

**Единый общероссийский  
телефон доверия  
для детей, подростков и  
их родителей**

**8-800-2000-122**



**Короткий номер**

**124**





ЕДИНЫЙ ОБЩЕРОССИЙСКИЙ

**ТЕЛЕФОН  
ДОВЕРИЯ**

ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ  
И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

**124**



Иногда в жизни возникают ситуации, в которых непросто разобраться самому. Если вы попали в такую ситуацию, если у вас проблемы во взаимоотношениях с родителями или одноклассниками, если вас не понимают окружающие или вам не с кем поделиться своими проблемами, вы всегда можете позвонить на

**Единый телефон доверия**

**124**



В службе телефона доверия работают прошедшие специальную подготовку **психологи-консультанты**.

Их главная задача — снять остроту психоэмоционального напряжения, переживаний, которые испытывает звонящий в данный момент, и уберечь юного или взрослого собеседника от опрометчивых и опасных поступков.

Кроме того, консультант помогает абоненту проанализировать ситуацию, выявить ее причины, найти выход из сложившегося положения.

Общение с психологом  
Единого телефона доверия  
абсолютно

**анонимно**: называть свое имя, фамилию и адрес никто не потребует

**бесплатно** с любого мобильного или стационарного телефона; счета за разговор, каким бы длительным он не получился, не последует.

В настоящее время к единому номеру  
124 подключены 210 служб  
в 80 регионах.

**Единый телефон доверия**

**124**

**работает круглосуточно**

Детский телефон доверия работает ради того, чтобы дети, их родители и все неравнодушные к беде живущего рядом ребенка, могли вовремя получить помощь профессионального психолога.

***Дорогие ребята,  
эта информация для вас!***

Иногда в твоей жизни могут происходить события, с которыми сложно справиться самому. Ты не знаешь к кому обратиться за помощью и поддержкой. Хорошо, когда в семье есть взаимопонимание и можно поделиться своими переживаниями с родителями, братом или сестрой. Некоторыми переживаниями можно поделиться с другом или подругой. Но бывают такие ситуации, когда не хочется, чтобы о них знали друзья или близкие.

У тебя есть возможность позвонить по телефону, рассказать о своих чувствах, переживаниях, проблемах и получить помощь психологов, которые окажут профессиональную помощь и поддержку.

***Звонить можно  
с мобильного или любого  
городского телефона***

***по короткому номеру 124***



**ЕСЛИ ТЕБЕ НЕОБХОДИМО  
ПОДЕЛИТЬСЯ СВОИМИ  
ПЕРЕЖИВАНИЯМИ, ЗВОНИ  
НА ОБЩЕРОССИЙСКИЙ  
ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**

**короткий номер**

**124**

***Знай, что есть люди,  
которые  
всегда выслушают  
и помогут решить  
твои проблемы!***

**Детский телефон доверия,  
работающий с единым  
общероссийским  
коротким номером**

**124**



**Информационный  
буклет для детей  
и подростков**

**Анонимность** – ты не обязан представляться, передавать свои личные данные

**Конфиденциальность** – телефонный разговор никому не передается

## основные правила работы службы

**Уважение** – психолог с пониманием отнесется к тебе и твоим проблемам

**Свобода разговора** – ты можешь в любой момент прервать разговор

ЕСЛИ ТЫ ПОПАЛ В ТРУДНУЮ СИТУАЦИЮ И ТЕБЕ НЕ С КЕМ ПОДЕЛИТЬСЯ СВОИМИ ПРОБЛЕМАМИ



ЕСЛИ У ТЕБЯ ЕСТЬ СЕКРЕТЫ, О КОТОРЫХ ТЫ БОИШЬСЯ РАССКАЗАТЬ ВЗРОСЛЫМ

ЕСЛИ У ТЕБЯ ПРОБЛЕМЫ С РОДИТЕЛЯМИ ИЛИ ОДНОКЛАССНИКАМИ

**Детский телефон доверия работает круглосуточно.**

**Ты всегда можешь позвонить на короткий номер 124**

ЕСЛИ ТЕБЯ НЕ ПОНИМАЮТ ОКРУЖАЮЩИЕ