



ОНЛАЙН-ПОМОЩЬ ПОДРОСТКАМ

Телефон доверия

8-800-2000-122: <https://telefon-doveria.ru/>

Как подготовиться к первому звонку на номер телефона доверия

8-800-2000-122: [https:// t elefon-doveria.ru/ne-znayu-s-chego-nachat-kak-podgotovit-sya-k-pervomu-zvonku-na-nomer-88002000122/](https://telefon-doveria.ru/ne-znayu-s-chego-nachat-kak-podgotovit-sya-k-pervomu-zvonku-na-nomer-88002000122/)

Список ресурсов онлайн-помощь детям и подросткам

<https://telefon-doveria.ru/onlajn-pomoshh-detyam-i-podrostkam/>

Кибербуллинг и травля в сети

В России открыта специализированная горячая линия по проблемам кибербуллинга.

Позвонив на номер 8-800-500-24-11, можно получить консультацию психолога, который имеет опыт помощи тем, кто столкнулся с агрессией в сети, контакты юристов и профильных некоммерческих организаций, которые смогут помочь.