

Гарячі лінії допомоги

ОРГАНІЗАЦІЯ
ДЕ ПРАЦЮЄ
КОНТАКТИ
ГРАФІК РОБОТИ
ДЛЯ КОГО

Психологічна допомога від Національної психологічної асоціації

Україна, Польща, Чехія, Франція, Швеція, Португалія

Україна: 0-800-100-102 Чехія: +420 800 012 058 Польща: +48 800 088 141 Франція: +33 805 080 466 Португалія: +351 800 780 756 Швеція: +46 20 160 46 46

з 10:00-20:00 за Київським часом

Всі українці, яких прямо чи опосередковано зачепила війна

Психологічна допомога для онкопацієнтів та їхніх близьких

Вся Україна

5522 +38 (093) 170 72 19

пн-пт 11:00—19:00

онкопацієнти та їхні близькі

Урядовий контактний центр домашнього насильства

Вся Україна

15-47

Цілодобово

для всіх, хто пережив домашнє насильство

Гаряча лінія з питань запобігання самогубствам та профілактики психічного здоров'я
"Lifeline Ukraine"

Вся Україна

7333 lifelineukraine.com

Цілодобово

ветерани Збройних сил України, люди люди у складних життєвих обставинах

"Людина в біді"

Вся Україна

0 800 210 160

Цілодобово

усі українці

Teenergizer

Вся Україна

teenergizer.org

Цілодобово

підлітки

Національна гаряча лінія для дітей та молоді

Вся Україна

0 800 500 225; 116 111 Instagram: [@childhotline_ua](https://www.instagram.com/childhotline_ua) Facebook: [@childhotline.ukraine](https://www.facebook.com/childhotline.ukraine)

Telegram: [@CHL116111](https://www.telegram.com/@CHL116111)

12:00-20:00

діти та молодь

ГО "Ла Страда"

Вся Україна

0 800 500 335; 116 123 Skype: [@lastrada-ukraine](https://www.skype.com/@lastrada-ukraine) Facebook: [@lastradaukraine](https://www.facebook.com/lastradaukraine) Telegram:

[@NHL116123](https://www.telegram.com/@NHL116123) hotline@la-strada.gov.ua

Цілодобово

ті, хто пережив домашнє насилля, торгівлю людьми та гендерну дискримінацію

Гаряча лінія для учасників війни та їхніх родичів

Вся Україна

0 800 501 212

Цілодобово

Учасники АТО (ООС) та члени їхніх родин

Гаряча лінія емоційної підтримки Міжнародної асоціації з міграції

Вся Україна

0800211444

пн - пт 9:00 - 18:00 сб-нд 10:00 - 17:00

для всіх українців

Гаряча лінія психологічної допомоги для учасників АТО (ООС) та членів їхніх сімей

Вся Україна

0 800 505 085

Цілодобово

Учасники АТО (ООС) та члени їхніх родин

Розкажи мені

Вся Україна

Telegram чат-бот: [OnlineUABot](#) Facebook Messenger: [OnlineBSMU](#)

Цілодобово

для всіх українців за попереднім записом одноразова онлайн-консультація до 60 хв

Карітас України, Северодонецьк

Северодонецьк

066 044 8104

9:00 - 18:00

Люди у складних життєвих обставинах

“Порадня” від Української спілки психотерапевтів

Вся Україна

+380935473773 +380971124591

Цілодобово

для українців різного віку у кризових станах, яким потрібно перескерування до фахівців, які надають безкоштовні консультації

Карітас України, Запоріжжя

Запоріжжя

050 476 2860

9:00 - 18:00

люди у складних життєвих обставинах

Гуманітарна місія "Проліска"

Прикордонні зони, окуповані території

093 202 2232

14:00 - 17:00, пн - пт

ті, хто пережив насилля, люди у складних життєвих обставинах, діти та підлітки, жінки

Центр психосоціальної реабілітації НаУКМА м. Покровська

Покровський район

066 825 1999; 0800-300-101 (Контакт-центр)

8:00 - 20:00

люди у складних життєвих обставинах, жінки, медичні працівники, літні та самотні люди

Філія Центру психосоціальної реабілітації НаУКМА

Попаснянський район

095 248 5416 Skype: misha20081996

8:00 - 20:00, пн - сб

діти та підлітки, медичні працівники

Київський міський центр роботи з жінкам

Київ

044 272 1500 – з мобільного; 1500 – зі стаціонарного

Цілодобово

ті, хто пережив насилля

Телефон довіри 15-50

Хмельницький

Міський 15-50 067 133-15-50

Цілодобово

всі українці

ГО "Регіональний психологічний кризовий центр"

Черкаська область

097 505 1699

9:00 - 23:00

військові, люди у складних життєвих обставинах, діти та підлітки, медичні працівники

Телефон довіри Київського міського центру психолого-психіатричної допомоги при станах душевної кризи

Київ

(044) 456 17 02 (044) 456 17 25

Цілодобово

люди у стані душевної кризи, люди у складних життєвих обставинах

Система надання безоплатної правової допомоги

Вся Україна

0 800 213 103 (безкоштовно в межах України). +38 (044) 363 10 41 (для дзвінків з-за кордону).

08:00 - 19:00

всі, хто перебуває під юрисдикцією України

UA Mental Help

Вся Україна

Mental Help Facebook: @UAMentalHelp Telegram: @UA_MENTAL_HELP Instagram:

@uamentalhelp

9:00 - 20:00, пн-нд

всі українці

Телеграм чат-бот першої психологічної допомоги

Вся Україна

Телеграм чат-бот: FriendFirstAidBot

Цілодобово

для всіх українців

Krisenchat Ukrainian

Вся Україна

Телеграм чат-бот: krisenchatUA_bot, WhatsApp або SMS за номером (+49)1573599312

Цілодобово

Безкоштовні консультації з психологом у форматі онлайн-чату для всіх

Всеукраїнська гаряча лінія з питань деменції "Незабутні"

Вся Україна

0 800 30 88 30

10:00-18:00, пн-пт

Для людей з деменцією, їх піклувальників та зацікавлених темою осіб