

Телефоны доверия

Ты находишься в опасности или с тобой произошёл несчастный случай – позвони по телефону доверия или экстренной службы и поговори со специалистом твоего города.

8-800-2000-122 - телефон Службы телефона доверия для подростков и детей, работающей во всех регионах РФ (бесплатный звонок с городского телефона).

Или выбери город и позвони по номеру телефона в своем городе!

МОСКВА

- 8-499-134-81-81 (время работы с 14.00 до 20.00 по рабочим дням, кроме выходных и праздничных дней) Телефон доверия для детей и подростков «Гаврош»
- 8-499-613-80-12 (время работы с 10.00 до 19.00 с понедельника по субботу, кроме воскресения и праздничных дней) Телефон доверия для детей и подростков "Взаимодействие"
- 8-495-961-15-91 Телефон доверия экстренной психологической помощи
- 8-495-575-87-70 Телефон доверия центра экстренной психологической помощи (г. Химки)
- 8-495-596-20-01 Телефон доверия (г. Одинцово)
- 8-495-953-98-30 Телефон доверия для детей, подростков, родителей и воспитателей «Отклик»
- 8-499-181-24-75 Телефон доверия «Шар»

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

- 004 (круглосуточно, анонимно, бесплатно) Городской мониторинговый центр (психолог для детей и подростков)
- 576-10-10 (круглосуточно, анонимно) Кризисная психологическая помощь для детей и подростков
- 708-40-41 (круглосуточно, анонимно) Экстренная психологическая помощь для детей, подростков и их родителей института психотерапии «Гармония»
- 235-14-7 (время работы: с 9.00 до 19.00, кроме выходных и праздничных дней) Телефон доверия по вопросам алкоголизма и наркомании Городского наркологического диспансера
- 251-00-33 (круглосуточно, анонимно) Телефон доверия Консультативно-диагностического центра репродуктивного здоровья подростков «ЮВЕНТА»
- 320-67-24 (круглосуточно, анонимно) Телефон доверия Службы социально-юридической помощи пострадавшим от домашнего насилия «Александра»
- 344-08-06 Телефон доверия экстренной психологической помощи семьям в трудных жизненных ситуациях
- 371-61-10 Телефон доверия Детского кризисного центра
- 708-40-41 Телефон доверия Службы экстренной психологической помощи детям и подросткам
- 531-35-40 (время работы: с 9.00 до 21.00, кроме выходных и праздничных дней) Телефон доверия Центра социальной помощи семье и детям Калининского района (детская линия)
- 388-89-12 (время работы: с 9.00 до 21.00, кроме выходных и праздничных дней) Телефон доверия Центра социальной помощи семье и детям Московского района
- 362-96-19 (время работы: с 12.00 до 08.00, все дни недели) Телефон доверия Центра социальной помощи семье и детям Невского района (экстренная психологическая помощь)

- 273-66-25 (время работы: с 9.00 до 18.00, кроме выходных и праздничных дней) Телефон доверия Центра социальной помощи семье и детям Центрального района (психологическая помощь)
- 371-61-10, 344-08-06 (время работы: круглосуточно, все дни недели) Телефон доверия Центра социальной помощи семье и детям Приморского района (психологическая помощь)
- 273-66-25 (время работы: понедельник-четверг с 9.00 до 18.00, пятница с 9.00 до 17.00, кроме выходных и праздничных дней) Телефон доверия Центра социальной помощи семье и детям Центрального района (экстренная психологическая помощь)

ВОЛГОГРАД

- 36-01-02 (круглосуточно) Телефон доверия экстренной психологической помощи

ЕКАТЕРИНБУРГ

- 307-72-32 Телефон доверия для детей и подростков
- 371-03-03 Телефон доверия экстренной психологической помощи

ИРКУТСК

- 22-93-28 (круглосуточно) Телефон доверия для детей "Надежда"
- 61-17-18 (время работы: ежедневно с 10.00 до 18.00) Телефон доверия кризисного центра

КАЗАНЬ

- 277-00-00 (круглосуточно) Телефон доверия экстренной психологической помощи
- 571-35-71 (время работы: с 9.00 до 19.00, кроме выходных и праздничных дней) Телефон доверия для детей, подростков и молодежи, оказавшихся в ситуации насилия в семье

КИРОВ

- 38-19-92 (время работы: с 8.00 до 20.00, кроме выходных и праздничных дней) Телефон доверия для детей и подростков
- 33-23-00 (время работы: с 8.00 до 20.00, кроме выходных и праздничных дней) Телефон доверия Центра социальной помощи семье и детям

НИЖНИЙ НОВГОРОД

- 433-09-69 Молодёжный телефон доверия
- 419-50-00 Телефон доверия службы экстренной психологической помощи
- 468-38-38 Телефон доверия областного центра социальной помощи семье и детям

НОВОСИБИСК

- 276-35-16 (круглосуточно) Телефон доверия для молодежи
- 335-66-39 Центр психолого-педагогической помощи молодежи «Радуга»

- 361-00-41 (время работы: с 10.00 до 18.00, кроме выходных и праздничных дней) Телефон доверия для детей и подростков
- 228-13-89 Городской подростковый телефон доверия
- 300-01-00 (время работы: с 14.00 до 20.00, кроме выходных и праздничных дней) Анонимная психологическая помощь

ОМСК

- 26-42-41 (круглосуточно) Телефон доверия для подростков и молодежи
- 35-72-85 (время работы: с 8.30 до 17.45, кроме выходных и праздничных дней) Телефон доверия по вопросам защиты прав и интересов ребенка

ПСКОВ

- 75-45-45 (время работы: с 10.00 до 18.00, кроме выходных и праздничных дней) Телефон доверия общественной организации "Независимый социальный женский центр"

РОСТОВ-НА-ДОНУ

- 242-61-01 (круглосуточно) Молодежный телефон доверия
- 223-41-41 (круглосуточно) Городской телефон доверия

САМАРА

- 958-22-58 Телефон доверия для детей и подростков
- 958-66-66 Телефон доверия экстренной психологической помощи

УЛАН-УДЭ

- 8-800-350-25-25 (круглосуточно) Телефон доверия для детей и подростков в Республике Бурятия (экстренная психологическая помощь, социально-психологическое консультирование)

УФА

- 273-09-00 Телефон доверия Республиканского центра социально-психологической помощи семье, детям и молодежи
- 246-12-12 Телефон доверия Республиканского социального приюта для детей и подростков
- 223-22-11 Телефон доверия Городского центра психолого-медико-социального сопровождения «Индиго»

ХАБАРОВСК

- 30-50-60 Телефон доверия Краевого молодежного социального медико-педагогического центра "Контакт"
- 30-71-71 Городской телефон доверия

ЧЕЛЯБИНСК

- 007, 721-19-21, 722-07-65, 722-07-38 (время работы: ежедневно с 8.00 до 19.45) Областная экстренная психологическая помощь Челябинского областного центра социальной защиты «Семья»
- 269-77-77 (время работы: понедельник-пятница с 17.00 до 9.00, выходные и праздничные дни - круглосуточно) Телефон доверия для детей и подростков
- 263-65-60, 263-51-23 Телефон доверия Кризисного центра
- 772-43-13, 772-43-33 (время работы: с 10.00 до 21.00, кроме праздничных дней) Областной детский телефон доверия
- 8-351-941-55-41 Центр помощи семье и детям г. Магнитогорска
- 8-351-365-15-15 Телефон доверия г. Златоуст

Расписание работы консультантов

День недели	Время (московское)	Консультант
Понедельник	14.00 - 19.00	Анна
	19.00 - 21.00	Светлана
	21.00 - 23.00	Марина
Вторник	15.00 - 19.00	Анна
	19.00 - 21.00	Нина
	21.00 - 23.00	Надежда
Среда	14.00 - 19.00	Анна
	19.00 - 21.00	Дарья
	21.00 - 23.00	Полина
Четверг	14.00 - 19.00	Анна
	19.00 - 21.00	Татьяна
	21.00 - 23.00	Ольга
Пятница	14.00 - 19.00	Анна
	19.00 - 21.00	Марина
	21.00 - 23.00	Дарья