**Інформація щодо контактів безкоштовної кризової психологічної допомоги в період війни** **в країні**

Контакти організацій, що надають психологічну підтримку українцям.

**БФ «Право на захист»** — працює над подоланням психологічних наслідків війни та підвищенням обізнаності про стрес для цивільних. Фокус діяльності спрямований на внутрішньо переміщених осіб, осіб без громадянства, біженців. На [YouTube-каналі](https://www.youtube.com/playlist?list=PLmotQp8RoFj75OkDSkKxlOCyLiQ6AmjXM" \t "_blank), а також у [ТГ-каналі](https://t.me/psyintouch)зібрані статті з рекомендаціями. Запит на отримання кризової психологічної консультації онлайн можна залишити [тут](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf2W6NYhQZSu_pYUdx95dqCS3NCmV-Tqljc6GFlpDGLOXn-cg/viewform).

**People in need**— міжнародна допомога від чеської гуманітарної організації, яка працює цілодобово. За необхідності залучає, зокрема, юридичних фахівців, поліцію. Номер телефону:  **0 (800) 210 160**

**Lifeline Ukraine** — всеукраїнська гаряча лінія, яка була створена насамперед для надання кризової психологічної допомоги ветеранам і членам їхніх сімей, а згодом — для всіх жителів України. Допомога надається цілодобово за коротким телефонним номером **7333** або через текстове чатове консультування у [фейсбук](https://www.facebook.com/LifelineUkraine" \t "_blank), [телеграм](https://t.me/LifelineUkraine7333" \t "_blank) і на [сайті](https://lifelineukraine.com/" \t "_blank) Lifeline Ukraine.

**Асоціація професійного розвитку психологів та психотерапевтів в Україні** надає психосоціальну підтримку, зокрема, може сконтактувати з різними соціальними службами й розрахована на будь-які запити від цивільних, військових та їхніх родичів. **+38 (096) 260 15 75 (з 10:00 до 18:00 щоденно).**

**Громадська правозахисна організація «Ла Страда-Україна»**  — є можливість проконсультуватися з психологами, юристами, соціальними працівниками та соціальними педагогами щодо ситуацій, які стосуються дітей та порушення їхніх прав. Підтримку можна отримати за Національною гарячою лінією за номерами **0 800 500 335** або **116 123**. Національна гаряча лінія для дітей та молоді працює за номерами **0 800 500 225** або **116 111** . Також допомога надається в електронному форматі на сторінках в [інстаграмі](https://www.instagram.com/childhotline_ua/" \t "_blank) та [телеграмі](https://t.me/CHL116111" \t "_blank).

**Благодійний фонд “Голоси дітей”** допомагає дітям. Офлайн займаються з дітьми від трьох років, онлайн – зі старшими дітьми. Працюють фахівці з усіма травмами та захворюваннями. **+380 (95) 785 60 69**

**“Розкажи мені”** на основі сучасних протоколів, науково-доведених досліджень створили **бот “**[**Друг**](https://t.me/friend_first_aid_bot)**”** – він надає першу психологічну допомогу. Бот радить, як покращити своє самопочуття, з ким варто ділитися думками, пояснює базові психологічні терміни. Також у боті є можливість залишити [заявку](https://tellme.com.ua/get-help) для отримання допомоги.

**Фундація #вартожити**допомогає безплатними психологічними консультаціями, зокрема онкохворим та їхнім близьким. За потреби вам одразу нададуть психологічну консультацію.  **+38 (093) 506 10 91, vartozhyty@gmail.com**

**Онлайн-курс**[**“Базова психологічна допомога в умовах війни**](https://courses.prometheus.org.ua/courses/course-v1:Prometheus+BPA101+2022_T2/course/)**”.**

**Національна психологічна асоціація**— професійне об’єднання, фахівці якого надають безкоштовні психологічні консультації для осіб, яким потрібна допомога внаслідок ситуації, що склалась навколо. Платформа працює у форматі первинної психологічної допомоги (кризові та консультації з травмотерапії), що надається дорослим і підліткам. Консультації надаються в телефонному форматі чи через відеозв’язок для мешканців з усієї України. **Телефон гарячої лінії — 0 800 100 102.  
  
Джерело: ІА «Вчасно» —** [**https://vchasnoua.com/donbass/73258-psykholohichna-dopomoha-pid-chas-viiny-10-orhanizatsii-kudy-mozhna-zvernutysia**](https://vchasnoua.com/donbass/73258-psykholohichna-dopomoha-pid-chas-viiny-10-orhanizatsii-kudy-mozhna-zvernutysia)