

## **Полезные телефоны**

Горячая линия центра экстренной психологической помощи МЧС России (круглосуточно)  
+7 495 989-50-50

Линия психологической помощи Российского Красного Креста  
8-800-250-18-59

Единый телефон доверия.  
Звонить можно из любого региона России  
8-800-333-44-34

Чрезвычайные ситуации и поддержка пострадавших. По горячей линии можно обратиться в случае кризисной ситуации и психологической травмы.  
8-800-775-17-17

Горячая линия психологической помощи для всех людей (Благотворительный фонд «Просто люди»)  
8-800-100-1941

Единый справочный телефон (Москва)  
+7 (499) 173-09-09

