**Психологическая помощь в кризисных ситуациях**

*Если у Вас возникли проблемы психологического характера, кризисные ситуации, то вы можете обратиться за помощью по следующим телефонам:*

**г. Верхнедвинск:**

«Телефон доверия» УЗ « Верхнедвинская ЦРБ» (оказание экстренной психологической помощи): 6-24-71 (с 8.00 до 16.00)

Кризисная комната ТЦСОН: 5-29-15 (с 8.00 до 17.00)

8(033) 349-28-92 (круглосуточно)

Социально-педагогический центр: 6-79-21, 6-21-47 (с 8.00 до 17.00)

**Витебская область:**

**г. Новополоцк**

8 0214 37-13-75 (8.00 – 20.00)- УЗ «Новополоцкая центральная городская больница. Психоневрологический диспансер».

**г. Полоцк**

8 0214 43-22-20 (8.00 -20.00) – УЗ «Полоцкая областная психиатрическая больница».

8 0214 46-76-55 (8.00.-17.00) – ГУЗ «Полоцкая центральная городская больница. Центр дружественный подростка «ОТКРОВЕНИЕ» ». (Работают специалисты: психолог, валеолог, акушер-гинеколог, педиатр).

**г. Витебск**

8 0212 61-60-60 (круглосуточно) – УЗ «Витебский областной клинический центр».

8 0212 572471 (9.00.-12.00.) – УЗ «Витебская областная детская клиническая поликлиника. Центр здоровья молодёжи». (Работают специалисты: психолог, уролог-андролог, гинеколог. Консультирование для подростков и молодёжи).

**Республиканские «Телефоны доверия»:**

Республиканский "Телефон доверия" для наркологических пациентов:

8 801 100-21-21 (по будням с 9. 00 до 17. 00, бесплатно)

Республиканская телефонная "горячая линия" по оказанию психологической помощи несовершеннолетним, попавшим в кризисную ситуацию: 8 801 100-16-11, 8 017 246-03-03, 8 017 317-32-32 (круглосуточно, бесплатно)

**Насилие в семье можно остановить!**

Если вы стали жертвой или свидетелем насилия в семье и вам нужна помощь, если вам известно о фактах семейного неблагополучия, ненадлежащего выполнения родителями своих родительских обязанностей, условиях, создающих угрозу для жизни и здоровья детей, фактах насилия над детьми, вы можете сообщить по телефонам:

5-32-02 РОВД Верхнедвинского района (круглосуточно)

6-28-27 Инспекция по делам несовершеннолетних Верхнедвинского РОВД

6-79-00 Сектор охраны детства отдела по образованию Верхнедвинского райисполкома (по будням с 8.00 до 17.00)

6-31-32 Комиссия по делам несовершеннолетних Верхнедвинского райисполкома (по будням с 8.00 до 17.00)

6-79-21, 6-21-47 Социально-педагогический центр Верхнедвинского района (по будням с 8.00 до 17.00)

5-29-15 Кризисная комната ТЦСОН

(по будням с 8.00 до 17.00),

8(033) 349-28-92 (круглосуточно)

8-801-100-8-801 Общенациональная бесплатная горячая линия для пострадавших от домашнего насилия (ежедневно с 8.00 до 20.00)

**Ты можешь изменить ситуацию!**