



8-800-2000-122

**МЫ РАБОТАЕМ
КРУГЛОСУТОЧНО,
БЕСПЛАТНО, АНОНИМНО.**

НЕ ОСТАВАЙТЕСЬ НАЕДИНЕ СО СВОИМИ ПРОБЛЕМАМИ

Находясь в кризисной жизненной ситуации, сложно справиться со своими эмоциями и переживаниями, кажется, что найти выход, решить проблему невозможно.

Не знаешь к кому обратиться за помощью и поддержкой.

В моменты, когда с родными и друзьями нет возможности поговорить или не хочется, в некоторых ситуациях в эмоциональном состоянии кто-либо из близкого окружения можно позвонить на горячую кризисную линию для оказания психологической помощи по номеру **8-800-2000-122**



~~См. также сайт: <https://www.mosreg.ru>~~