

1. Круглосуточная "Горячая линия" Центра Экстренной Психологической помощи МЧС в Москве и Санкт-Петербурге. в Москве **(495) 626-37-07** и в Санкт-Петербурге **(812)718-25-16**

2. Московская служба психологической помощи населению:

www.msph.ru Филиалы есть в каждом округе Москвы. Бесплатно! Центр Службы - М. Текстильщики 2-й Саратовский проезд дом 8 корпус 2 тел. **173-09-09**. Можно звонить туда, там подскажут, где находится ближайший филиал.

Отдел в СЗАО **944-45-04**

отдел в САО **454-44-08**

отдел в ЗАО **8-499-726-53-96**

отдел в ЮЗАО **8-499-743-51-90**

отдел в ВАО **309-51-28**

отдел в ЮВАО **8-499-722-07-30**

отдел в ЮАО **8-499-794-20-09**

3. Телефон доверия - это служба, куда может анонимно обратиться абсолютно любой человек, чтобы обсудить трудную жизненную ситуацию, и получить ответ на любой свой вопрос.

Детский телефон доверия: (495) 624-60-01.

Бесплатно! Круглосуточно!

4. Детский и подростковый телефон доверия "Гаврош". С сентября 2010 года у Телефона появился сайт www.tdgavrosh.ru. **8-499-134-81-81**, пн-пт с 14-00 до 20-00

5. Горячая линия по детской онкологии 8 800 200-06-09

6. Психологическое консультирование в КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ Мы помогаем людям, пережившим: чрезвычайные ситуации, несчастные случаи, криминальные события, тяжелые заболевания, утрату близких людей, семейные кризисы, потерю работы. Вы можете задать вопрос психологу и получить интернет-консультацию, написав нам по электронной почте: ipp.shar@gmail.com

Телефон доверия: **(499) 181-24-75** (понедельник, вторник, среда, с 16.00 до 20.00)

7. Телефон доверия по СПИДУ "ОТКРЫТАЯ ЛИНИЯ"

216-65-94 (с 18.00 до 10.00) и **(495) 381-89-83** по будням с 11 до 21 часа.

8. Телефон доверия для переживших сексуальное насилие "Сестры" (499) 901-02-01 будни 10.00 - 20.00

9. Горячая линия «Дети Онлайн» (бесплатно, с 09-00 до 18-00 по рабочим дням) 8-800-250-00-15. Консультирование взрослых по вопросам: как оградить детей от негативного контента, преследования, шантажа, домогательства в Интернете.

10. Горячая линия Центра экстренной психологической помощи МЧС России (бесплатно, круглосуточно): 8(499)216-50-50 (при звонке из другого города или страны оплачивается междугородняя связь). Психологическое консультирование взрослых по различным вопросам: острые кризисные ситуации, вопросы личностного развития, семейные или профессиональные проблемы.

11. Департамент образования города Москвы ГБОУ города Москвы «Городской психолого-педагогический центр Департамента образования города Москвы» (ГБОУ ГППЦ ДОГМ).

тел.: 8(499)172-10-19; 8(499)613-52-14. Оказание бесплатной очной психологической помощи детям и их родителям. Проведение мероприятий первого и второго уровней профилактики суицидального поведения обучающихся.

12. Центр экстренной психологической помощи ГБОУ ВПО «Московский городской психолого-педагогический университет» г. Москва, Шелепихинская набережная, д. 2А

тел.: 8(499)795-15-01; 8(499)795-15-07. Оказание экстренной психологической помощи субъектам образовательной среды, психологическое консультирование детей, родителей, работников

сферы образования в кризисных ситуациях. Организация и предоставление учебно-методической помощи специалистам образовательных организаций (по направлениям деятельности центра).

13. Департамент социальной защиты населения города Москвы ГБУ «Московская служба психологической помощи населению» Департамента социальной защиты города Москвы (ГБУ МСППН) г. Москва, 2-ой Саратовский проезд, д. 8, кор. 2 тел.: 8(499)173-09-09 и филиалы по округам (пон.-пят. с 9.00 до 21.00, суб. с 9.00 до 18.00). Консультации по вопросам семьи и брака, детско-родительским взаимоотношениям, внутриличностным конфликтам, психологическому здоровью, профориентации (самостоятельное обращение с 14 лет; для детей от 10 до 14 лет – с родителями). Кризисное очное консультирование (на территории службы); выездная кризисная помощь (на дому), работа бригад быстрого реагирования в связи с ЧС.

14. Департамент здравоохранения города Москвы Городское консультативно-психиатрическое диспансерное отделение ГБУ здравоохранения города Москвы «Научно-практический центр психического здоровья детей и подростков им. Г.Е. Сухаревой Департамента здравоохранения города Москвы» г. Москва, 5-й Донской проезд, д. 21А тел.: 8 (495) 954-20-74 (пн.-пят. с 9.00 до 18.00, суб. с 9.00 до 14.00). Стационар, включающий в себя 11 лечебно-диагностических отделений, в том числе отделения для лечения наиболее тяжелых форм психических расстройств (острые психозы, шизофрения, расстройства с выраженными нарушениями поведения и суицидальными проявлениями, умственная отсталость), отделение для комплексной лечебно-реабилитационной и педагогической работы с детьми и подростками с пограничными формами психических расстройств, отделение для совместного пребывания

родителей с детьми, боксированное отделение. Особым направлением в работе НППЦ является коррекция нарушений пищевого поведения, в том числе нервной анорексии. Условия: - самостоятельное обращение с 15 лет; для детей до 15 лет с родителями; - обращение по паспорту, полису; - бесплатные консультации для москвичей; для иногородних: самостоятельное обращение – платно, по направлению Департамента здравоохранения - бесплатно.

15. **МЧС России Единый номер спасения: 112** Центр экстренной психологической помощи МЧС России г. Москва, Угловой переулок д. 27 стр. 2, тел: 8(499)216-50-53. Оказание экстренной психологической помощи населению, пострадавшему при чрезвычайных ситуациях. Оказание экстренной психологической помощи осуществляется в ходе проведения эвакуации пострадавших, в пунктах временного размещения, при сопровождении массовых и траурных мероприятий, в том числе при проведении процедуры опознания.

Список предоставлен ЦЭПП МГППУ, выверен, является актуальным.