

## Проект



**Социальный проект инициирован Кузбасским центром «Здоровье и развитие личности» при поддержке Правительства Кузбасса.**

Его цель – оказать необходимую помощь кузбассовцам в период вынужденной самоизоляции.

В рамках проекта начала работу «горячая линия для душевных разговоров», которая действует по бесплатному номеру 8-800-250-7212. Позвонив по нему, любой житель региона может получить психологическую поддержку специалистов Кузбасского регионального центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Здоровье и развитие личности».

Обратиться за помощью может кто угодно: ребенок, подросток, студент, родитель или педагог. Помимо телефонной консультации со специалистами возможно пообщаться в онлайн-формате с помощью WhatsApp, Skype, Zoom или организовать курс видео-встреч.

Кроме того, на официальном сайте «Ты не один» (<http://tyneodin.online>) проходит акция #ТВОЯИСТОРИЯ. Его участникам предлагается рассказать позитивную историю из жизни о том, как они справляются с ситуацией вынужденного нахождения дома. Также на онлайн-платформе размещены полезные материалы: подборка «Топ-10 игр дома с ребенком», статья «Как преодолеть страхи» и другая актуальная информация.

Более подробно узнать о проекте и ознакомиться с алгоритмом действий во время звонка можно на официальном сайте «Ты не один» (<http://tyneodin.online>).