

Уважаемые родители!

С 27 апреля (пн) в Кузбассе в рамках проекта **ТЫНЕОДИН!** заработала первая горячая линия для душевных разговоров по номеру **8-800-250-7212**.

В период непростой ситуации, связанной с распространением коронавирусной инфекции, многие из нас находятся на вынужденной самоизоляции. Для кого-то это просто непривычный режим, а для кого-то целая проблема. Пришлось поменять график, дети круглосуточно сидят дома, многие ушли с работы.

Именно в такое время больше внимания стоит уделить себе и своим близким, сосредоточиться на главном и перестать бояться меняться.

- Если ваш ребёнок стал меньше с вами общаться и отстранился
- Если за маленькими детьми трудно постоянно следить
- Если с супругом или супругой непросто проводить столько времени вместе
- Если вы просто устали

Настало время об этом поговорить!

В проекте **ТЫНЕОДИН!** работают опытные специалисты, которые выслушают каждую историю.

Вы можете:

1. Позвонить по номеру **8-800-250-7212** и обсудить ваш вопрос по телефону
2. Записаться на онлайн-консультацию со специалистом по видео-связи, позвонив по телефону горячей линии или оставив заявку на сайте проекта tyneodin.online
3. Пройти целый курс видео-занятий. Запишитесь по телефону или на сайте.

Кроме того, мы работаем как со взрослыми, так и с детьми любого возраста.

Проект создан специалистами Кузбасского РЦППМС «Здоровье и развитие личности».

8-800-250-7212

tyneodin.online

tyneodin-online@mail.ru