

с 1 по 31 октября

Единая социально-психологическая служба «Телефон доверия»
в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре проводит акцию

«Тревога. Проблема или ресурс?»

Поводом обращения на телефон доверия могут стать темы:

- страх, паника и беспокойство;
- повышенная нервозность и эмоциональная напряженность;
- чувство полной опустошенности;
- нарушение сна, повышенная усталость;
- напряжение в мышцах;
- сложности с концентрацией внимания.

По этим и другим вопросам Вы можете получить своевременную
квалифицированную психологическую помощь по телефонам:

8-800-101-12-12, 8-800-101-12-00

анонимно, круглосуточно, бесплатно