**Ресурсы помощи**

**Телефоны доверия:**

[8-800-2000-122](tel:8-800-2000-122) Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей. Анонимно и бесплатно для жителей РФ

[8-800-25-000-15](tel:8-800-25-000-15) Бесплатная служба телефонного и онлайн-консультирования для детей и взрослых по проблемам безопасного использования интернета и мобильной связи. В будние дни 9.00-18.00 по московскому времени

[8-800-200-19-10](tel:8-800-200-19-10) Телефонная линия Следственного комитета РФ для обращений по вопросам защиты прав несовершеннолетних. Бесплатно для звонков из Москвы и регионов РФ

[+7 (812) 327-60-30](tel:+7%20(812)%20327-60-30) Кризисная горячая линия (семейный психологический «Центр «РАДОМИРА»). Бесплатно для жителей Санкт-Петербурга

[8 (812) 708-40-41](tel:8%20(812)%20708-40-41) Экстренная психологическая помощь (Институт психотерапии и консультирования «Гармония»). Бесплатно для жителей Санкт-Петербурга

**Психологическая помощь в Санкт-Петербурге:**

Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Выборгского района Санкт-Петербурга

Адрес: Санкт-Петербург, Костромской пр.,  
д. 7-А, пом. 1Н  
Телефон: (812) 553-18-75  
Время работы: пн-сб с 10.00 до 19.00

\_\_\_

Городской центр социальных программ и профилактики асоциальных явлений среди молодежи «КОНТАКТ»

Адрес: 196070 Санкт-Петербург, ул. Фрунзе, д. 4

Телефоны:

+7(812) 388-46-27;

Телефон доверия: +7(812) 747-13-40;

Разрешение конфликтов: +7(812) 747-29-51

Электронный адрес:

[center-kontakt@yandex.ru](https://pomoschryadom.ru/category/fulltime-services/center-kontakt@yandex.ru)

Веб-сайт:

[http://profcenter.spb.ru](http://profcenter.spb.ru/)

\_\_\_

Благотворительный фонд «За здоровое поколение на пороге XXI века» (реабилитационный центр для несовершеннолетних)

Адрес: 195273 Санкт-Петербург, ул. Руставели, д. 37 лит. А

Телефоны:

+7 (812) 299-48-02

Электронный адрес:

[iscfcenter@mail.ru](mailto:iscfcenter@mail.ru)

Веб-сайт:

[http://www.mobf21.com](http://www.mobf21.com/)

\_\_\_

**Уполномоченный по правам ребёнка в Санкт-Петербурге:**

<https://www.spbdeti.org/contacts/>

\_\_\_

**Интернет-ресурсы:**

[ПомощьРядом.рф](https://pomoschryadom.ru/" \t "_blank)

Психологическая и информационная онлайн-помощь подросткам до 18 лет. Анонимно, конфиденциально, бесплатно. Ежедневно 11.00-23.00 по московскому времени

[ТвояТерритория.онлайн](https://xn--b1agja1acmacmce7nj.xn--80asehdb/" \t "_blank)

Психологическая онлайн-помощь подросткам и молодежи до 23 лет. Анонимно, конфиденциально, бесплатно. Ежедневно 15.00-22.00 по московскому времени

[МыРядом.онлайн](https://xn--d1apbhi9d3a.xn--80asehdb/" \t "_blank)

Психологическая онлайн-помощь детям и подросткам. Анонимно, конфиденциально, бесплатно. В будние дни 9.00-21.00 по московскому времени

[Propsyteen.ru](http://propsyteen.ru/" \t "_blank)

Кабинет онлайн-консультирования для подростков и молодежи. Анонимно, конфиденциально, бесплатно

[Detionline.com](http://detionline.com/" \t "_blank)

Бесплатная служба телефонного и онлайн-консультирования для детей и взрослых по проблемам безопасного использования интернета и мобильной связи. В будние дни 9.00-18.00 по московскому времени

[Podrostok.edu.yar.ru](https://podrostok.edu.yar.ru/" \t "_blank)

Интернет-проект для несовершеннолетних «Подросток и закон». Правовое просвещение детей и подростков, консультации юриста