

Информация для обучающихся:

Если ты:

- находишься в тяжелой жизненной ситуации и тебе трудно принять решение;
- испытываешь физическое или психическое давление со стороны окружающих и не знаешь, как быть;
- переживаешь разрыв или испытываешь одиночество;
- оказался в конфликтной ситуации в семье, в школе;
- не можешь самостоятельно справиться со своим состоянием;

**Позвони:**

- даже если ты не веришь, что помощь со стороны может оказаться действенной;
- даже если ты считаешь, что твою ситуацию не может разрешить никто;
- даже если ты не привык обращаться за помощью, попробуй преодолеть себя и набрать номер телефона.

1. Психологическая помощь - детский телефон доверия «Перемена».

Тебе надо принять важное решение? Ты устал? Тебя мучают сомнения? Не спеши быть одиноким! Разговор это выход! (анонимно, бесплатно, конфиденциально)

**8-800-2000-122**

2. Уполномоченный по правам ребенка в Пермском крае – Денисова Светлана Анатольевна

г. Пермь, 614006, ул. Ленина, 51, каб. 110.

**С 13 апреля работает горячая линия**

Тел.: +7 (342) 217-76-70

Электронная почта [ombudsman@upprc.permkrai.ru](mailto:ombudsman@upprc.permkrai.ru)

**Адресная помощь в Нытвенском городском округе:**

Управление образования Нытвенского городского округа	<b>3-02-73</b> Мальцева Ирина Евгеньевна
Сектор по обеспечению работы КДН и ЗП Нытвенского городского округа	<b>3-05-77</b> Германович Галина Владимировна
Отдел опеки и попечительства	<b>4-10-67</b> Попова Оксана Геннадьевна
Заместитель начальника ОУУП и ПДН Отдела МВД России по Нытвенскому району – начальник отделения по делам несовершеннолетних	<b>3-02-06</b> Турбаков Андрей Сергеевич
<b>Психологическая помощь - детский телефон доверия «Перемена».</b> <b>Разговор это выход! (анонимно, бесплатно, конфиденциально)</b> <b>8-800-2000-122</b>	