

ЧТО МНЕ  
ДЕЛАТЬ СО  
ВСЕМИ  
ПРОБЛЕМАМИ

КАК МНЕ  
РАССКАЗАТЬ  
ОБ ЭТОМ  
РОДИТЕЛЯМ

КАК МНЕ  
ЖИТЬ  
ДАЛЬШЕ....

НЕТ СИЛ  
ТЕРПЕТЬ

МЕНЯ  
НИКТО  
НЕ ПОНИМАЕТ

МНЕ ПЛОХО  
И ОДИНОКО

**ВЫХОД**

**ЕСТЬ ВСЕГДА!**

**ПОЗВОНИ,  
ТЫ НЕ ОДИНОК!**

Всероссийский  
телефон доверия  
8 800 2000 122

Горячая линия кризисной  
психологической помощи  
8 800 600 3114

Телефон  
психологической  
помощи для детей,  
подростков и  
родителей  
8 800 300 83 83

Телефон экстренной  
психологической помощи  
8 800 101 24 11

Телефон доверия  
8 (343) 385-73-83

Также  
за психологической  
помощью можно  
обратиться в службу «112»

Горячая линия  
травлинет. рф  
8 800 500 4414