

## **Чат Московской службы психологической помощи поддержит жителей Молжаниновского**

26.03.2020

□  
**Семейный центр Западное Дегунино рекомендует испытывающим психологический прессинг жителям столицы обращаться в Московскую службу психологической помощи. С учётом противовирусных ограничений, служба предоставляет возможность онлайн консультаций в психологическом чате.**

— Испытываете тревогу, беспокойство, боитесь за свое здоровье и за своих близких? Справиться с неприятными эмоциями вам помогут в психологическом чате «Don't panic» (Без паники! — англ.) на сайте службы, — говорится в сообщении.

Уточняется, что вас проконсультируют квалифицированные психологи Московской службы психологической помощи. Они поддержат и помогут разобраться в своих чувствах, вместе найти ответы на волнующие вопросы и выслушают все, что вас беспокоит.

Психологи на связи с понедельника по пятницу с 9.00 до 18.00 по московскому времени. Консультация в чате длится до 1 часа.

Если вы предпочитаете общение по телефону, то можете обратиться в службу экстренной психологической помощи по телефону 051 (+7 495 051 с мобильного).

Напоминаем, что воспользоваться услугами Московской службы психологической помощи также удобно через городской портал Mos.ru.

---

Адрес страницы: <http://molzhaninovskiy.mos.ru/presscenter/news/detail/8789809.html>

---

[Управа района Молжаниновский города Москвы](#)