



Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,
чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий

Дистанционная помощь населению

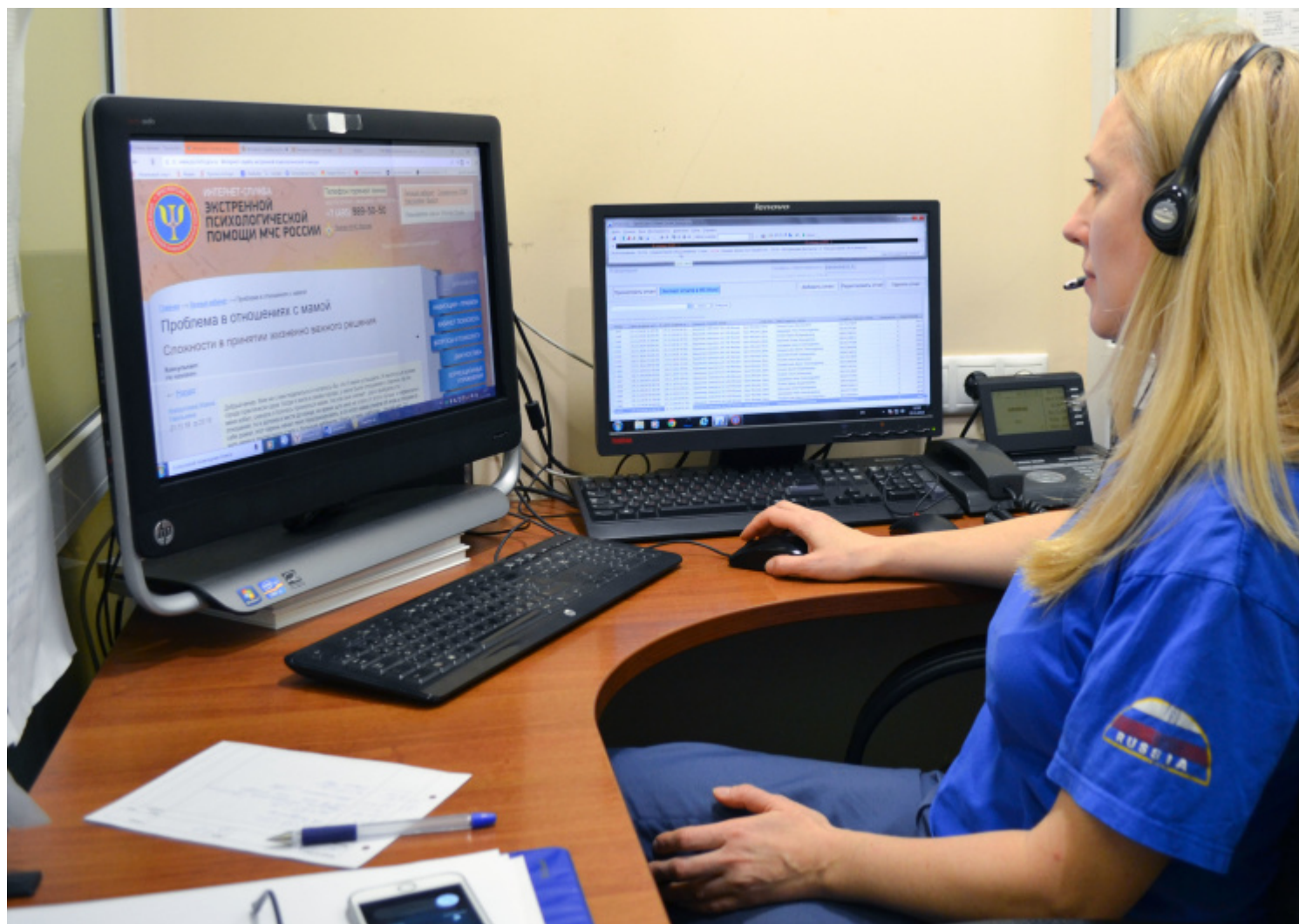
Психологи МЧС России осуществляют круглосуточное телефонное и интернет-консультирование населения, ориентированное на весь спектр психологических проблем, среди которых приоритетное значение имеют обращения по поводу острых кризисных состояний и ситуаций.

В круглосуточном режиме работает телефон +7 (495) 989-50-50, по которому можно получить помощь – анонимно и бесплатно. Оплачиваются только услуги междугородней связи.

Также на сайте интернет-службы можно зайти в раздел «[вопрос психологу](#)» и дистанционно получить квалифицированную психологическую помощь от специалистов.

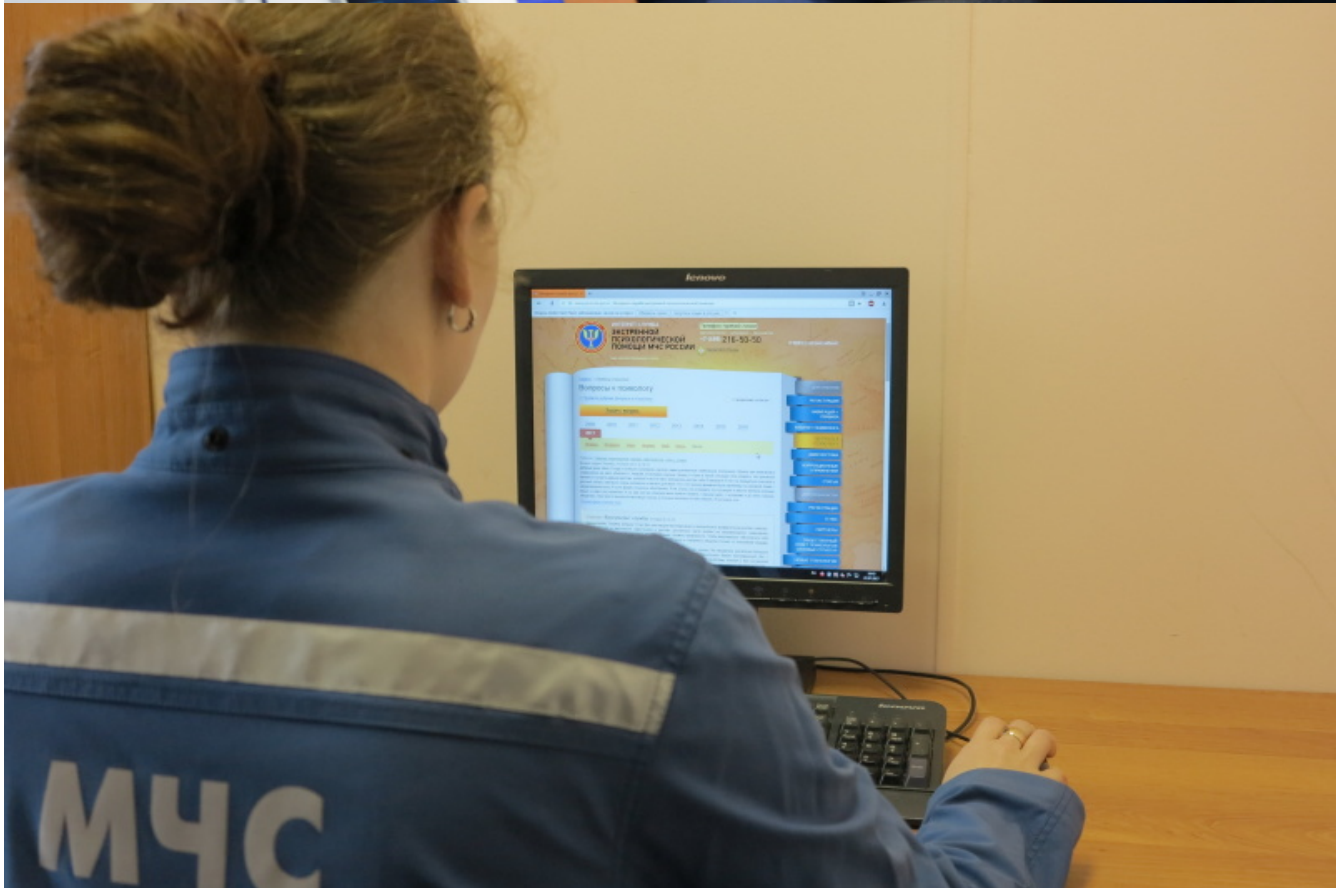
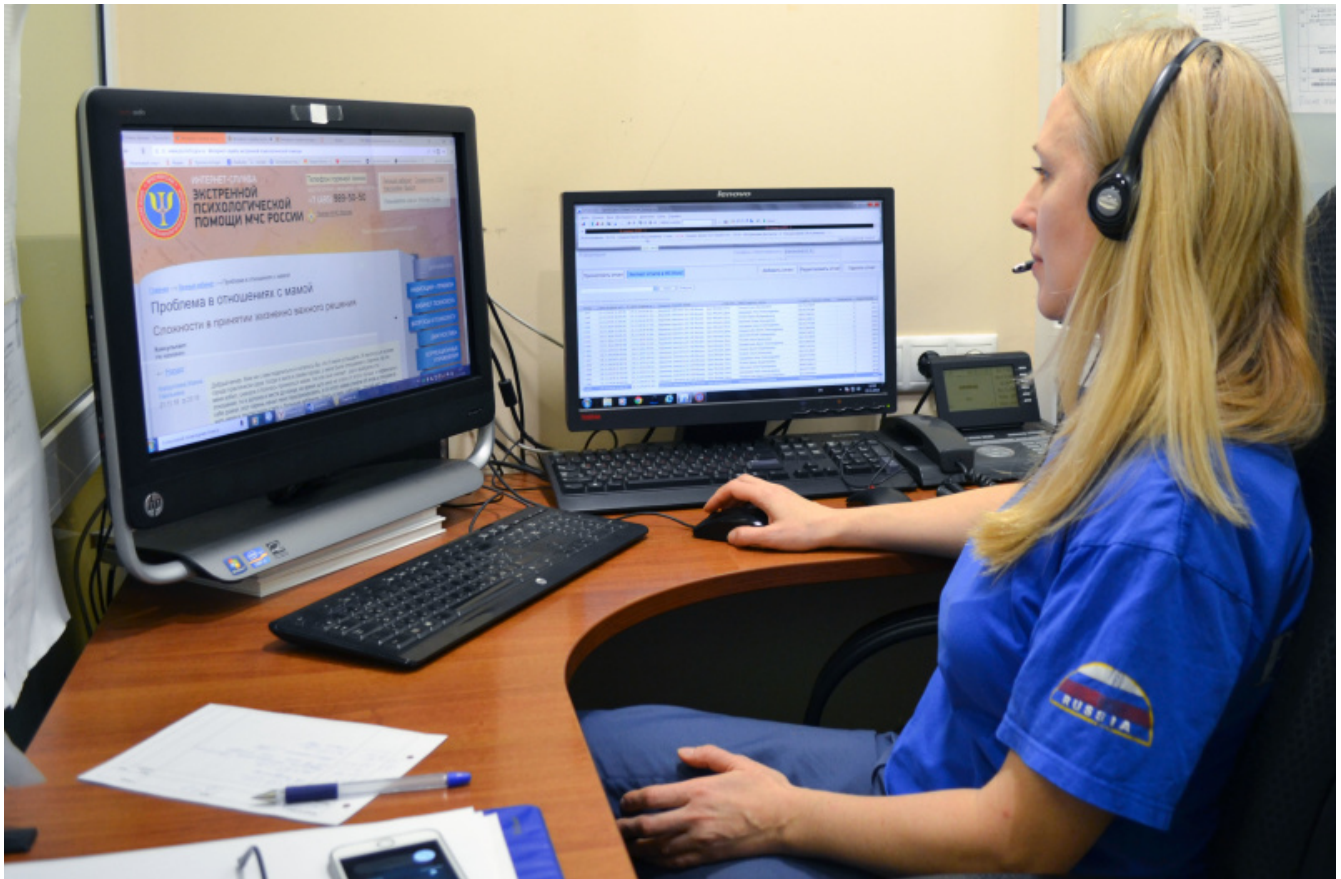
Психологи МЧС России разработали собственные технологии интернет-консультирования, позволяющие осуществлять полноценную психологическую поддержку по разным запросам.

По телефону экстренной психологической помощи с момента открытия в 2006 году реализовано более **155 тысяч** консультаций. На сайте с 2009 года проведено более **88 тысяч** консультаций.











Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий © 2025