

Региональная Благотворительная общественная организация по оказанию психологической помощи населению психологами с инвалидностью



ГОДОВОЙ ОТЧЕТ 2018

«Помогая другим - помогаешь себе!»

Оглавление

1. О службе.....	3
2. Миссия, задачи, ценности.....	5
3. Структура службы.....	6
4. Наша команда.....	7
5. Работа в цифрах и событиях	9
6. Отделение по переписке.....	10
7. Отделение Телефон Доверия.....	11
8. Статистика обращений.....	13
9. Содержательный анализ обращений клиентов	14
10. Финансовая информация	17
11. События 2018.....	18
12. Развиваемся.....	19
13. Нас благодарят.....	21
14. Мы благодарим.....	23
15. Контакты и как нам помочь.....	24

О службе



«Помогая другим - помогаешь себе» - это интернет-служба бесплатной психологической помощи.

Обратиться в службу за помощью может любой человек.

Работаем по Телефону Доверия (через Skype) и по переписке на нашей консультационной площадке.

Особенности службы

1. Все сотрудники-психологи имеют инвалидность. Кто-то был психологом, но волею трагических обстоятельств, стал инвалидом. А кто-то будучи инвалидом, получил образование и нашел свое профессиональное призвание в психологии.
2. Служба помогает трудоустроиться таким психологам и создает им адаптивные условия для самореализации в профессии.
3. Финансируемся благотворительными пожертвованиями добрых людей.

О службе

- **Особенность службы для клиентов** - бесплатность, доступность. А также уникальный личный опыт наших психологов - полноценная жизнь, несмотря на инвалидность.
- **Бесплатность** важна:
 - тем людям, у кого на платную помощь психолога нет денег;
 - как дополнительный фактор заботы, поддержки, благотворительной помощи, особенно для людей, переживающих кризис
- **Доступность** помощи психолога он-лайн особенно важна для тех, кто:
 - не может выходить из дома (по здоровью, по особым обстоятельствам)
 - живет в удаленных регионах, где психологов нет или они не говорят по-русски
 - никогда не обращался к психологу и стесняется идти на прием, хотя потребность назрела
 - имеет суицидальные мысли или переживает острые реакции на травмирующие события
 - нуждается в информировании о психологической помощи
- **Личный опыт преодоления трудностей жизни с инвалидностью**

Почти 40% обратившихся в службу людей - люди с инвалидностью. Возможность поговорить с психологом, имеющим личный опыт в этой теме, важен для тех, кто сам инвалид и особенно тем, кто стал им недавно. Главный рабочий инструмент психолога - его личность. Высшее образование, курсы, спец.подготовка есть у многих психологов. Но вот личного опыта инвалидности, как у психологов нашей службы - нет. Это расширяет зону понимания и доверия между психологом и клиентом с инвалидностью в консультировании.

Наша миссия

Дать шанс маломобильным инвалидам с высшим психологическим образованием ощутить свою профессиональную востребованность, работать по специальности и помогать другим людям. Мы хотим донести до общества тот факт, что психолог в коляске – это профессионал, а не обуза для общества!

Мы открываем новые перспективы для тех, кто не теряет надежды!

Наши цели и задачи

Трудоустроиться в нашем обществе инвалиду с высшим образованием чрезвычайно сложно! Трудоустроиться инвалиду с редкой профессией - практически невозможно!

1. Мы создаем новые дистанционные рабочие места для маломобильных психологов с инвалидностью (ранее эта профессия была недоступна для инвалидов)

Удобная бесплатная психологическая помощь для маломобильных и малообеспеченных категорий населения – практически недоступна: либо ее негде получить, либо нет возможности ехать к психологу ввиду маломобильности. Возможность для них обратиться за такой помощью в дистанционную интернет-службу не выходя из дома – едва ли не единственный выход из создавшейся ситуации

2. Мы создаем реальные возможности для большей доступности бесплатной психологической помощи населению

Наши ценности

Помогая другим – мы помогаем себе!

- создавая новые дистанционные рабочие места и трудоустроявая маломобильных психологов с инвалидностью, мы одновременно решаем проблему доступности бесплатной психологической помощи для людей, находящихся в сложной жизненной ситуации

Профессионализм и качество

- мы стремимся, чтобы наша психологическая поддержка людям была максимально качественной и профессиональной. Поэтому все наши психологи с инвалидностью повышают свой профессионализм, регулярно проходят дополнительное профессиональное обучение (внутреннее или внешнее), имеют доступ к супервизорской и интервизорской поддержке. Все внутрискруктурные процессы мы тоже стремимся выполнять максимально качественно и оптимально

Открытость

-мы открыты к сотрудничеству и взаимодействию. Мы готовы делиться с коллегами своим опытом. Готовы вместе с заинтересованными людьми и структурами искать новые способы решения актуальных проблем интеграции в общество людей с инвалидностью, и в частности психологов с инвалидностью.

Структура службы

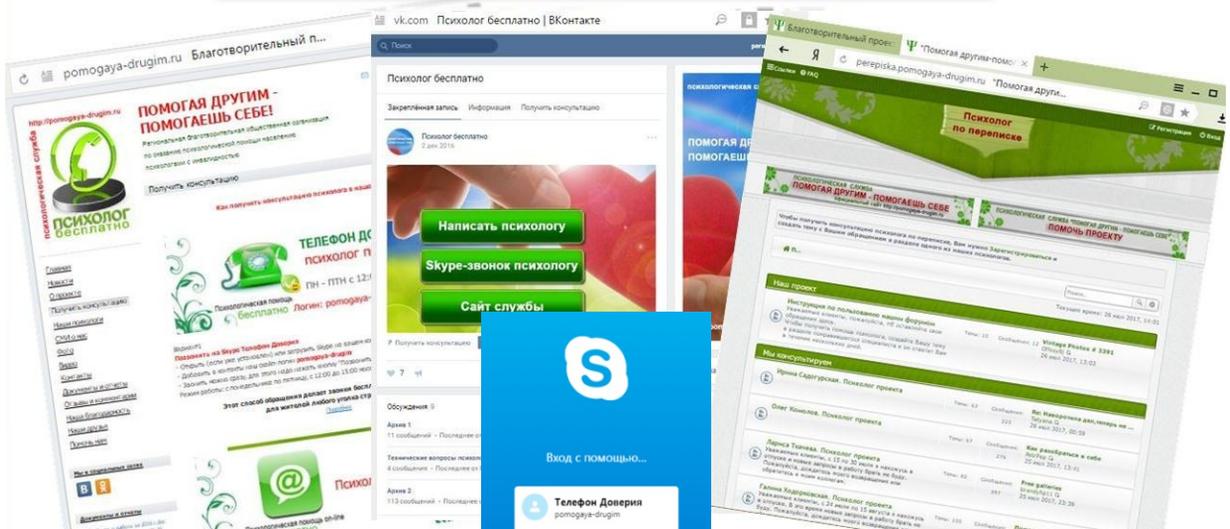
Управление службой



Отделения

- Консультирование по переписке
- Телефон Доверия
- Отделение креативных технологий

Наши рабочие площадки



<http://pomogaya-drugim.ru>

<http://perepiska.pomogaya-drugim.ru>

Skype: pomogaya-drugim

Наша команда



Захарова Вера, руководитель проекта, инв. 3 гр.; образование в/эконом., в/психол., проф.опыт: более 20 лет работы психологом, 10 лет работы руководителем круглосуточной службы ТЭПП, 8 лет работы супервизором.
Тел.: +7 916 103 9103
Email: pomogaya-drugim@ya.ru



Кулакова Светлана, волонтер-психолог, инв. 1 гр., травматик, колясочница; в/эконом., в/психол. (ФДО МГППУ), в проекте со дня основания интернет-службы (2012 г.)



Садогурская Ирина, волонтер-психолог, инв. 2 гр., травматик, мать 3-х детей; в/эконом., магистр психологии(ФДО МГППУ), в проекте со дня основания интернет-службы (2012 г.)



Васильева Юлия, психолог, инв. 1 гр, незрячая; в/психол., имеет 2 г. психологического стажа работы в реабилитационном центре для людей с химическими зависимостями (Израиль), в интернет-службе с 2015 г.



Каменская Юлия, психолог, инв. 3 гр., мать 3-х детей; в/психол.-педагог., психологический стаж 5 лет, в интернет-службе с 2015



Ицакова Наталья, бухгалтер - внешний совместитель; в/эконом., стаж работы 16 лет.

Наша команда



Блохина Елена,
волонтер-психолог, инв. 1 гр.,
ДЦП, колясочница; в/психол.
(ФДО МГППУ), в проекте со дня
основания интернет-службы
(2012 г.)



Воронина Мария,
волонтер-психолог, волонтер-куратор
отделения Телефон/Skype Доверия,
инв. 1 гр., колясочница; в/эконом.,
в/психол., закончена аспирантура, 13
лет опыт работы психологом в очном
и дистанционном форматах, 6 лет
опыт работы супервизором, в
интернет-службе с 2014 г.



Комолов Олег,
волонтер-психолог, инв. 1 гр. с
детства, колясочник; магистр
психологии (ФДО МГППУ), в
интернет-службе с 2014 г.



Ходорковская Галина,
волонтер-психолог, инв. 2 гр.,
ДЦП; ср.спец. образов.
(художник-дизайнер), в/психол.
(ФДО МГППУ), в интернет-
службе с 2014 г.



Ткачева Лариса,
волонтер-психолог, волонтер-
администратор и создатель
форума проекта, инв. 2 гр.,
ДЦП; в/экономич., в/психол., в
интернет-службе с 2015 г



Зирко Алена,
волонтер-психолог, инв. 1 гр,
незрячая; ср.спец. муз.пед., в/
психол., закончена аспирантура
ВШЭ, в интернет-службе с 2016
г

В коллективе сформировалось стабильное ядро из 8 - 10 психологов с инвалидностью со стажем работы в интернет-службе 5-6 лет. Двое из них получают зарплату, остальные работают на волонтерских началах.

Мы считаем большим достижением, что все эти годы нам удастся сохранять основной костяк коллектива. Кроме того, время от времени нам удастся откликаться на многочисленные просьбы желающих и включать в состав коллектива новых волонтеров из числа психологов с инвалидностью, проживающих в разных регионах России (Пермь, Санкт-Петербург, Казань). поскольку другой возможности для профессиональной самореализации таким специалистам в нашей стране по-прежнему практически не существует.

Наша работа в цифрах и событиях

За 2018 год в интернет-службу
«Помогая другим - помогаешь себе»
обратилось 1105 человек



Отделение
«Телефон Доверия»

Проведено

325

консультаций



ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
психолог по Skype

ПН - ПТН с 12:00 до 15:00

Психологическая помощь
Бесплатно Логин: pomogaya-drugim

+227 человек пытались, но не смогли дозвониться по причине
превышения спроса на консультации и ограниченности времени работы службы



+65 человек обратились за консультацией на почту сайта

Отделение
«Психолог по переписке»

Проведено

408

консультаций



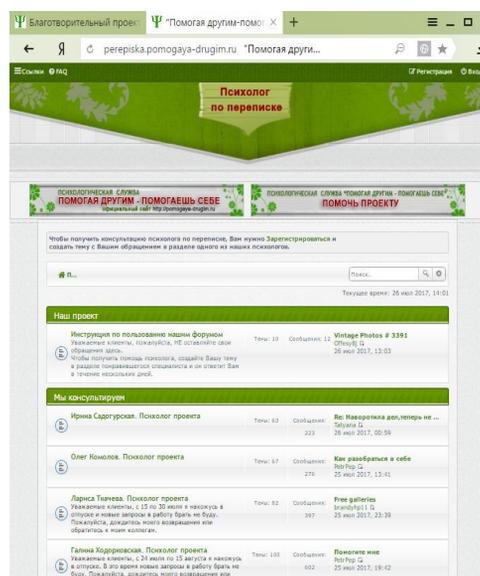
Наша работа в цифрах и событиях

События отделения по переписке

Не смотря на полное отсутствие рекламы, в связи с нехваткой финансов, клиенты стабильно приходят на форумную площадку за бесплатными консультациями у наших психологов с инвалидностью.

Работа форума наглядно демонстрирует востребованность наших психологических консультаций. В течение года клиентами было открыто около 300 тем-запросов, в рамках которых в дальнейшем шло само консультирование.

Как зарегистрированные пользователи, так и сотни других людей регулярно заходят и знакомятся с материалами уже проведенных консультаций (таких просмотров за год около 280 000), тем самым косвенно получая консультацию, или находя ответы на сходные вопросы в своей жизни.



Хотя уже два года после открытия своего форума мы свернули консультирование в социальной сети ВКонтакте, число подписчиков страницы службы достигло 2000 человек, и отмечается высокий уровень просмотров всех публикаций на странице.



События отделения Телефон Доверия

Уже второй год из-за нехватки финансирования в отделении Телефона/Skype Доверия рабочий день сокращен в два раза. По той же причине за год мы не потратили ни одной копейки на рекламу интернет-службы. Но люди продолжают нас находить сами.

Число звонков остается стабильным и составило 325 обращений за год.

Еще около 230 человек пытались, но не смогли дозвониться на занятую или неработающую линию.

В контакты Skype Телефона Доверия на конец отчетного года добавились 1560 человек. Люди сохраняют наш контакт на случай если потребуется психолог, отмечая редкость бесплатной психологической помощи.

Об отношении клиентов, получивших консультацию наших психологов по телефону Доверия, говорят многочисленные благодарные отзывы которые люди пишут на сайте, и, конечно, благодарят при завершении самих консультаций.



Психологическая помощь по скайпу
Телефон Доверия - психолог по скайпу бесплатно



Обращения клиентов на Телефон Доверия в 2018 г

Кто обращается за помощью?

Те, для кого дистанционный вариант обращения за психологической помощью единственно возможный или комфортный в данный момент.

Это молодые и многодетные мамы, люди с инвалидностью и те кто им помогает, пенсионеры, дети, подростки, те кто не может пойти к психологу или не может оплачивать его услуги. Это наши соотечественники оказавшиеся за границей.

Для некоторых клиентов наш опыт инвалидности служит дополнительным источником доверия и обретением веры в себя.

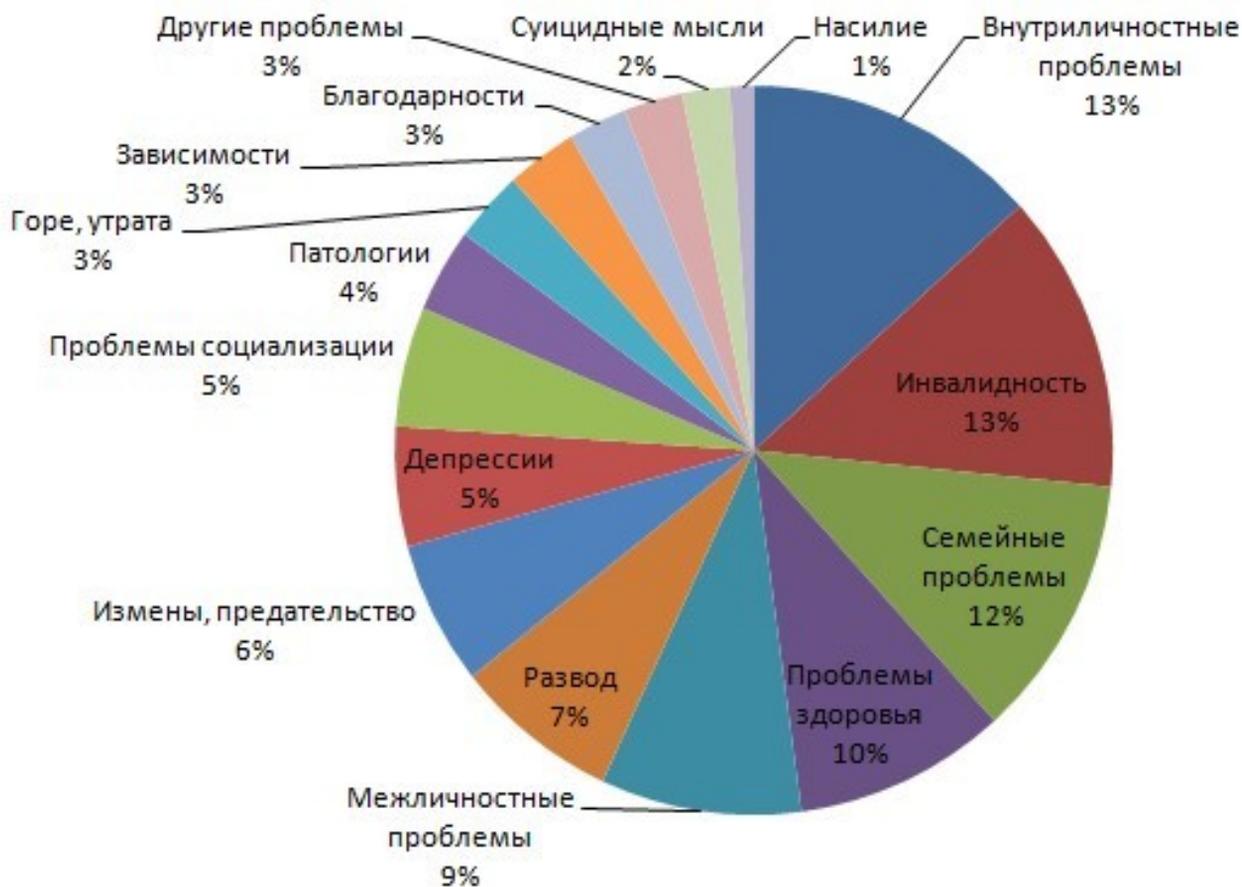
Нам звонят те, кому нужна психологическая помощь, простое человеческое участие и поддержка.

С какими проблемами обращались на Телефон Доверия в 2018г. ?



Внутриличностные проблемы	13%
Инвалидность	13%
Семейные проблемы	12%
Проблемы здоровья	10%
Межличностные проблемы	9%
Развод	7%
Измены, предательство	6%
Депрессии	5%
Проблемы социализации	5%
Патологии	4%
Горе, утрата	3%
Зависимости	3%
Благодарности	3%
Другие проблемы	3%
Суицидные мысли	2%
Насилие	1%

Статистика обращений клиентов за год



К внутриличностным относятся такие проблемы как: неприятие себя, нарушение самооценки, одиночество, трудности личностного развития.

Среди острых супружеских проблем отмечались неудовлетворенность супружеством, кризисы брака, переживание измены, предательства, разводов.

В обращениях наших клиентов среди острых семейных проблем были темы семейных конфликтов, сложные детско-родительские отношения, отношения с престарелыми родителями.

Уникальный вид психологической помощи в нашей службе получает особая категория людей – инвалиды. Ведь психологи службы могут не только психологически поддержать на профессиональном уровне, но и делиться личным опытом преодоления и адаптации жизни с ОВЗ.

Проблемы инвалидов

Важные темы в общении с людьми с ОВЗ (инвалидами) - это отношения с родными, одиночество в личной жизни, дефицит живого общения и сложности социализации.

Особенно важно отметить в этой категории обращения от людей, недавно ставших инвалидами – например после ДТП или другой трагедии.



Оказавшись «вдруг» в социальном статусе «инвалид», человек переживает острый кризис во всех сферах жизни в физической, социальной, эмоциональной. Часто в такой ситуации люди не знают своих прав, льгот и возможностей реабилитации.

В сложный период адаптации к новому статусу очень важно иметь доступ к психологической помощи. В таких случаях, общение с психологами нашей службы, имеющими в прошлом подобные переживания и опыт жизни с инвалидностью, несет уникальную пользу. И как отмечают клиенты, дает им мощный толчок к переосмыслению трудности положения и обретению позитивной поддерживающей силы в лице нашей службы.

Сам факт существования нашей службы дает надежду, что с инвалидностью жизнь не кончается, а просто идет в новом русле.

В конце одного из таких разговоров (в январе 2018) клиентка заплакала слезами благодарности и сказала: "Ваша служба не просто помогает, она возвращает людям жизнь». Другая клиентка (в марте), благодарит нашу службу и уверена, что ей удалось пережить тяжелый период благодаря нашей помощи.

Депрессии и ПАН атаки

Депрессии также являются частой темой обращения клиентов. С каждым годом нарастает частота возникновения у людей панических атак.

Горе, утрата

На Телефон Доверия службы нередко обращаются клиенты в период переживания горя, утраты, смерти близкого человека. В этот момент возможность получить психологическую поддержку дистанционно, оставаясь дома, просто бесценна.



Мужчина звонил в шоковом состоянии в день смерти его жены. На руках у него оставались трое детей от четырех до девяти лет и никаких других родственников у них не было. Он не знал, как говорить детям о смерти мамы, или не говорить вообще... К тому же, у младшей дочки в этот день был день рождения, к которому все дети долго готовили программу празднования. Это была трагедия.

В тот день на Телефоне Доверия дежурил опытный психолог с 15 летним стажем, и нужные слова для клиента были заботливо найдены, он смог мобилизовать сознание, спланировать план своих действий на ближайшее время. В конце разговора клиент даже нашел в себе силы на слова благодарности.

Суицид

С суицидными настроениями обращений в службу хоть и не много (2-5%, это обычная статистика даже для круглосуточных служб психологической помощи), но к таким темам психологи нашей службы относятся с повышенной сосредоточенностью, чуткостью и вниманием.

**Портрет
среднестатистического
самоубийцы**

МУЖЧИНА
Возраст: Около 50 лет

- ⚡ 1. Кризис в бизнесе
- 2. Долги
- 3. Развод
- ⚡ 1. Не появляется в привычном обществе
- 2. Мало общается с близкими
- 3. Смена привычек
- 4. Становится неинициативным
- 👉 1. Прерывок из окна, моста, под поезд метро
- 2. Повешение
- 3. Физическое увечья (порез горла)
- 4. Применение оружия

ЖЕНЩИНА
Возраст: Около 40 лет

- ⚡ 1. Конфликты на работе (в коллективе)
- 2. Болезнь
- 3. Проблемы в личной жизни
- ⚡ 1. Не появляется в привычном обществе.
- 2. Прерывает общение с друзьями
- 3. Потеря интереса ко всему окружающему
- 4. Не строит планы на будущее
- 👉 1. Передозировка таблетками
- 2. Порез вен
- 3. Повешение

ДЕТИ
Возраст: 14–16 лет

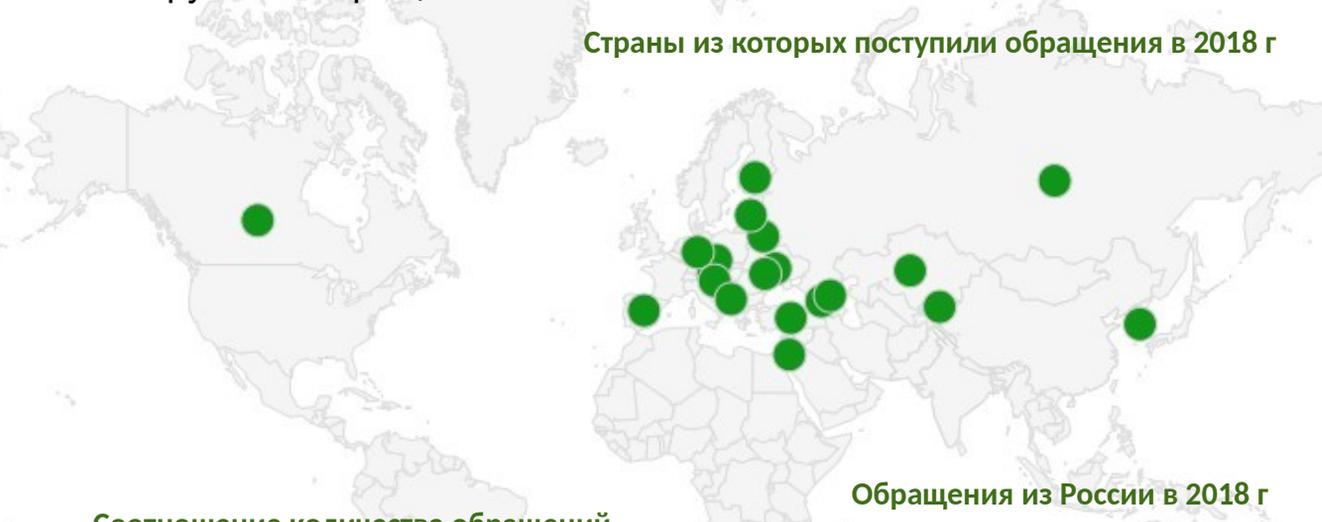
- ⚡ 1. Развод родителей
- 2. Смерть близких
- 3. Неразделенная любовь
- 4. Конфликты с одноклассниками
- ⚡ 1. Смена привычек
- 2. Прерывает общение с друзьями
- 3. Ухудшение успеваемости в школе
- 4. Потеря интереса к окружающему
- 5. Замкнутость
- 👉 1. Передозировка таблетками
- 2. Порез вен
- 3. Прерывок из окна или с моста

👤 возраст ⚡ симптомы
 ? причины суицида 👉 способ самоубийства

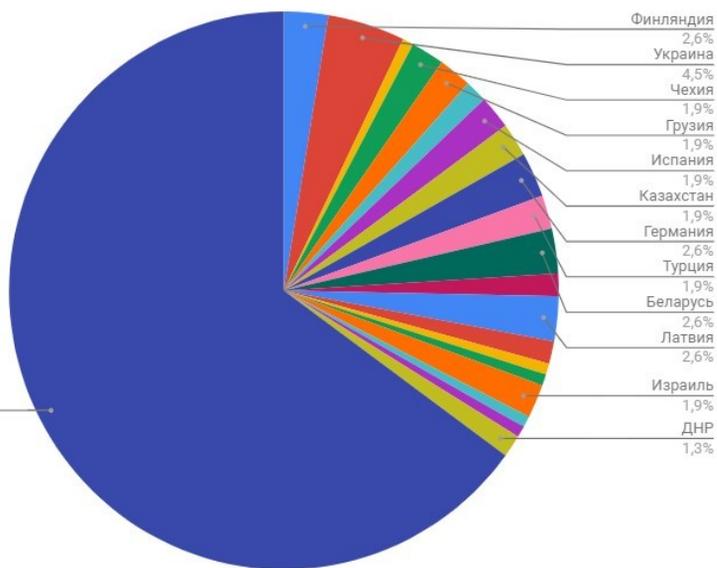
География обращений клиентов за год

В службу обращаются клиенты из разных городов России, а так же из других стран Финляндии, Германии, Украины, Израиля, Звонят со своей болью, отчаянием, одиночеством, тревогами. В основном это русские люди, временно проживающие или переехавшие жить за границу. Некоторые из наших зарубежных соотечественников говорили, что для них это единственная возможность пообщаться с русскоговорящим психологом.

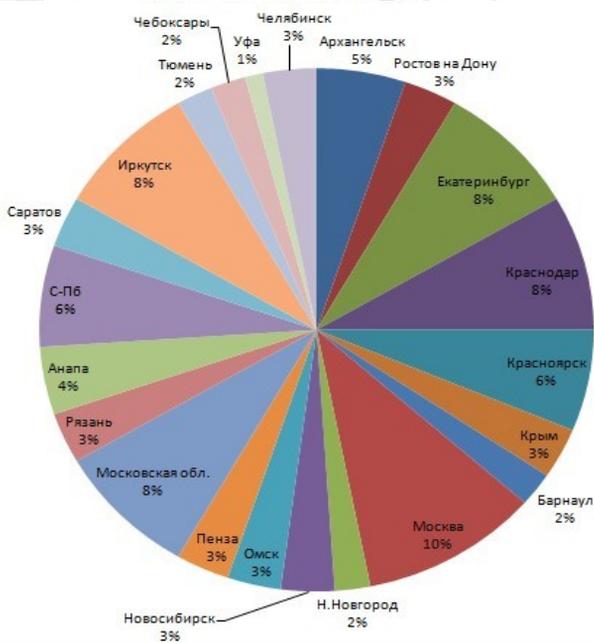
Страны из которых поступили обращения в 2018 г



Соотношение количества обращений из России и других стран в 2018 г



Обращения из России в 2018 г



Финансовый отчет 2018

Бюджет проекта (тыс. руб.) 2018 год

Статья	Сумма
Благотворительное пожертвование ООО AutoBoss	150
Благотворительные пожертвования через фандрайзинговый проект фонда Нужна помощь	177
Благотворительные пожертвования через проект Сбербанк ВМЕСТЕ	40
Индивидуальные доноры (через сайт: перечисления на р/счет или ЯндексДеньги по договору контрагента)	25
Благотворительное пожертвование на веб сайты	7
Волонтерский вклад (бесплатная работа 8 психологов)	800
Итого	1199

Поступление средств (тыс. руб.)

Источник	Сумма
Благотворительное пожертвование ООО AutoBoss	150
Благотворительные пожертвования через фандрайзинговый проект фонда Нужна помощь	177
Благотворительные пожертвования через проект Сбербанк ВМЕСТЕ	40
Индивидуальные доноры (через сайт: перечисления на р/счет или Яндекс Деньги по договору контрагента)	25
Итого	392

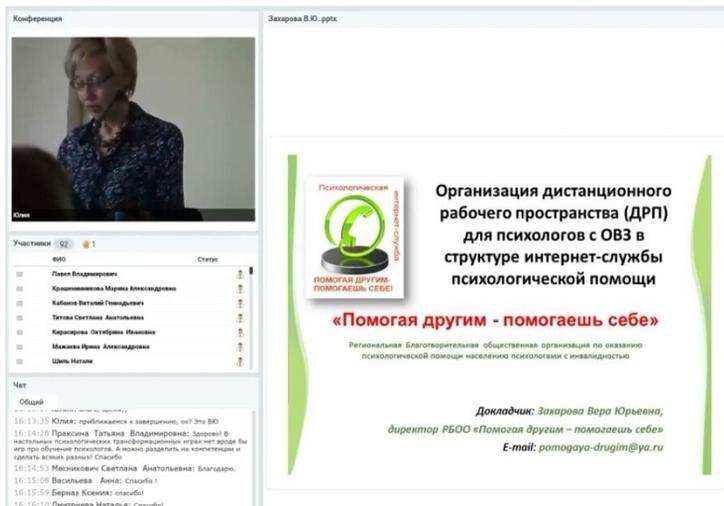
Расходы (тыс. руб.)

Направление расходов	Сумма
Расходы на персонал	433
Содержание сайта	2
Административные расходы, в т.ч. банк и бухгалтер	94
Итого	529
Входящий остаток	161
Переходящий остаток	24

События 2018 г

Конференция

16-17 апреля в МГППУ прошла ежегодная Международная научно-практическая конференция "Психологическая помощь социально-незащищенным лицам с использованием дистанционных технологий", в работе которой приняли участие "ветераны" интернет-службы «Помогаю другим - помогаешь себе».

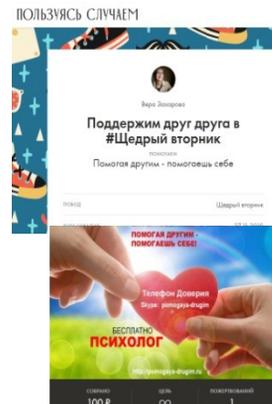


На двух секциях конференции с докладами и презентациями выступили психологи службы Садогурская И., Комолов О. и директор службы Захарова В., которая кроме того была модератором секции «Интернет-консультирование. Психотерапия».

На этой же секции с дистанционным международным включением выступили с докладами бывшие супервизоры проекта: Ольга Гриценко из Украины, и Снежана Фурсова-Вайн, которая с недавних пор живет и работает в США. Мы продолжаем профессиональные контакты с нашими супервизорами

Участие в акции #Щедрый вторник

27.11.2018 в Международный день благотворительности Телефон Доверия работал с 12.00 до 24.00 моск.вр. Так мы решили поучаствовать в акции #Щедрый вторник. Продлив рабочий день в 4 раза, мы дали возможность дозвониться психологу тем, кому это часто не удается в вечернее время. За время акции принято в четыре раза больше звонков, чем в обычный рабочий день.

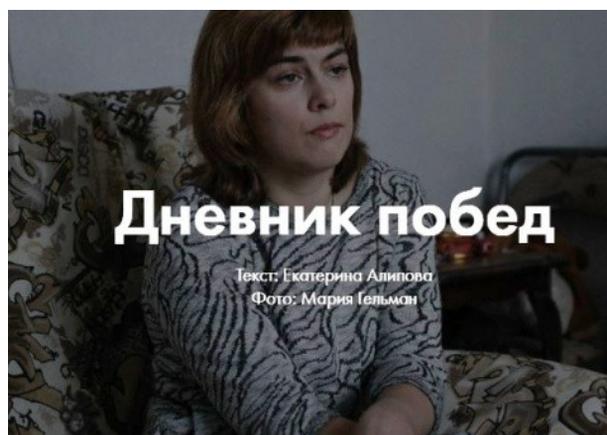


Развиваемся

- В коллектив пришел незрячий психолог из Перми, с совершенно фантастическим зарядом творческой и профессиональной энергии Павел К.
- Двое психологов службы О.Комолов . и И.Садогурская.блестяще защитили магистерские диссертации.
- Психолог-волонтер А.Зирко закончила обучение в аспирантуре ВШЭ и завершает работу над диссертацией.
- Психологи службы осваивают дополнительные профессии: фандрайзинг, копирайтинг, веб поддержка.

Публикации

На портале «Такие дела» опубликовано интервью с психологом службы Ларисой Т. «Дневник побед»

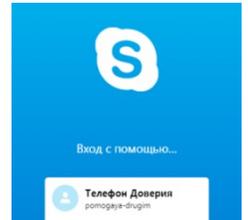


Развиваемся

Продолжаем осваивать новые просторы интернета

Наши ресурсы

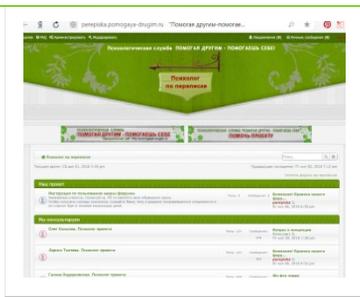
Официальный сайт службы
<http://pomogaya-drugim.ru>



Сайт для приема пожертвований

<http://pomogu.pomogaya-drugim.ru>

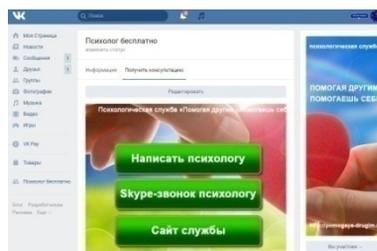
Психолог по Skype:
[pomogaya-drugim](http://pomogaya-drugim.ru)



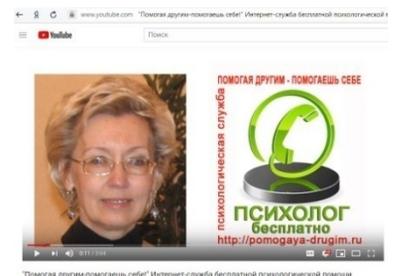
Сайт-форум площадка консультирования по переписке
<http://perepiska.pomogaya-drugim.ru>



Страница FB



Страница VK



Канал на Youtube

Нас благодарят



Надежда 17 декабря 2018, 14:10

Спасибо, что существует Ваш сайт. Порой человек не может самостоятельно выйти из ситуации, не хватает иногда одного слова, предложения, чтобы найти выход.

[Комментировать](#)



Анастасия 27 ноября 2018, 19:07

Спасибо! Мой психолог, Ксения, очень мне помог, помог справиться с сложной для меня ситуацией, успокоила, поговорила со мной когда я была на эмоциональной грани. С ней я почувствовала облегчение и понимание ситуации. У меня проявились некоторые моменты, до которых я не дошла просто, и я смогла без напряжения и надрыва пережить болезненное. Благодарю за ваш ресурс!

[Комментировать](#)



Артур 8 ноября 2018, 15:02

Замечательный ресурс. Помогли собраться с мыслями и стало действительно легче! спасибо вам за ваше дело!

[Комментировать](#)



Николай 8 октября 2018, 13:57

Это был мой первый опыт общения с психологом по скайпу, после разговора сразу стало оегче и на все мой вопросы дали ответы, спасибо вам огромное!

[Комментировать](#)



Любовь Геннадьевна 26 сентября 2018, 21:46

Здравствуйте! Не однажды обращалась к вам за психологической помощью и находила ее. Очень благодарна Ксении за понимание и очень нужные слова. Не закрывайте, вы очень нужны людям!

[Комментировать](#)



А.С. 25 сентября 2018, 18:39

Вчера поговорил с вашим психологом. Первый раз обратился. Думал просто поговорили, но сегодня понял что есть толк. :) Имя не запомнил к сожалению. Спасибо вам!

[Комментировать](#)



Алина 23 мая 2018, 14:40

Огромное спасибо Тамаре, это настоящий профессионал, человек который всегда рад помочь, внимательно выслушать, поддержать, подсказать.

У неё прекрасный голос, который настраивает на позитив. Успехов и всего хорошего!)

[Комментировать](#)

Нас благодарят



Ирина 26 апреля 2018, 16:09

Здравствуйте дорогие сотрудники и психологической помощи.
Очень благодарна что вы существуете и оказываете психологическую помощь по Скайпу.
Мне очень понравилось как меня приняли и оказали поддержку. Ведь психологи со стороны профессионала оценивают ситуацию более разумно чем родственники и друзья. Вы огромные молодцы что принимаете звонки и хотелось бы чтобы Ваш проект спасал сердца от печалей и даровал радость и надежду на светлое будущее . Пусть Господь Бог вас охраняет и дарует крепкое здоровье !



Игорь 25 апреля 2018, 19:59

Доброго времени суток. На данный момент, вы единственная организация, оказывающая бесплатную психологическую помощь онлайн. По крайней мере из тех, что я нашёл. И я благодарен вам за то, что вы делаете. Понимаю, что дарёному коню в зубы не смотрят, но очень хотелось бы попросить вас расширить рабочий день (вашу доступность в скайпе) так, чтобы к вам могли обращаться и люди, которые (как например я) работают пятидневку. Могли бы вы рассмотреть моё предложение и добавить рабочее время вечером или в какой-нибудь из выходных дней? Искренне надеюсь, что вы подумаете об этом. Да, буду рад получить обратную связь на это письмо.



Дмитрий 5 апреля 2018, 18:02

Благодарю, реально помогли. Была безвыходность - но после разговора вдруг увидел решение. Не закрывайтесь, ни смотря ни на что!

[Комментировать](#)



Аліна 21 марта 2018, 14:21

Спасибо Вам огромное за такую Большую работу.
Спасибо за опытных, чудесных, умных психологов.
Огромное спасибо Тамаре, это чудесный человек, с позитивным настроем, позитивными добрыми мыслями, приятным располагающим голосом, который сразу же поднимает настроение и настраивает на все хорошее.
Крепкого Вам здоров'я и пускай все Ваше добро возвращается к Вам!
Вы делаете чудеса!

[Комментировать](#)



ОльгаМ 25 января 2018, 13:42

Нашла этот сайт по интернету, в тяжелой для меня душевной ситуации. И очень рада, что нашла! После общения по скайпу мне действительно стало легче. Спасибо Вам огромное! Это так важно, чтобы тебя выслушали и так деликатно и ненавязчиво что-то посоветовали.

[Комментировать](#)

Мы благодарим

- ♥ Благодарим сердечно ген. директора КА "Автокадр" Татьяну Григорьеву за помощь нашей службе
- ♥ От души благодарим руководителя компании Nethouse Дениса Имшенецкого, за продление прописки нашего сайта на платформе Nethouse.ru и предоставление «бизнес пакета» функций конструктора .
- ♥ Огромная благодарность команде Благотворительного фонда "Нужна помощь" за организацию и проведение сбора средств в поддержку работы нашей службы.
- ♥ Благодарим организаторов платформы Сбербанк Вместе за помощь в приеме благотворительных пожертвований от добрых людей
- ♥ Выражаем благодарность всем безымянным благотворителям, оказавших нам помощь своими пожертвованиями через платформу Такие дела фонда "Нужна помощь», через платформу Сбербанк Вместе , а также через наш платежный модуль на сайте.
- ♥ Особая благодарность регулярным жертвователям - это дает нам уверенность в завтрашнем дне!

Наши контакты

Региональная благотворительная общественная организация
по оказанию психологической помощи населению
психологами с инвалидностью

ПОМОГАЯ ДРУГИМ - ПОМОГАЕШЬ СЕБЕ!

- ▶ Сайт: <http://pomogaya-drugim.ru>
- ▶ E-mail: pomogaya-drugim@ya.ru
- ▶ Skype: [pomogaya-drugim](https://www.skype.com/ru/contacts/pomogaya-drugim)
- ▶ Телефон директора: + 7(916)103 9103

ПОМОГАЯ ДРУГИМ - ПОМОГАЕШЬ СЕБЕ

психологическая служба



ПСИХОЛОГ
бесплатно

<http://pomogaya-drugim.ru>

Как нам помочь

Самая лучшая помощь –

подписаться на нашем сайте на регулярное
ежемесячное пожертвование

<http://pomogu.pomogaya-drugim.ru>