**8-800-2000-122** – Детский телефон доверия (для детей, подростков и их родителей), звонки бесплатны и анонимны, ежедневно с 8.30 до 20.00.

Телефон доверия для детей, подростков и родителей **http://telefon-doveria.ru/.**

**8 (8652) 99-17-86** – служба экстренной психологической помощи. «Телефон доверия» для взрослых, круглосуточное экстренное психологическое консультирование

**8-800-25-000-15** – «Дети онлайн» (кибербуллинг и другие вопросы, связанные с посещением онлайн пространства детьми) ежедневно с 9.00 до 18.00, г. Москва

**8-800-700-01-83** – Телефон доверия для взрослых (многоканальный) бесплатно, круглосуточно.

**8-800-200-02-00** – Консультирование по вопросам здоровья (психологи, врачи, круглосуточно, бесплатно).

**8-800-201-05-03**- Круглосуточная телефонная линия СК РФ "Ребёнок в опасности".

**8-800-444-22-32-** Растим детей. Навигатор для современных родителей.

***Полезные ресурсы:***

[**http://www.ya-roditel.ru/**-](http://www.ya-roditel.ru/-) Я - родитель.

[**https://растимдетей.рф/-**](https://растимдетей.рф/-)Растим детей. Навигатор для современных родителей.

[**https://bullying.shkolamoskva.ru/-**](https://bullying.shkolamoskva.ru/-) **«**Вместе против буллинга»- все о борьбе с буллингом и травлей для детей, родителей и учителей.

[**https://xn--80aejlonqph.xn--p1ai/informacija\_dlja\_detej**-](https://xn--80aejlonqph.xn--p1ai/informacija_dlja_detej-) Проект профилактики буллинга детей в школе Травли НЕТ (*помощь ученику*).

[**https://fcprc.ru/-**](https://fcprc.ru/-)ФГБУ "Центр защиты прав и интересов детей".

[**http://psi.mchs.gov.ru-**](http://psi.mchs.gov.ru-)Интернет-служба Экстренной психологической помощи МЧС России.

**www.ya-roditel.ru** – информационный сайт для родителей.

**www.detionline.com** – Дети России Онлайн

[**http://fond-detyam.ru/-**](http://fond-detyam.ru/-) Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

**Твоя территория-** фонд «Твоя территория», который специализируется на защите прав детей.

[**http://netaddiction.ru**-](http://netaddiction.ru-) Информационный портал о всех видах зависимостей, связанных с компьютерными и мобильными устройствами.

***Сайты, где можно найти психолога:***

**hse.ru** - Консультации магистрантов НИУ ВШЭ.

**radislavgandapas.pro**- Сервис бесплатной психологической помощи работает круглосуточно.

**Психологическая помощь «Ярославна»-** Институт практической психологии и психоанализа. Бесплатная телефонная психологическая консультация.

**Помогая другим — помогаешь себе-** благотворительный проект «Помогая другим — помогаешь себе». Психологи принимают по вторникам и четвергам с 16:00 до 18:00 по московскому времени.

**www.propsyteen.ru** – кабинет онлайн-консультирования «ProPsyTeen».

***Приложения, чат-боты:***

**Помощь рядом SOS**- мобильное приложение службы психологической помощи подросткам ПомощьРядом.рф

доступно в App Store и Google play

**Я могу**- мобильное приложение доступно в Google play

**Трудно подросткам**- чат-бот, доступен в Telegram.

**г. Улан-Удэ, ул. Свердлова 22**

Телефон: **8 (9021) 69-55-29**

 **8 (3012) 44-02-59**

Группы ВКонтакте:

 **«Мир родителя. Психология 03»**

****

**«Психология о важном / для детей и подростков»**

****

**Мир родителя. Психология 03**

  

** **

**СПИСОК КОНТАКТОВ СЛУЖБ, ОКАЗЫВАЮЩИХ**

**ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ ПОМОЩЬ СЕМЬЕ И ДЕТЯМ**

****