




ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«Территориальный центр социального обслуживания  
населения Узденского района»

### Если вы находитесь в ситуации домашнего насилия и

-  не знаете, как ее разрешить...
-  не знаете, кому можно рассказать об этом...
-  не знаете, кто и как может вам помочь...

Если вам трудно принять решение изменить свою  
жизнь к лучшему, возможно,  
первый шаг помогут сделать здесь:

«Кризисная» комната

- это временное безопасное место пребывания, где человек, который подвергся семейному насилию, сможет укрыться от агрессора, получить квалифицированную помощь специалистов и, возможно, начать новую жизнь.



Телефоны, по которым можно обратиться, если Вы  
пострадали от домашнего насилия:

- телефон [102](tel:102) (РОВД);
- телефон круглосуточного доступа в «кризисную» ГУ «ТЦСОН Узденского района» [80292513008](tel:80292513008);
- телефон [103](tel:103) (ЦРБ);
- круглосуточный телефон Республиканской телефонной детской линии помощи для несовершеннолетних, оказавшихся в кризисном положении, сложной жизненной ситуации и нуждающихся в психологической поддержке [8-801-100-16-11](tel:8-801-100-16-11);
- круглосуточный «Телефон доверия» экстренной психологической помощи для детей и подростков [8017263-03-03](tel:8017263-03-03).

**8-01718-68-6-45 ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**

**Территориального центра социального  
обслуживания населения Узденского района**

**БЕСПЛАТНО, АНОНИМНО**

**РЕЖИМ РАБОТЫ: ПН-ПТ 08.00-13.00, 14.00-17.00**

**ПО ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ**

**каждый человек имеет возможность:**

- ☞ поговорить с консультантом о своей проблеме
- ☞ выразить свои мысли и чувства, не подвергаясь оценке и давлению
- ☞ получить эмоциональную поддержку
- ☞ справиться с тревожными мыслями и обрести веру в себя

**ПОМНИТЕ, БЕЗВЫХОДНЫХ СИТУАЦИЙ НЕ БЫВАЕТ!!!**