

## Телефоны и контакты оперативной помощи подросткам и родителям:

### Федеральные:

- Единый бесплатный всероссийский телефон доверия: 8 (800) 2000-122 (бесплатно, круглосуточно)
- Служба психологической помощи для подростков: «Твоя территория. Онлайн»: Работа онлайн-консультантов службы психологической помощи для подростков и молодежи, время работы – с 15.00 до 3.00 (время московское)
  - Группа ВКонтакте: [vk.com/tvooyaterritoria](https://vk.com/tvooyaterritoria). Помощь подросткам онлайн
  - Сайт: <http://www.tvooyaterritoria.online/>
  - E-mail [tvoya\\_territoria@mail.ru](mailto:tvoya_territoria@mail.ru)
- Служба психологической помощи детям и подросткам онлайн: «Помощь рядом»: сайт <http://pomoschryadom.ru/>
- Телефон "горячей линии" Центра экстренной психологической помощи МЧС России (бесплатно, круглосуточно) - 8(495)626-37-07
- Телефон доверия экстренной медико-психологической помощи (бесплатно, круглосуточно) 8(499)791-20-50

### Региональные:

- БФ «Дорога к дому», телефон оперативной помощи: (8202) 288-588
- Уполномоченный по правам ребенка в Вологодской области Службы по правам ребенка Правительства области: Телефон: (8172) 23-00-30 доб.7731, 7735 Факс: (8172) 23-00-30
- БУ ВО «Областной центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»  
г. Вологда, Поселковый пер., д. 3  
(8172) 53-03-70 (регистратура)  
Телефон социально-психологической поддержки «Перекресток»: (8172)52-38-69 (понедельник-пятница, 12.00-16.00)
- Служба экстренной телефонной психологической помощи: 53-18-61, 51-35-35 (17.00 – 7.00)
- Телефон доверия психологической службы УМВД по Вологодской области: 50-57-93 (с 8.00 до 17.00)
- БУЗ ВО «Вологодская областная психиатрическая больница»: Амбулаторное детское отделение, прием детских психиатров и психологов: Понедельник-пятница, 8.00-19.00, суббота: 8.00-12.00- дежурный прием. Адрес: г. Вологда, ул. Залинейная, 22Е. Телефоны регистратуры – 21-86-45 и 21-75-70.
- Телефон МБУ СО "Территориальный центр социальной помощи семье и детям города Вологды" (осуществляется прием экстренных сообщений о ситуации неблагополучия в семьях) (8172) 54-14-90 (ежедневно по радням с 08.30 до 17.00).

### Если Вы обнаружили подозрительную группу или правонарушения в социальных сетях:

- Управление Роскомнадзора по Вологодской области (блокировка групп и страниц в социальных сетях):  
г. Вологда, Советский проспект, д.107, 2 этаж  
E-mail: [rsockanc35@rkn.gov.ru](mailto:rsockanc35@rkn.gov.ru). Сайт: <http://35.rkn.gov.ru/contacts/> - «Сформировать обращение»  
Телефон: (8172) 75-95-26 (приемная)

Чтобы сделать это, нужно зайти на сайт <https://eais.rkn.gov.ru/feedback/> и заполнить все необходимые графы.

Можно обратиться к специалистам из Лиги безопасного интернета <http://www.ligainternet.ru/hotline/suicide.php>

- "Дети Онлайн" - консультирование по вопросам: как оградить детей от негативного контента, преследование, шантаж, домогательства в Интернете (бесплатно, 09.00 до 19.00 по рабочим дням) 8-800-250-00-15