**Советы и рекомендации психологов для учеников и родителей на время дистанционного обучения**

* Рекомендации для подростков, испытывающих беспокойство из-за коронавируса.
* Рекомендации родителям детей, временно находящихся на дистанционном обучении: советы психолога.
* Советы для родителей дошкольников и младших школьников в период объявленной эпидемии.
* Как родителю помочь ребенку справиться с возможным стрессом при временном нахождении дома.
* Советы психолога для родителей подростков, оказавшихся дома во время карантина из-за коронавируса.
* Советы подростку снижение стресса, контроль тревоги, сохранение продуктивности в текущих делах.

**Единый Общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей**

**8-800-2000-122**

**работает во всех регионах**

**Российской Федерации**

**Подробная информация**

**на сайте**[**telefon-doveria.ru**](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Ftelefon-doveria.ru%2F)