|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **8800 2000 122** | Бесплатно, круглосуточно | Единый телефон доверия по России |
| **3 02 01** | 9:00-17:00 анонимно | Телефон доверия по г. Усть-Илимску |
| **2 04 28** | Круглосуточно | Телефон доверия по г. Усть-Илимску |

**Детский телефон доверия нужен для того, чтобы:**

* оказывать помощь в разрешении следующих трудностей: конфликты в семье и школе, учебные и личные проблемы, и т.д.;
* поддерживать детей и родителей в разрешении внутрисемейных проблем;
* информировать людей о способах и средствах преодоления жизненных трудностей;
* помогать снижать внутреннее напряжение людей, развивать их способность понимать свое состояние и управлять им;

**По каким вопросам можно обратиться к специалистам детского телефона доверия?**

* Когда больше не хочется никого видеть и ни с кем общаться.
* Попал в безвыходную ситуацию.
* Произошел конфликт с кем-то из старших, и в связи с этим тревога не покидает тебя.
* Родители не понимают, и ты не знаешь, как себя с ними вести и заслужить их уважение и понимание.
* Друг курит (употребляет алкоголь или наркотики); как помочь ему избавиться от этой зависимости? К кому обратиться за помощью.