

Ты обижен,  
чувствуешь вину, страх или стыд,  
тебя никто не понимает...

Не находишь выхода,  
не знаешь, что делать...

Переживаешь утрату родных, друзей...

Видишь свою жизнь в негативном  
ключе или не видишь перспектив  
вообще ...

В семье ссоры, проблемы, конфликты,  
развод родителей...

Рушатся романтические отношения,  
испытываешь предательство,  
обман, унижение...

**ВЫХОД  
ЕСТЬ  
ВСЕГДА!**

Иногда  
в жизни случаются такие  
ситуации, когда начинает  
казаться, что НИЧЕГО нельзя  
исправить, а душевная боль  
НИКОГДА не кончится...

В такой момент могут  
посетить мысли  
о нежелании жить...

**СТОП!  
ВЫХОД ЕСТЬ!**

**ТЫ НЕ ОДИНОК!**

**ТЫ, КАК И ЛЮБОЙ ДРУГОЙ ЧЕЛОВЕК,  
ИМЕЕШЬ ПРАВО НА ТАКИЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ**

**ТЫ - НУЖЕН! ТЫ - ВАЖЕН!**

Горячая линия  
кризисной  
психологической  
помощи

**8-800-600-31-14**

Единый общероссийский  
**ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**  
для детей, подростков  
и их родителей

**8-800-2000-122**

**Анонимный чат  
для подростков  
МЫРЯДОМ.ОНЛАЙН**

**ВСЕГДА ЕСТЬ ТЕ,  
КТО ГОТОВ ТЕБЕ ПОМОЧЬ!**

ГАУ АО «ЦЕНТР  
«ЭМПАТИЯ»

г. Астрахань,  
ул. Советская, 36

8 (8512) 44-24-94  
emp-centr@mail.ru

