

# Контакты организаций, работающих с подростками и родителями

## БЕСПЛАТНО ИЛИ ПРЕИМУЩЕСТВЕННО БЕСПЛАТНО

### ПСИХИАТРИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

#### Центр им. Сухаревой

Научный центр психического здоровья детей и подростков имени Г.Е. Сухаревой

Сайт [suhareva-center.mos.ru](http://suhareva-center.mos.ru)

- консультации психологов и психиатров
- амбулаторное и стационарное лечение
- родительский клуб
- клуб пациентов

[Если Вашим близким стало плохо](#) - главное о психиатрической помощи

[Полезная информация](#) - как помочь себе

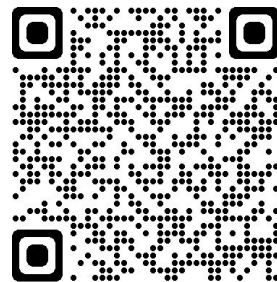
Для обращения в центр ребенку до 15 лет необходимо согласие родителя, после 15 лет он может обратиться за помощью самостоятельно.

Телефоны:

+7(495)445-54-95

+7(495)952-49-20 (приёмное отделение)

+7(800)222-05-57 (телефон доверия)



#### ПКБ № 4 ДЗМ

Психиатрическая клиническая больница № 4 им. П. Б. Ганнушкина Департамента здравоохранения города Москвы

**ПКБ №4 (ДЛЯ ВАО, САО, СЗАО, СВАО)**

+7 (495) 963-10-77

+7 (495) 963-02-55

+7 (499) 780-39-43

+7 (499) 780-35-24

Помощь оказывается лицам, достигшим 18 лет.

Для оказания психиатрической помощи подростку необходимо обратиться в центр им. Сухаревой

[suhareva-center.mos.ru](http://suhareva-center.mos.ru)

## **ПКБ №1 ДЗМ**

Психиатрическая Клиническая Больница №1 имени Н.А. Алексеева Департамента здравоохранения города Москвы

Бригаду врачей, оказывающих экстренную и неотложную психиатрическую помощь можно вызвать, набрав общий номер службы Скорой помощи - **103** Или самостоятельно по телефонам:

### **ПКБ №1 (ДЛЯ ЦАО, ЗАО, ЮАО, ЮЗАО, ТИНАО)**

Приемное отделение круглосуточно +7 (495) 952-91-61

Телефон доверия +7 (499) 791-20-50

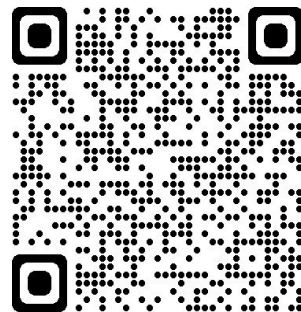
Справочная + 7 (495) 952-88-33

### **ПКБ №4 (ДЛЯ ВАО, САО, СЗАО, СВАО)**

+7 (495) 963-10-77

+7 (495) 963-02-55

Помощь оказывается лицам, достигшим 18 лет.



Для оказания психиатрической помощи подростку необходимо обратиться в центр им. Сухаревой  
[suharevacenter.mos.ru](http://suharevacenter.mos.ru)

# ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

ГППЦ

Городской психолого-педагогический центр Департамента Образования города  
Москвы

Сайт [gppc.ru](http://gppc.ru):

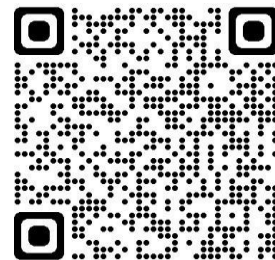
- консультации психологов
- группы/тренинги - подростковые клубы

Платные услуги для подростков: -  
диагностические занятия с  
выдачей рекомендаций -  
индивидуальные занятия  
социально-гуманитарной,  
физкультурно-спортивной и  
художественной направленности

Платные услуги для родителей: -  
индивидуальные и  
семейные консультации  
- занятия  
физкультурноспортивной  
направленности.

Подростки могут обратиться в  
центр только с согласия родителей.

Единая справочная:  
+7(495)730-21-93



Полезные ссылки:

- [раздел с полезными материалами и документами](#)
- [профилактика буллинга](#)
- [для семей с детьми с ОВЗ](#)

## Центры ДТСЗН

Мой Семейный Центр (центры помощи семье и детям департамента соцзащиты)

Сайт: [мойсемейныйцентр.москва](http://мойсемейныйцентр.москва)

Контакты: на сайте центра есть мобильные номера Семейных центров для разных округов Москвы.

Подростки могут обратиться в центр только с согласия родителей.

Есть возможность получить разовую бесплатную консультацию. Если данной консультации будет недостаточно, можно заключить с центром договор на оказание платных услуг.



## Кризисный центр помощи женщинам и детям

сайт: [krizis-centr.ru](http://krizis-centr.ru)

Единая справочная службы ДТСЗН: +7(495)870-44-44

(круглосуточно)

Телефоны доверия:

+7(499)492-46-89 (понедельник - пятница с 9.00 до 18.00)

Телефоны кризисных центров:

+7(499)977-17-05 (ул. Дубки, д.9А) - круглосуточно

+7(495)442-24-84 (ул. Нежинская, д.10) - круглосуточно

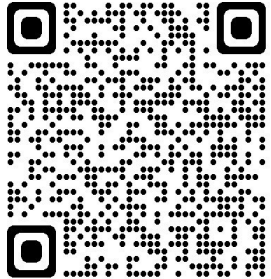
+7(499)729-51-81; +7 (499) 492-26-81 (ул. Новопоселовская, д.3Б) – круглосуточно.



Подростки могут обратиться в центр только с согласия родителей. В случае, если и подросток, и родитель прописаны в г. Москва, помощь оказывается бесплатно. В других случаях центр предоставляет услуги на платной основе.

## Центр “Нетерпи”

Психологическая помощь в ситуациях домашнего насилия - пострадавшим, авторам насилия и парам, где насилие применяют оба партнера. (18+)

<p>Сайт: <a href="http://neterpi.com">neterpi.com</a></p> <p>Москва, проезд Беговой, д. 7, корп. 1, Офис 9Е</p>	
<p>Любой человек, достигший 18 лет, пострадавший от насилия или являющийся автором насилия может получить 5 бесплатных консультаций в течении полугода с момента обращения.</p> <p>Любой человек, достигший 18 лет, переживающий стрессовые реакции и тревогу в связи с актуальной ситуацией в мире, может получить в центре 1-3 бесплатные консультации в течение 2 месяцев с момента обращения.</p> <p>Заявки можно оставить на сайте.</p>	
<p>Помощь родителям Кризисная психологическая помощь Психологическая помощь тем, кто пострадал от насилия Платные услуги психолога (индивидуальные и парные консультации)</p>	


## Центр «Тебе поверят»

<p>Сайт: <a href="https://verimtebe.ru/consultations/">https://verimtebe.ru/consultations/</a></p> <p>Телефон +7(985) 610-77-55 Почта <a href="mailto:verimtebe@gmail.com">verimtebe@gmail.com</a></p>	<p>Любой человек от 15 до 20 лет, пострадавший от сексуального насилия, может получить 8 бесплатных консультаций.</p>
--	---

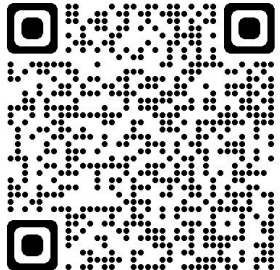
# ПЛАТНО ИЛИ ПРЕИМУЩЕСТВЕННО ПЛАТНО

## ПСИХИАТРИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

### НЦПЗ Научный Центр Психического Здоровья

Сайт: <a href="http://ncpz.ru">ncpz.ru</a>	
Телефоны: +7(495)109-03-93 (взрослый амбулаторный приём) +7(495)109-03-92 (детский амбулаторный приём) +7 (495) 109-03-93 (справочная) Понедельник - пятница с 9.00 до 18.00  Для работы с несовершеннолетними требуется согласие родителя.	
Перечень и прейскурант платных медицинских услуг	

### МНС Mental Health Center Частная психотерапевтическая клиника

Сайт <a href="http://mhcenter.ru">mhcenter.ru</a>  Психиатрия Психотерапия Детские психологи и психиатры	
Телефон: +7(495)108-04-63  Для работы с несовершеннолетними требуется согласие родителя.	

# ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

## Центр «Перекресток»

Сайт [perekrestok.info](http://perekrestok.info):

- консультации для подростков и родителей;
- психологические группы для подростков и родителей;
- подростковый клуб (бесплатно) и игротеки;
- подростковые и семейные интенсивы и лагеря;
- профориентация для подростков;
- родительский клуб;
- тренинги для подростков;
- ежегодная конференция «Подросток в мегаполисе».

Для работы с подростком необходимо согласие родителя.

Телефон: +7(926)288-38-74



## Центр «Точка»

Сайт [tochka-centr.ru](http://tochka-centr.ru):

- индивидуальное консультирование подростков;
- индивидуальное консультирование родителей;
- семейная терапия
- групповая терапия

Услуги центра платные

Для работы с подростком нужно согласие родителя.

Телефон: +7(929)639-30-61



## Нарративная мастерская

Сайт [narrative.team](https://narrative.team):

- [льготные консультации нарративного практика](#)

Для работы с несовершеннолетним требуется согласие родителя.



## ФИЦ питания и биотехнологии

Федеральное государственное бюджетное учреждение науки «Федеральный исследовательский центр питания, биотехнологии и безопасности пищи»

Сайт [ion.ru](https://ion.ru)

Приёмная дирекция: +7(495)698-53-60

Клиника лечебного питания (м. Каширская): +7(499)613-87-00

Консультативно-диагностический центр «Здоровое и спортивное питание» (м. Китай-город): +7(495)916-10-61



## ЦИРПП

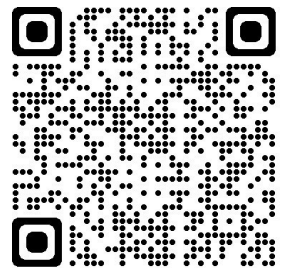
Центр Изучения Расстройств Пищевого Поведения

Сайт: [cirpp.ru](https://cirpp.ru)

- работа с расстройствами пищевого поведения

Телефоны +7 (499) 703 20 51 (Москва)

+ 7 (800) 777 45 81 (Россия)



## ОНЛАЙН-ПОМОЩЬ

[telefon-doveria.ru](http://telefon-doveria.ru)



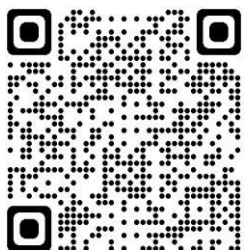
На сайте есть множество психологических статей и тем, как для подростков, так и для взрослых.  
Телефон доверия 8 800 2000 122

[мырядом.онлайн](http://мырядом.онлайн)



Чат психологической помощи для подростков  
(понедельник-пятница с 9:00 до 21:00)

[elibot.info](http://elibot.info)



Чат-бот Элли, которой можно задать вопросы  
тему сексуального здоровья, взросления,  
физиологии и психологии отношений

Помощь.Рядом.рф



Психологическая и информационная помощь подросткам.

[propsyteen.ru](http://propsyteen.ru)



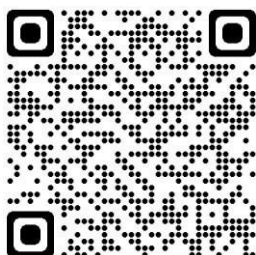
Психологическое онлайн-консультирование подростков и молодёжи.

[detionline.com](http://detionline.com)



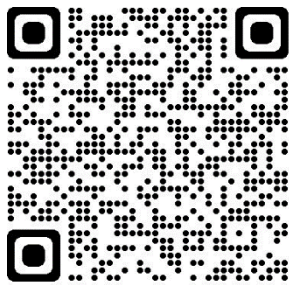
Консультирование детей по проблемам безопасного использования интернета и мобильной связи

[Podrostok.edu.yar.ru](http://Podrostok.edu.yar.ru)



Правовое просвещение детей и подростков, консультации юриста

[psi.mchs.gov.ru](https://psi.mchs.gov.ru)



Экстренная психологическая помощь онлайн  
сотрудниками психологической службы МЧС



[Чат 1221](#)

Чат психологической помощи тем, кому от 12 до 21 года.

Можно написать свой вопрос в чат, после чего чатбот перенаправит вас на психолога, с которым вы будете общаться 50 минут в закрытом чате, соблюдая конфиденциальность.

[@shalash\\_stopnasilie\\_bot](#)

Чат психологической помощи, посвященный тому, как уберечь ребенка от насилия в школе и что делать, если оно уже произошло.

# ТЕЛЕФОНЫ ДОВЕРИЯ

1. Всероссийский круглосуточный телефон доверия	<b>+7(800)200-01-22</b>
2. Экстренная психологическая помощь, круглосуточно (Центр им. Г.Е. Сухаревой)	<b>+7(495)960-34-62</b>
3. Телефон неотложной психологической помощи (МСПН)	<b>+7(495)051</b> (с мобильного телефона) или <b>051</b> (с городского)
4. Детский телефон доверия МГППУ	<b>+7(495)624-60-01</b>
5. <a href="#">Травли.нет</a> Горячая линия психологической помощи подросткам, родителям, учителям по вопросам травли.	<b>+7(800)500-44-14</b> (пн-пт 10:00-20:00. Выходные: сб, вс, государственные праздники)
6. <a href="#">Сестры</a> Телефон доверия для переживших сексуальное насилие	<b>+7(499)901-02-01</b>
7. Служба консультирования детей по проблемам безопасного использования интернета и мобильной связи	<b>+7(800)250-00-15</b>
8. Телефонная линия «Ребенок в опасности» Следственного комитета РФ для обращений по вопросам защиты прав несовершеннолетних	<b>+7(800)200-19-10</b>
9. Экстренная психологическая помощь МЧС	<b>+7 (495) 989-50-50</b>