

В трудных жизненных ситуациях, когда кажется, что Вы  
находитесь в безвыходном положении

## **ЗВОНИТЕ В СЛУЖБУ ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ**



### **«Телефон доверия»**



Вам помогут анонимно и квалифицированно  
специалисты в области психологии и психотерапии.

#### **г. Брест**

для взрослых  
и детей

**8(0162) 25-57-27**

короткий номер – **170**



#### **г. Минск**

для взрослых

**8(017) 352-44-44**

**8(017) 304-43-70**

для детей и подростков

**8(017) 263-03-03**

**Общенациональная детская телефонная линия  
(анонимный телефон доверия для несовершеннолетних)**

**8-801-100-16-11**

**Общенациональная бесплатная линия  
для пострадавших от домашнего насилия**

**8-801-100-8-801**

*Любой человек имеет возможность:*

- ☛ Поговорить с внимательным консультантом и быть в полной уверенности, что это останется в тайне;
- ☛ Установить контакт с человеком, которому можно довериться;
- ☛ Быть принятым как личность в целом, со всеми своими переживаниями, проблемами и желаниями;
- ☛ Выражать чувства и мысли, не подвергаясь оценке и давлению;
- ☛ Получить помощь и найти свой путь к нормальной жизни.