Уважаемые руководители, педагоги и родители!

В МБУО Центр образования открыта горячая линия психологической поддержки для всех участников образовательного процесса в период самоизоляции в связи с распространением COVID-19.

Для получения психологической помощи Вам и нашим детям можно обратиться по телефону психологической помощи по номеру 8 42 337 33 718 – в рабочее время (с городского) или +7 914 666 03 63, +7 9224 2697872, а также на электронную почту [t.khursenko15@yandex.ru](mailto:t.khursenko15@yandex.ru), tpmpk ago@mail.ru или ВАТСАП 8 914 666 0363, записавшись на дистанционную консультацию.

Тревожные новости в мире, рекомендации самоизоляции, ограниченное пространство являются испытанием для нашей психики и психики наших детей. У нас появляется раздражительность, тревожность, страх, эмоциональная лабильность, все чаще мы сталкиваемся с ситуацией растерянности, не знаем, как выстроить отношения с детьми, не усложняя их. Частая смена настроения, появляются негативные реакции по отношению к близким… Как справиться со всем этим, не навредив своим близким и себе?

Наши специалисты окажут поддержку и дадут советы.

Специалисты психологи соблюдают конфиденциальность информации!!!