



ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

8 800 080 34 34

(по Павлодарской области с городских и сотовых телефонов)

1302 (г. Павлодар)

Телефон Доверия предназначен для того, чтобы испытывающий трудности человек мог

- найти собеседника, не остаться один на один со своими чувствами
- поделиться своими переживаниями
- избавиться от возникшего эмоционального напряжения
- получить информацию о специалистах и организациях, оказывающих помощь при различных кризисных состояниях
- получить информацию о специалистах и организациях, оказывающих помощь по проблеме химической и нехимической зависимости

Обратитесь по телефону экстренной психологической помощи

анонимно, круглосуточно, бесплатно





СЕНІМ ТЕЛЕФОНЫ

(Павлодар қ.) **1302**

(Павлодар облысы бойынша қалалық және ұялы телефондарынан)

8 800 080 34 34

Сенім телефоны күйзеліс жағдайында жүрген адамға келесі көмек береді

- пікірлес табу, өзін-өзі мазалап жүрген ойымен жалғыз қалдырмау
- алаңдаушылық сезімінен арылту
- күйзелісімен бөлісу
- түрлі дағдарыстық жағдайларда көмек көрсететін мамандар мен ұйымдар туралы ақпарат алу
- химиялық және химиялық емес тәуелділік мәселесі бойынша көмек көрсететін мамандар мен ұйымдар туралы ақпарат алыңыз

Шұғыл түрде психологиялық көмек беру телефонына хабарласыңыз

анонимді, тәулік бойы, тегін

