

Информация для размещения на сайтах

### **Экстренная психологическая помощь 24/7**

В Республике Беларусь работает круглосуточная служба экстренной психологической помощи по номеру телефона 133.

Исходящий вызов для абонентов Белтелеком, А 1, МТС, Лайф бесплатный.

На звонок ответят психологи системы здравоохранения.

По данному номеру необходимо позвонить в ситуациях, при которых возникает состояние безысходности:

- смерть близкого человека;
- расставание с близкими людьми;
- тяжелые соматические заболевания;
- переживание ситуации насилия;
- появилось желание умереть.

В остальных случаях рекомендуется обращаться на личный прием к соответствующему специалисту (психологу, врачу-психотерапевту, врачу-психиатру-наркологу).

Совершая звонок помните, в эту минуту есть возможность спасти чью-то жизнь!

# СЛУЖБА ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ «ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ»

8-017-**311-00-99** (городской);

8-029-**899-04-01** (МТС) (с возможностью

обращения через мессенджеры Viber, Telegram, WhatsApp);

8-029-**101-73-73** (А1)

*звоните на ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ днём и ночью в любой день...*



Вам грустно или одиноко?

У Вас проблемы в семье  
или на работе?

Вам трудно общаться  
с близким человеком?

Вы испытываете боль, обиду,  
разочарование?

Некому рассказать о своих  
переживаниях?

Вы потеряли  
близкого человека?  
Вас бросили?  
Вам страшно?  
В отношении Вас совершено  
насилие?  
Вам кажется, что жизнь  
потеряла смысл?

***Понимание, сочувствие и поддержка - совсем рядом!***

Помощь оказывается **бесплатно и анонимно**,  
без ограничений по возрасту, полу, национальности,  
месту жительства, состоянию здоровья,

**круглосуточно, без выходных.**

**ПОМНИТЕ: МЫ С ВАМИ!**

Главное управление по здравоохранению Минского облисполкома  
УЗ «Минский областной клинический центр «Психиатрия-наркология»