****

**Куда обратиться в кризисной ситуации.**

**Жизнь порой преподносит нам сложные испытания. Если вы или ваш ребенок оказались в трудной ситуации, помните: вы не одни, и помощь всегда рядом.**

* **Школьная психологическая служба**
	+ Кабинет: второй этаж,корпус Д, вывеска «Психолог»
	+ Телефон: 89148496032 (Наталья Николаевна)
	+ Часы приема : среда , пятница с 13.00 до 17.00

***Наш психолог готов выслушать и помочь в любой ситуации.***

* **Телефоны доверия**
	+ Всероссийский телефон доверия для детей и подростков: 8-800-2000-122 (круглосуточно, бесплатно)
* **Экстренные службы**
	+ Единый номер экстренных служб: 112
	+ Скорая помощь: 103
	+ Полиция: 102
* **Важно помнить:**
	+ Не стесняйтесь обращаться за помощью – это признак силы, а не слабости.
	+ Любая проблема имеет решение, даже если сейчас кажется иначе.
	+ Ваше эмоциональное здоровье так же важно, как и физическое.
* **Если вы заметили, что ваш ребенок:**
	+ Резко изменил поведение
	+ Говорит о безнадежности или бессмысленности жизни
	+ Замкнулся в себе
	+ Раздает личные вещи

 ***Немедленно обратитесь за профессиональной помощью!***

***Мы здесь, чтобы помочь. Вместе мы сможем преодолеть любые трудности.***