



Психологическая помощь по районам г. Минска

В каждом районе Минска существуют **территориальные центры социального обслуживания населения**, при которых работают **кабинеты психологов**.

К специалистам центра **Ленинского района** можно обратиться по телефону 8-017-223-67-76 и лично (в будние дни и каждую вторую и пятую субботу месяца).

Там периодически проводятся тренинги, лекции и семинары с разными категориями граждан: молодыми отцами, сиротами, людьми недавно вышедшими из тюрем и т. д. Кроме того, психологи учреждения сейчас активно проводят мероприятия программы реабилитации для онкобольных «Ни дня напрасно». Каждый четверг в 18.00 в центре проходят занятия группы взаимопомощи, куда могут приходить как сами больные (причём со всех районов Минска), так и их родственники и обсуждать наиболее болезненное.

Подобные мероприятия планируются и в **Октябрьском районе**, а пока там дополнительно существует только группа психологической помощи для людей, которые ухаживают за тяжелобольными. Позвонить психологу можно по номеру 8-017-219-74-19.

В территориальном центре социального обслуживания **Партизанского района** получить телефонную консультацию и записаться на приём можно по номеру 8-017-299-04-98. Здесь также время от времени проводятся различные тренинги и семинары.

Для жителей **Первомайского района** номер телефона местного территориального центра 8-017-280-28-11. Специалист проведёт индивидуальный приём и затем, по необходимости, распределит вас в ту или иную группу психологической поддержки и взаимопомощи.

В Советском районе психолог, кроме стандартных консультаций, практикует ещё и тренинги по дыхательной практике. Записаться можно по телефону 8-017-290-96-75.

В центре социального обслуживания Московского района активно работают психологические клубы, например «Клуб неполной семьи» или «Клуб пожилых людей». Позвонить специалисту можно по телефону 8-017-372-25-36.

Во Фрунзенском районе групп взаимопомощи пока нет, но они планируются в скором времени. В планах работников центра также устраивать выездные тренинги. Получить телефонную консультацию психолога и записаться на приём можно по номеру 8-017-257-05-34.

Телефон «горячей линии» в Заводском районе - 8-017-295-68-13, отдела социальной адаптации и реабилитации - 8-017-296-43-94.

В Центральном районе: 8-017-290-60-90 - «горячая линия», 8-017-290-93-44 - отдел социальной адаптации и реабилитации.

**Консультации психолога во всех
вышеперечисленных территориальных центрах
бесплатны.**

***Кроме того, вы можете обратиться в
поликлинику по месту жительства, где вас должны
направить в кабинет социально-психологической
службы.***