

Уважаемые дети и родители!

Условия вынужденной самоизоляции не самое простое время и иногда становится трудно справляться со своими негативными чувствами: страх, злость, раздражение, обида и пр. заставляют нас совершать разные поступки, ссориться с близкими.

Для получения психологической помощи и эмоциональной поддержки Вы можете обратиться к педагогу-психологу **Отмаховой Ирине Валерьевне**.

Она ответит на волнующие Вас вопросы, окажет эмоциональную поддержку, поможет найти выход из трудной ситуации.

Свои вопросы Вы можете задать ей по адресу: irishka101788@mail.ru

Психологическая информация и методические материалы размещены на сайте школы/детского сада во вкладке «Психологи рекомендуют».

Бесплатную, анонимную, круглосуточную психологическую помощь вы можете получить, позвонив на Детский телефон доверия 8-800-2000-122, а также на сайтах: www.telefon-doveria.ru и портале для родителей «Я – родитель» www.ya-roditel.ru.

Напоминаем, что в Елабуге работает Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Шанс», специалисты которого ответят на Ваши вопросы по телефону 8(85557)3-71-47 ежедневно с 10.00 до 17.00 (кроме субботы и воскресенья)