

## Центры и службы помощи в интернет

- **Всероссийская служба телефонного и онлайн консультирования для детей и взрослых по проблемам безопасного использования интернета и мобильной связи**  
**Линия помощи «Дети онлайн».** Обратиться можно бесплатно по телефону 8 – 800 – 25- 000 – 15 либо по электронной почте: [helpline@detionline.com](mailto:helpline@detionline.com). Звонки принимаются в рабочие дни с 9.00 до 18.00 по московскому времени.
- **Центр безопасного интернета**  
[http://www.saferunet.ru/post/hot\\_line.php](http://www.saferunet.ru/post/hot_line.php). Сайт посвящен вопросам обеспечения безопасной работы в сети Интернет.
- **ПомощьРядом.рф** – сайт, где можно поговорить в онлайн-чате в режиме реального времени с психологом и получить психологическую поддержку. Помощь предоставляется подросткам в возрасте до 18 лет включительно.
- **Твоятерритория.онлайн-** психологическая онлайн-помощь молодежи до 23 лет.
- **Психологическая онлайн-помощь молодежи и взрослым людям от 18 лет:** <https://www.brainbild.ru/>.
- **Сайт Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации:** [ya-roditel.ru](http://ya-roditel.ru) (консультации родителей по вопросам воспитания и детской психологии).
- **Интернет служба экстренной психологической помощи МЧС России:** <http://www.psi.mchs.gov.ru/> (круглосуточно)