

Допомога психологів. Без оплати

Цілодобовий телефон довіри 0800-50-12-12

Лінії психологічної допомоги:
5522 (з мобільного)
0800-100-102 (Асоціація психологів)
0800-333-161

Ініціатива "УкрЄдність"
<https://ukr-ednist.com.ua/>
0-800-210-160 цілодобово.

Розірви коло <https://rozirvykolo.org/mental-support/>

Підтримка родин військовослужбовців 0800-332-720

Контактний центр 1551, пункт 3 в меню (8:00-20:00), Київ

Кризовий центр "Соціотерапії", м. Київ (044)524-84-90, (044)258-68-91

ГО Блакитний птах. <https://www.facebook.com/po.bluebird/>

чат-бот психологічної допомоги <https://www.notrivia.com.ua/>

Київський міський центр гендерної рівності (044)272-15-00

Платформа "Розкажи мені" <https://tellme.com.ua/get-help>

Допомога підліткам (переписка) <https://teenergizer.org/>

Для підлітків та батьків - <https://poruch.me/>

+

<https://krisenchat.de/uk/ukraine> – це цілодобова служба психологічного консультування для всіх українців.

БЕЗКОШТОВНА ГРУПА ПІДТРИМКИ для дівчат та дружин захисників України «П'ЯТЬ КРОКІВ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ДЛЯ ТИХ, ХТО ЧЕКАЄ». щовівторка 17:00-19:00, група працює з 29 серпня <https://forms.gle/1h3VWP2rEK8PsS96A>

Платформа "УкрЄдність": діючі дві безкоштовні підтримуючі групи для українців:

* середа о 19:00 за Києвом - <https://t.me/+cLlhFtEuGEpjMDJi>

* четвер о 9:00 за Києвом - <https://t.me/+nDwRa9MNx19kNzRi>

Групи психологічної підтримки українців онлайн у зв'язку з війною

<https://forms.gle/DS2whVQTxGso5GP6>

Група психологічної підтримки родин, які втратили близьких тимчасово або незворотно

<https://docs.google.com/.../1FAIpQLSdTreDshT.../viewform...>

Група підтримки при вимушеній міграції

<https://docs.google.com/.../1FAIpQLSeNbubriS6ABll.../viewfor>