ПАМЯТКА
для подростков и молодежи

Не знаешь, как справиться с проблемой? Страшно? Кто-то сильно обидел? Просто нужен совет или хочешь высказаться?

Приходи.

У нас ты можешь получить бесплатную, анонимную, профессиональную психологическую помощь.

15 отделов по всему городу, бесплатно и анонимно.

Как получить помощь? Выбирай удобный способ:

Очные консультации с психологом

💻 Онлайн-консультации https://rodnik.online/?page_id=269

💻 Чат с психологом онлайн https://jivo.chat/6Jz38riMhm

Телефоны доверия (круглосуточно):
* Всероссийский номер: 8-800-2000-122
* Новосибирск: * 8(383) 276-35-16 * 8(383) 204-90-95
* Короткий номер: 124
Более подробная информация об отделах, точные адреса всех 15 филиалов, графики работы и телефоны доступны по ссылке: vk.ru/@rodnicnsk-chto-takoe-centr-rodnik
А также тренинги, кинопросмотры, групповые занятия, мастер-классы, игры и другие мероприятия. Приходи к нам!
Официальное сообщество ВК: https://vk.ru/rodnicnsk
Не держи переживания в себе. Сделай этот шаг сегодня!

ПАМЯТКА
для родителей

Если что-то не так в отношениях с ребенком:
✓ Вас беспокоит его состояние;
✓ у подростка изменилось поведение;
✓ вы не можете найти контакт с ребенком –

Воспользуйтесь возможностью бесплатной, профессиональной, анонимной психологической помощью.

О Центре «Родник»: Это бесплатная психологическая поддержка для молодёжи Новосибирска и их родителей.

15 отделов по всему городу, бесплатно и анонимно.

Как получить помощь?
Выбирайте удобный способ:

Очные консультации с психологом

💻 Онлайн-консультации https://rodnik.online/?page_id=269

💻 Чат с психологом онлайн https://jivo.chat/6Jz38riMhm

Телефоны доверия (круглосуточно):
* Всероссийский номер: 8-800-2000-122
* Новосибирск: * 8(383) 276-35-16 * 8(383) 204-90-95
* Короткий номер: 124

Более подробная информация об отделах, точные адреса всех 15 филиалов, графики работы и телефоны доступны по ссылке: vk.ru/@rodnicnsk-chto-takoe-centr-rodnik

А также тренинги, кинопросмотры, групповые занятия, мастер-классы, игры и другие мероприятия.

Официальное сообщество ВК: https://vk.ru/rodnicnsk

Не держите переживания в себе. Сделайте этот шаг сегодня!