

# БЕЗКОШТОВНА

# ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ДЛЯ УКРАЇНЦІВ

**Соціальний проект «Разом»**

30 хвилин із психологом  
[www.razom.live](http://www.razom.live)



**Kellimni**

психологічна підтримка,  
чар, пн-пт, 10:00 - 14:00

[www.kellimni.com](http://www.kellimni.com)



**PsyHelpUA**

психологічна допомога  
онлайн

[www.psyhelp.info](http://www.psyhelp.info)



**Платформа «Veteran hub»**

підтримка військовослужбовців,  
ветеранів та членів їхніх родин  
впродовж війни

+38 067 348 28 68



**SafeRoom**

психологічна допомога  
онлайн підтримка

[www.saferoom.org.ua](http://www.saferoom.org.ua)



**Національна психологічна асоціація (НПА)**

аудіо та відеоконсультації,  
10:00 - 20:00  
0 800 100 102, [www.npa-ua.org](http://www.npa-ua.org)



**Відділення медико-психологічної реабілітації для військових та їхніх рідних**

0 800 50 12 12, цілодобово



**DOBRY START**

+38060205  
Warszawa

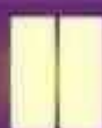
[www.dobry-start.pl](http://www.dobry-start.pl)



**Triangle Generation Humanitaire (TGH)**

перша психологічна допомога  
цілодобово, без вихідних

+38 050 432 41 82



**Інтернет-платформа «Хаб стійкості»**

психологічна допомога  
постражданим від війни  
[resiliencehub.com.ua](http://resiliencehub.com.ua)



**Проект «ПОРУЧ»**

онлайн та очні групи  
психологічної підтримки  
для батьків та підлітків  
[www.poruch.me](http://www.poruch.me)



**БФ «Право на захист»**

безкоштовно для ВПО, постраждалих від війни, дорослі, діти, пароліт, сім'ї, волонтери, організації  
[t.me/psyintouch](https://t.me/psyintouch)



**Платформа «Жінки і війна»**

психологічна допомога  
жінкам  
[t.me/+KaUfmxXRmhVYjB](https://t.me/+KaUfmxXRmhVYjB)



**Національна гаряча лінія «Ла Страда»**

цілодобово для дітей та  
молоді до 25 років  
116 111, 0 800 500 225



**PIN (People in Need)**

цілодобова перша  
психологічна допомога  
0 800 210 160



**Фонд «Голоси Дітей»**

психологічна підтримка  
батьків та дітей під час війни  
0 800 210 106  
[t.me/kidsMentalHelpBot](https://t.me/kidsMentalHelpBot)



**«Ми поруч»**

09:00 - 20:00, для дітей і батьків  
0 800 210 106  
[www.poruch.me](http://www.poruch.me)



**Telegram чат-бот «Центр Відкриті двері»**

[t.me/odukraine\\_bot](https://t.me/odukraine_bot)



**Онлайн-платформа «УкрЄдність»**

психологічна допомога  
у воєнний час  
[ukr-ednist.com.ua](http://ukr-ednist.com.ua)



**«Lifeline Ukraine»**

цілодобово без лімітів,  
проєкти суцільноним  
каміран  
7333, [lifelineukraine.com](http://lifelineukraine.com)



**Telegram чат-бот «Як ти»**

[t.me/yak\\_ty\\_bot](https://t.me/yak_ty_bot)



**Національна гаряча лінія з попередження домашнього насильства**

116 123 із мобільного,  
0 800 500 335 із стаціонарного



Психологічна допомога різних напрямків

Для військових, ветеранів та їх сімей

Підтримка у воєнний час

Домашнє насильство

Для підлітків, батьків

Суцільноним  
каміри

**Telegram чат-бот «Друг. Перша допомога»**

[t.me/friend\\_first\\_aid\\_bot](https://t.me/friend_first_aid_bot)



**Урядовий контактний центр. Гарячі лінії для постраждалих від домашнього насильства**

1547 цілодобово з мобільного,  
116 123 із стаціонарного



Створено  
за сприяння:

