

Служби безкоштовної «Гарячої» лінії та телефони довіри

Всеукраїнський телефон довіри

0 800 501 701

Телефон довіри PiN/ «Людина в біді»

0 800 210 160

Національна «гаряча» лінія з попередження домашнього
насильства, торгівлі людьми та гендерної дискримінації

0800500 335
з стаціонарних
телефонів
116123
з мобільних
телефонів

Цілодобова гаряча лінія психологічної підтримки ВПО учасників
АТО УБД і членів їхніх сімей

0 800 505 085

«Гаряча лінія» Національної поліції в Україні

0 800 500 202

Загальнонаціональна гаряча лінія з питань ВІЛ/СНІД

0 800 500 451

Інформаційна лінія центрів з надання безоплатної вторинної
допомоги

0 800 213 103

Рекомендовані ресурси, де також можна отримати психологічну допомогу

Інтернет-платформа психологічної допомоги «Розкажи мені» <https://tellme.com.ua> Онлайн-платформа «Розкажи мені» надає українцям безкоштовну психологічну допомогу. Якщо ви відчуваєте тривогу, у вас трапляються панічні атаки, ви близькі до депресії чи навіть на межі – залиште заявку на сайті та очікуйте. Спеціаліст зв'яжеться з вами якомога швидше

Соціальний проект «Разом» <https://razom.live>

Безкоштовна психологічна допомога онлайн: 30 хвилин з психологом

Платформа «Далі є. На шляху до відновлення після сексуального насильства» <https://www.mh4u.in.ua/dali-ye/>

УкрЄдність – безкоштовна психологічна підтримка онлайн <https://ukr-ednist.com.ua/>

LifeLine Ukraine. Лінія запобігання самогубствам 7333 <https://lifelineukraine.com/>

Платформа Pleso – психотерапія онлайн <https://pleso.me/>
Можливість знайти «свого» психотерапевта.

SafeWomenHUB **Онлайн Платформа для надання невідкладної допомоги жінкам з дітьми та дівчатам в Україні, які постраждали від наслідків війни** <https://www.facebook.com/SafeWomenHUB/>
<https://www.instagram.com/safewomanhub/>
<https://t.me/safewomenhub>