

“Скажи чесно, як ти?”: куди звернутися, щоб отримати психологічну допомогу

КУДИ ЗВЕРТАТИСЯ ПО ПСИХОЛОГІЧНУ ДОПОМОГУ?



Сьогодні, 10 жовтня, у День ментального здоров'я стартувала інформаційна кампанія, мета якої – допомогти українцям подолати стрес і тривожність.

Про це **на своєму сайті** повідомило Міністерство освіти й науки. Для отримання безоплатної психологічної допомоги можна звертатися на такі “гарячі лінії”:

- лінія Національної психологічної асоціації 0 800 100 102 (з 10:00 до 20:00 щодня);
- урядова лінія 1547 (цілодобово);
- лінія міжнародної гуманітарної організації “Людина в біді” 0 800 210 160 (цілодобово);

- Київський міський центр психолого-психіатричної допомоги при станах душевної кризи 044 456 17 02, 044 456 17 25 (цілодобово);
- лінія емоційної підтримки MOM 0 800 211 444 (з 10:00 до 20:00 щодня);
- лінія запобігання самогубствам Lifeline Ukraine 7333 (цілодобово);
- лінія кризової допомоги та підтримки Українського ветеранського фонду при Міністерстві в справах ветеранів 0 800 33 20 29 (цілодобово);
- національна гаряча лінія із запобігання домашнього насильства, торгівлі людьми та гендерної дискримінації ГО “Ла Страда-Україна” 0 800 500 335 (з мобільного або стаціонарного) або 116 123 (з мобільного, цілодобово).

Крім цього, діти, молодь, батьки та педагоги можуть звертатися по допомогу до експертів проекту психологічної підтримки “Поруч“, а корисну інформацію за темою розміщено на платформі “Спільно“.

