

## Экстренная психологическая помощь

### 1. Инфографика «Телефон Доверия» - 133



Единый номер круглосуточной экстренной психологической помощи – 133.

Горячая линия работает для тех, кто оказался в трудной жизненной ситуации. Телефонный звонок является бесплатным. Линия работает в режиме 24/7.

В каких ситуациях необходимо позвонить:

- смерть близкого человека;
- расставание с близкими людьми;
- тяжелые соматические заболевания;
- переживание ситуации насилия и другие, при которых появляется состояние безысходности.

В остальных случаях рекомендуется обращаться на личный прием к соответствующему специалисту (психологу, врачу-психотерапевту, врачу-психиатру-наркологу).