

The background of the entire image is a photograph of two hands reaching towards each other against a sunset sky over a body of water. The hands are positioned on the left and right sides of the frame, with fingers slightly curled as if about to grasp each other. The lighting is warm and golden, creating a sense of hope and connection.

# Экстренная психологическая помощь в ХМАО - Югре

*Одна минута понимания  
вместо тысячи  
сомнений...*

*Телефон доверия:*

**8 800 101 1212**

**8 800 101 1200**

*Детский телефон доверия:*

**8 800 2000 122**

КРУГЛОСУТОЧНО, БЕСПЛАТНО, АНОНИМНО