам кажется, что жизнь
потеряла смысл?

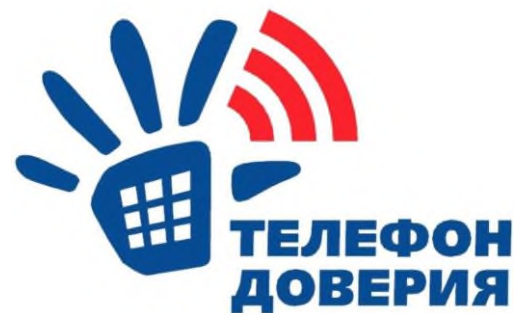
Понимание, сочувствие и поддержка - совсем рядом!

Помощь оказывается **бесплатно и анонимно**,
без ограничений по возрасту, полу, национальности,
месту жительства, состоянию здоровья,

круглосуточно, без выходных.

ПОМНИТЕ: МЫ С ВАМИ!

Главное управление по здравоохранению Минского облисполкома
УЗ «Минский областной клинический центр «Психиатрия-наркология»



ТЕЛЕФОНЫ ДОВЕРИЯ (экстренной психологической помощи) (республиканская телефонная «горячая линия»)
по г. Минску:

8-017 352-44-44 (круглосуточно)

8-017 304-43-70 (круглосуточно)

Круглосуточная служба экстренной психологической помощи «телефон доверия» Минского областного клинического центра «Психиатрия-наркология»:

8-017 311-00-99 (гор.)

8-029 899-04-01 (МТС)

8-029 101-73-73 (А1)

«Горячая линия» Комитета по здравоохранению
Мингорисполкома:

8-017 285-00-10

8-017 294-11-04

(в будние дни: понедельник-четверг с 9.00 до 17.30
обед 13.00-14.00, пятница с 9.00 до 16.30
выходные: суббота, воскресенье)

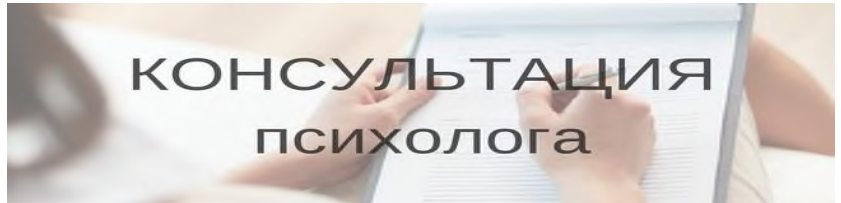
МИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ



Не бойтесь быть услышанными!
Всегда рады помочь Вам!

Телефон доверия +375 17 270-20-31

Кабинет 304 – педагог-психолог
Кабинет 306 – педагог социальный



СЛУЖБА ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

ГОРОДСКОЙ КЛИНИЧЕСКИЙ ДЕТСКИЙ ПСИХИАТРИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР

г. Минск ул. Я. Лучины, 6-1н, lpudppnd@mail.belpak.by

Телефон доверия для детей и подростков

+ 375 17 263-03-03

разговор анонимный и конфиденциальный

Звони 24 часа в сутки!!!

Вы можете поговорить с квалифицированным психологом, который внимательно выслушает вас и поможет: справиться с тревожными мыслями, эмоциональным напряжением, прояснить и осознать наиболее важные проблемы во взаимоотношениях с окружающими вас людьми улучшить понимание самого

себя, обрести веру в свои силы.

Вы можете открыто поговорить на самые личные темы

- Конфликты со сверстниками
- Проблемы сексуальной сферы
- Измена любимого, безответная любовь
- Конфликты с родителями
- Ссоры между родителями, развод
- Жестокое обращение, насилие
- Одиночество, никто не понимает
- Недовольство собой
- Суицидальные мысли, намерения
- Переживания из-за возникшей зависимости от алкоголя, наркотиков
- Выбор профессии
- Опасения за свое здоровье, своих близких
- Тревога, страхи, паника
- Депрессия, апатия
- Горе, утрата близкого человека



СЛУЖБЫ ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ



УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ГОРОДСКОЙ КЛИНИЧЕСКИЙ НАРКОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР

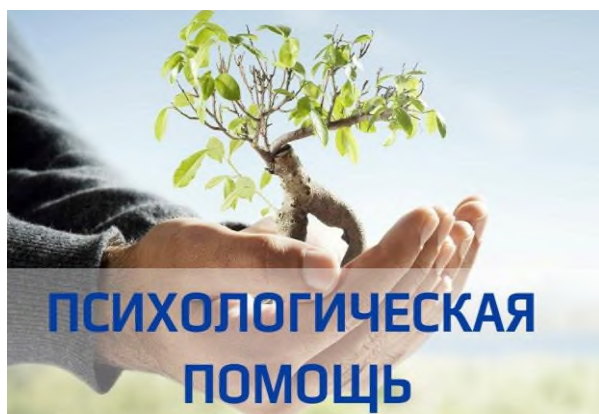
220035 г. Минск,
ул. Гастелло, 16

"Телефон доверия" (017) 263-81-51

Помощь подросткам

Детско-подростковое диспансерное отделение оказывает профилактическую, лечебно-диагностическую, консультативную помощь несовершеннолетним, употребляющим психоактивные вещества (ПАВ), и их родителям, психологическую коррекцию дезадаптивных стратегий поведения несовершеннолетних потребителей ПАВ.

В случае самостоятельного обращения консультирование и лечение проводится на **анонимной основе**.



**Экстренная психологическая
помощь для детей и
подростков (круглосуточно):
+375 17 263 03 03**



Государственное учреждение «Минский городской центр социального обслуживания семьи и детей»

г. Минск,
ул. Чеботарёва, 6А

Деятельность центра направлена на организацию и оказание социальных услуг гражданам г.Минска, находящимся в трудной жизненной ситуации, в формах полустационарного, нестационарного и срочного социального обслуживания, социального обслуживания на дому, а также содействие активизации собственных усилий граждан по предупреждению, преодолению трудной жизненной ситуации и (или) адаптации к ней и детей.

**Понедельник – Воскресенье: круглосуточная кризисная телефонная
информационная линия по проблемам семьи и детей (017) 317-32-32**



МИНСКИЙ ОБЛАСТНОЙ КЛИНИЧЕСКИЙ ЦЕНТР "ПСИХИАТРИЯ-НАРКОЛОГИЯ"

Г. МИНСК,
УЛ. П. БРОВКИ, Д. 7

Помощь оказывается бесплатно и анонимно

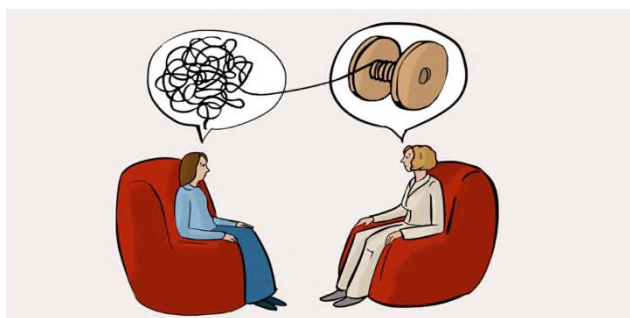
- без ограничения возраста
- пола, национальности
- места жительства
- состояния здоровья
- сексуальной ориентации

«Телефон доверия» в Telegram, Viber, WhatsApp.

В службу экстренной психологической помощи учреждения здравоохранения «Минский областной клинический центр «Психиатрия-наркология» теперь можно обращаться через мессенджеры **Telegram, Viber, WhatsApp (+37529 899-04-01)**. Абоненты также могут обращаться за психологической помощью на «Телефон доверия» Центра по мобильному телефону **8-029-899-04-01 (МТС)** и по стационарному телефону **8-017-270-24-01** (городской телефон).

Городской центр пограничных состояний и психотерапии

г. Минск
ул. Менделеева, 4
263-03-03



Анонимная психотерапевтическая, сексологическая, психологическая помощь оказывается в Городском центре пограничных состояний ГКПД на платной основе: по адресу: г. Минск, ул. Менделеева, 4. Также

анонимное лечение проводится в отделениях дневного пребывания и круглосуточных стационарах ГКПД.