**Обучающиеся, родители (законные представители)**

**и педагогические работники!**

Бесплатную и анонимную экстренную психологическую помощь можно получить следующим образом:

1. Позвонить на Единый круглосуточный общероссийский детский телефон доверия (для детей и их родителей) по номеру: 8-800-2000-122
2. Позвонить на Единый круглосуточный телефон доверия для взрослого населения Чувашии по номеру: 8-800-100-49-94
3. Позвонить на телефон экстренной психологической помощи (службу, действующую круглосуточно под патронажем Министерства здравоохранения Чувашии) по номеру: (8352) 58-31-31
4. Позвонить на телефон круглосуточной Интернет-службы экстренной психологической помощи МЧС России по номеру: +7 (495)989-50-50.
5. Позвонить на Всероссийский телефон доверия для женщин, пострадавших от насилия по номеру: 8-800-700-06-00. Телефон работает с 07.00 до 21.00 по московскому времени.
6. Позвонить на телефон Скорой круглосуточной психиатрической помощи по номерам: 112 или 03.
7. Позвонить на телефон Горячей линии помощи «Дети Онлайн» по номеру: 8-800-25- 000-15. Звонки принимаются в рабочие дни с 9.00 до 18.00 по московскому времени.
8. Заполнить заявку на онлайн помощь детям и подросткам в трудной ситуации от 6 до 18 лет в рамках проекта «Помощь рядом» на сайте: www.pomoschryadom.ru
9. Заполнить заявку на психологическую онлайн помощь родителям в рамках проекта «Я-родитель» на сайте: [www.ya-roditel.ru](http://www.ya-roditel.ru)

Кроме того, в Российской Федерации действуют:

* Федеральная горячая линия по лечению наркомании и алкоголизма Национального антинаркотического союза: 8-800-700-50-50 (круглосуточно).
* Всероссийская горячая линия психологической помощи онкологическим больным и их близким «Ясное утро»: 8-800-100-01-91 (круглосуточно).