



# ЧЕМ МОЖЕТ ПОМОЧЬ ЗВОНОК НА ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

**8 800 2000 122**

ПОЛУЧИТЬ  
ПОМОЩЬ  
В НУЖНЫЙ  
МОМЕНТ

ПОЛУЧИТЬ РЕКОМЕНДАЦИИ  
ОПЫТНЫХ ПСИХОЛОГОВ

ВОЗМОЖНОСТЬ  
ДЕЙСТВОВАТЬ,  
А НЕ СТРАДАТЬ

РАЗОБРАТЬСЯ  
В ПРИЧИНАХ  
СИТУАЦИИ

ПОМОЧЬ ДРУГУ

ВЫГОВОРИТЬСЯ

ИЗМЕНИТЬ  
КАЧЕСТВО ЖИЗНИ  
С ПОМОЩЬЮ ТЕХНИК  
САМОРЕГУЛЯЦИИ

СВОЕВРЕМЕННО  
РЕШИТЬ  
ПРОБЛЕМУ

СВОБОДНО ОБСУДИТЬ  
ВСЕ, ЧТО БЕСПОКОИТ

[TELEFON-DOVERIA.RU](http://TELEFON-DOVERIA.RU)