

## Уважаемые педагоги!

С 27 апреля (пн) в Кузбассе в рамках проекта ТЫНЕОДИН! заработала первая горячая линия для душевных разговоров по номеру **8-800-250-7212**.

В период непростой ситуации, связанной с распространением коронавирусной инфекции, многие из нас находятся на вынужденной самоизоляции. Для кого-то это просто непривычный режим, а для кого-то целая проблема. Пришлось поменять график, приспособиться к новому режиму работы в онлайн-формате, совмещать домашние дела и работу.

Именно в такое время больше внимания стоит уделить себе и своим близким, сосредоточиться на главном и перестать бояться меняться.

- Если вам тяжело дается новый режим работы
- Если из-за переноса работы домой страдают отношения с близкими
- Если у вас есть сложности при взаимодействии с учениками
- Если вы просто устали

Настало время об этом поговорить!

В проекте ТЫНЕОДИН! работают опытные специалисты, которые выслушают каждую историю.

Вы можете:

1. Позвонить по номеру **8-800-250-7212** и обсудить ваш вопрос по телефону
2. Записаться на онлайн-консультацию со специалистом по видео-связи, позвонив по телефону горячей линии или оставив заявку на сайте проекта [tyneodin.online](https://tyneodin.online)
3. Пройти целый курс видео-занятий. Запишитесь по телефону или на сайте.

Кроме того, мы работаем как со взрослыми, так и с детьми любого возраста.

Проект создан специалистами Кузбасского РЦППМС «Здоровье и развитие личности».

**8-800-250-7212**

[tyneodin.online](https://tyneodin.online)

[tyneodin-online@mail.ru](mailto:tyneodin-online@mail.ru)