



**ПАМЯТКА
ПО ПРОВЕДЕНИЮ АКЦИИ
«МИНУТА ТЕЛЕФОНА ДОВЕРИЯ»**

Цель акции: информирование о работе детского телефона доверия и мотивирование детей и подростков обращаться за помощью в трудных жизненных ситуациях.

Предлагаемая информация для доведения до сведения детей:

«Телефон Доверия 8-800-2000-122 (короткий номер 124) как ресурс поддержки»

В любой момент нашей жизни может потребоваться психологическая помощь. Дети и их родители могут позвонить на бесплатный круглосуточный **телефон доверия 8-800-2000-122 или 124**. По этому телефону можно получить консультацию, совет как поступить в той или иной ситуации при возникающем конфликте в семье, между сверстниками, проблеме родителей и детей. На звонки отвечают опытные психологи, прошедшие специализированное обучение.

Телефоны доверия в настоящее время очень популярны во всем мире. Дети/подростки звонят и советуются, как лучше поступить. Ведь не в каждой ситуации хватает своего опыта, а решение нужно принять.

Телефон доверия открыт для каждого человека. Не имеет значения возраст звонящего, место жительства, состояние здоровья. Любой человек имеет право быть принятым, выслушанным и получить помощь.

Помощь на телефоне доверия всегда анонимна (позвонивший может не сообщать свое имя, адрес или другие данные, номер телефона не определяется) и конфиденциальна (содержание вашей консультации с психологом не подлежит разглашению, запись разговора не производится).

8 800 2000 122 или 124 - единый общероссийский номер детского телефона доверия - просто позвони в трудную минуту. Служба детского телефона доверия работает круглосуточно, анонимно и бесплатно, с домашнего и мобильного телефонов. Если линия занята, позвони в другое время. Будь настойчив в решении своих проблем.



Телефон Доверия 8-800-2000-122 =

КРУГЛОСУТОЧНО **124** БЕСПЛАТНО

как ресурс поддержки



«Мобильный психолог» приложение

Легко и безопасно
обратиться на детский
телефон доверия

ПРИНЦИПЫ:

Без записи разговора

Конфиденциально

Анонимно

Функция постоянного
напоминания о себе
не требует
запоминания номера

Нажатие одной
кнопки = звонок
на телефон доверия

Своевременная
и необходимая
помощь

Возможность получить
рекомендации по разным
жизненным ситуациям

Знакомство
с интересными фактами
о городах России

Разделы
«Мир прекрасен»
«Советы»

*Будь настойчив
в решении своих проблем*



**Скачать приложение
можно здесь**



Методическая копилка: для Размещения на сайтах учреждений, социальных сетях: через ссылки:

1. Список тем радиозаписей на Радио России Волгоград, записанных с участием руководителя службы детского телефона доверия: Прямой эфир на Радио России Волгоград:

- 01 октября «Итоги фестиваля практик по популяризации детского телефона доверия в честь 15-летия ДТД»;
- 09 октября «Детско-родительские отношения: причины и последствия»;
- 16 октября «Дети в соцсетях. Как отвлечь ребенка от гаджетов»;
- 23 октября «Кризис среднего возраста у мужчин»;
- 06 ноября «Нейросети. Влияние нейросетей на человека»;
- 13 ноября «В преддверии пенсии: ожидание и реальность»;
- 20 ноября «Разводы в молодых семьях»;
- 04 декабря «Разводы: причины и рекомендации, часть 2»;
- 11 декабря «Сейфтизм – культура тотальной безопасности»;
- 18 декабря «Новогодние каникулы: отдых для души и тела».

Ссылка для прослушивания: <https://nc.kszn34.ru/d/a1167b780bd84ecdbe6e/>.

1. **Экспресс тренинг** по профилактике буллинга «124 – совладай с трудностями». Ссылка: <https://disk.yandex.ru/d/1EfffDJW0K-j1A>.
2. **Статья «Шпаргалка для родителей. Рекомендации детского телефона доверия» Часть 7.** Ссылка: <https://elanskie-vesti.ru/news/media/2025/1/19/shpargalki-dlya-roditelej-rekomendatsii-detskogo-telefona-doveriya-chast-7/>.
3. **«Шпаргалки для родителей: рекомендации детского телефона доверия», часть 8.** Ссылка: <https://frolinfo.ru/shpargalki-dlya-roditelej-rekomendacii-detskogo-telefona-doveriya-chast-8/> - **Шпаргалки для родителей, часть 9.** <https://nhv-vesti.ru/news/media/2025/12/5/shpargalki-dlya-roditelej-rekomendatsii-detskogo-telefona-doveriya-chast-9/>.
4. **Статья «Укрепление детско-родительских отношений – залог безопасного детства».** Ссылка: https://vk.ru/wall-199714086_3632.
5. **Статья «Новогодние каникулы: отдых для души и тела».** Ссылка: <https://znamia-leninsk.ru/news/media/2025/12/25/novogodnie-kanikulyi-otdyih-dlya-dushi-i-tela/>
6. **Статья «Буллингу – нет! ДТД 124 всегда рядом».** Ссылка: <https://zaryagazeta.ru/news/media/2025/1/27/davajte-skazhem-bullingu-net/> .
7. **Информационные материалы**, созданные Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации (видео и аудио ролики, макеты печатной продукции, интернет-баннеры) на сайте Фонда (актуализированные с номером 124) <https://disk.yandex.ru/d/tZVvxld3w5EAZg>.
8. **Методические материалы сайта «Детский телефон доверия»** - для детей, родителей и специалистов, работающих с детьми (www.telefon-doveria.ru).
9. **Квесты, методический материал** для урока-тренинга «Скажи телефону доверия «Да!», родительских собраний можете запросить по электронной почте otd.tepp@yandex.ru .
10. На Региональной интернет площадке на интернет странице в социальной сети «ВКонтакте»: «ДТД. Волгоградская область» <https://vk.com/club199714086> вы можете взять в работу необходимые рекомендации.



**Фонд
ПОДДЕРЖКИ
ДЕТЕЙ**

находящихся
в трудной
жизненной
ситуации

Детский телефон доверия для детей, подростков и их родителей



8-800-2000-122

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ ДЛЯ
ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ
И ИХ РОДИТЕЛЕЙ
АНОНИМНО | БЕСПЛАТНО

8 800 2000 122

Если тебе до 18 лет:

- Если ты хочешь говорить о дружбе и первой любви...
- Если тебе одиноко, грустно, тревожно...
- Если тебя не понимают одноклассники, родители...
- Если ты не знаешь, как справиться с проблемами – позвони **8 800 2000 122**



Если Вашим детям до 18 лет:

- Если Вам трудно найти общий язык со своим ребенком...
- Если Вас тревожит и беспокоит его поведение..
- Если ребенок не хочет учиться и у него нет друзей...
 - Если Вы не знаете, как помочь ребенку, когда ему плохо... – позвоните **8 800 2000 122**

