

Психологический центр "Ресурс".

Работает в дистанционном-режиме, с 09.00-17.00 с понедельника-пятницу.

Можно выйти на связь по телефону 554-74-09 или связаться через социальные сети (напишите сообщение):

Ссылка на группу "Вконтакте" https://vk.com/resurs_kazan

Ссылка на группу в Телеграм <https://tlgg.ru/Resurskzn>

Также в этих группах и на <http://www.kazanobr.ru/node/9561>

можно почитать много полезной информации и действенные психологические рекомендации для родителей, детей и педагогов.

Центр психологической помощи «Доверие»

с несколькими филиалами по районам г. Казань.

Центр работает в дистанционном режиме и любой желающий может получить психологическую помощь **БЕСПЛАТНО**:

- 277-00-00 (круглосуточно, анонимно) - Телефон Доверия для взрослых

- 571-3-571 (круглосуточно, анонимно) – Телефон доверия для детей, подростков, родителей

- группа в Вконтакте https://vk.com/kcso_doverie с информацией, статьями, видеосоветами психологов, бесплатные он-лайн консультации психологов (по записи).

- страница центра «Доверие» в инстаграмм @kcso_doverie
https://www.instagram.com/kcso_doverie/

Сейчас поддерживать близких и сохранять спокойствие особенно важно.