

# КОРИСНІ ПОСИЛАННЯ ЩОДО ДОПОМОГИ ТА ПІДТРИМКИ В СИТУАЦІЯХ НАСИЛЬСТВА, ТОРГІВЛІ ЛЮДЬМИ, СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ ОБСТАВИН



1. Національна «гаряча лінія» для дітей та молоді: **0 800 500 225** або **116 111** (безкоштовно зі стаціонарного та мобільного телефонів, анонімно), Messenger [@childhotline.ukraine](https://www.facebook.com/childhotline.ukraine), Instagram [@childhotline\\_ua](https://www.instagram.com/childhotline_ua), Telegram [@CHL116111](https://www.telegram.com/@CHL116111).
2. Національна «гаряча лінія» з попередження домашнього насильства, торгівлі людьми та гендерної дискримінації: **0 800 500 335** або **116 123** (цілодобово, безкоштовно, анонімно, конфіденційно).
3. Поліція: **102**.
4. Центр надання безоплатної правової допомоги: **0 800 213 103**.
5. Анонімний онлайн-щоденник «Тільки нікому не кажи» дає можливість написати листа тому, з ким складно поділитися своїми переживаннями в реальному житті (<https://secrets.1plus1.ua/>).
6. Перша національна лінія довіри для попередження суїциду: **73 33**.
7. Екстрена психологічна допомога при Кризовому Центрі медикопсихологічної допомоги: **(068) 770 37 70, (099) 632 18 18, (093) 609 30 03**.
8. «Лінія допомоги»: **(067) 975 76 76, (066) 975 76 76, (093) 975 76 76**.
9. Лінія психологічної допомоги для учасників АТО та членів їх сімей: **0 800 505 085**.
10. Служба медико-психологічної допомоги та профілактики гострих кризових станів: **(044) 456 17 02, (044) 456 17 25**.
11. Національна урядова «гаряча лінія» для постраждалих від домашнього насильства: **15 47**.
12. «Гаряча лінія» Уповноваженого Президента України з прав дитини: **(044) 255 76 75**.
13. Освітній омбудсмен України: **(095) 143 87 26**, [ez@eo.gov.ua](mailto:ez@eo.gov.ua), <https://eo.gov.ua/>.
14. «Гаряча лінія» психологічної допомоги та протидії насильству (<https://www.unicef.org/ukraine/stories/hot-lines>).
15. Національна «гаряча лінія» з питань наркозалежності та ЗПТ: **0 800 507 727**.
16. Анонімні консультації на сайтах [teensLIVE](https://www.teenslive.org/) (від фахівців клінік, дружніх до молоді), [supportME](https://www.supportme.org/) (від фахівців).
17. Уповноважений Президента України з прав дитини: **(044) 255 76 75**.

18. Національна гаряча лінія з протидії торгівлі людьми та консультування мігрантів:

**0-800-505-501** (безкоштовно зі стаціонарних телефонів),

**527** (безкоштовно з номерів мобільних операторів України пн. – пт. з 10:00 до 21:00, сб. з 10:00 до 18:00).

19. Гаряча лінія Міністерства закордонних справ України для громадян України, які опинилися в надзвичайних ситуаціях за кордоном: **(044) 238 16 57**.

20. Департамент боротьби зі злочинами, що пов'язані з торгівлею людьми Національної поліції України: **(044) 374 37 85**

(пн. - сб. з 09:00 до 18:00).

21. Гаряча лінія емоційної підтримки Міжнародної організації з міграції: **0 800 211 444**.

22. Гаряча лінія з профілактики суїцидів (<https://lifelineukraine.com/>).

23. Гаряча лінія професійної підтримки «Стоп паніка» безкоштовний багатоканальний номер: **0800 50 18 92**.

24. Платформа «Мені здається» (<https://nachasi.com/2021/02/05/platform-itseems-to-me/>).

25. Платформа «Розкажи мені» (<https://tellme.com.ua/>).

26. Канал психологічної підтримки «ПОРУЧ» для підлітків та молоді ([https://t.me/poruch\\_me](https://t.me/poruch_me)).

27. В рамках роботи платформи СпівДія та Співдія хаб функціонує напрям безкоштовної психологічної підтримки онлайн і офлайн

(<https://airtable.com/shrfgyZ1ko5UYxR9r>).

28. Центр психологічної підтримки «Як ти?» (безкоштовно, у будь-який час доби) (<https://bit.ly/3QLUdwO>).

29. Міжнародний Комітет Червоного Хреста відкрив гарячу лінію, за якою можна звернутися за підтримкою:

**0-800-300-155** (дзвінки безкоштовні).

30. Довідник психологічної підтримки в умовах війни (<https://bit.ly/3Ozjm6Z>).

31. Телеграм-канал «підтримай дитину» (<https://t.me/s/pidtrumaidutuny>).

32. Онлайн-платформа «Аврора»: консультування постраждалих від насильства

(<https://rozirvykolo.org/mental-support/>).

33. Безкоштовна психологічна підтримка для кожного, хто відчуває у цьому потребу: УкрЄдність

(<https://ukr-ednist.com.ua/>).

34. Група психологічної підтримки «Разом» (<https://razom.live/>).

35. Гаряча лінія кризової допомоги та підтримки від Українського ветеранського фонду:

**+38 (067) 400 46 60** (пн. - нд. з 10:00 до 20:00), сайт Фонду

(<https://veteranfund.com.ua/>).

Контакти практичного психолога університету

Електронна пошта:

[o\\_shkolnyk@univer.km.ua](mailto:o_shkolnyk@univer.km.ua)

Телефон: **098-998-31-55**

Використане джерело:

Лист МОН від 02.08.2022 р. № 1/8794-22 Щодо діяльності психологічної служби у системі освіти в 2022/2023 навчальному році (<https://mon.gov.ua/ua/npa/shodo-diyalnosti-psihologichnoyi-sluzhbi-u-sistemi-osviti-v-20222023-navchalnomu-roci>).