

Полезные контакты

Онлайн-помощь

твоятерритория.онлайн - чат для подростков и молодежи

telefon-doveria.ru – чат с психологом

www.nosuicid.ru – сайт о преодолении суицида

Телефон доверия

8 800 2000 122 всероссийский телефон доверия круглосуточно

8 495 960 34 62 экстренная психологическая помощь
круглосуточно

051 телефон неотложной психологической помощи

Организации

В связи с дефицитом информации о возможностях каждого города России мы рекомендуем уточнять возможности вашего города по телефону доверия, в ближайших городских поликлиниках, социальных центрах, образовательных организациях, а также кризисных центрах. У вас всегда есть возможность обращения к частному специалисту. Рекомендуем запрашивать у специалистов документы, подтверждающие их квалификацию.

Далее вы увидите несколько организаций Москвы и Санкт-Петербурга, как бюджетных, так и коммерческих. Эти данные собраны от сообщества специалистов, работающих с ситуацией самоповреждающего поведения.

Москва

❖ Научно-практический центр психического здоровья детей и подростков им. Г.Е. Сухаревой

8 495 960 34 62 экстренная психологическая помощь

8 495 952 66 18 справочная

www.npc-pzdp.ru

❖ Научный Центр Психического Здоровья

8 495 109 03 92 запись на консультацию