

**Сторінка психологічної служби Дніпровського державного технічного
університету (електронний кабінет психолога)**

Психологічна служба інформує та підтримує

Про Європейський день боротьби з торгівлею людьми

18 жовтня в Україні відзначається Європейський день боротьби з торгівлею людьми, який покликаний вчергове нагадати про необхідність консолідації зусиль органів державної та місцевої влади, громадських організацій з метою підвищення рівня обізнаності щодо феномену торгівлі людьми та небайдужості громадськості до цього явища.

У 2022 році багатьом українцям, через повномасштабне війну, довелося покинути рідні домівки і виїхати за кордон. Саме тому інформування з проблем торгівлі людьми є доволі актуальним зараз.

Корисні посилання щодо допомоги та підтримки в ситуаціях насильства, торгівлі людьми, складних життєвих обставин:

1. Національна «гаряча лінія» для дітей та молоді: 0 800 500 225 або 116 111 (безкоштовно зі стаціонарного та мобільного телефонів, анонімно);

Messenger @childhotline.ukraine;

Instagram @childhotline_ua;

Telegram @CHL116111.

2. Національна «гаряча лінія» з попередження домашнього насильства, торгівлі людьми та гендерної дискримінації: 0 800 500 335 або 116 123 з мобільних або стаціонарних телефонів цілодобово (безкоштовно, анонімно, конфіденційно).

3. Поліція: 102.

4. Центр надання безоплатної правової допомоги: 0 800 213 103.

5. Анонімний онлайн-щоденник «Тільки нікому не кажи» дає можливість написати листа тому, з ким складно поділитися своїми переживаннями в реальному житті про булінг у школі, нерозділене кохання чи непорозуміння з батьками (<https://secrets.1plus1.ua/>).

6. Перша національна лінія довіри для попередження суїциду: 73 33.

7. Екстрена психологічна допомога при Кризовому Центрі медико-психологічної допомоги: (068) 770 37 70, (099) 632 18 18, (093) 609 30 03.

8. «Лінія допомоги»: (067) 975 76 76, (066) 975 76 76, (093) 975 76 76.

9. Лінія психологічної допомоги для учасників АТО та членів їхніх сімей: 0 800 505 085.

10. Служба медико-психологічної допомоги та профілактики гострих кризових станів: (044) 456 17 02, (044) 456 17 25.

11. Національна урядова «гаряча лінія» для постраждалих від домашнього насильства – 15 47.

12. «Гаряча лінія» Уповноваженого Президента України з прав дитини: (044) 255 76 75.

13. Освітній омбудсмен України: (095) 143 87 26 (ez@eo.gov.ua, <https://eo.gov.ua/>).

14. «Гаряча лінія» психологічної допомоги та протидії насильству (<https://www.unicef.org/ukraine/stories/hot-lines>).

15. Національна «гаряча лінія» з питань наркозалежності та ЗПТ: 0 800 507 727.

16. Анонімні консультації на сайтах teensLIVE (від фахівців клінік, дружніх до молоді), supportME (від фахівців).

17. Уповноважений Президента України з прав дитини (044) 255 76 75.

18. Національна гаряча лінія з протидії торгівлі людьми та консультування мігрантів: 0-800-505-501 (безкоштовно зі стаціонарних телефонів), 527 (безкоштовно з номерів мобільних операторів України пн. – пт. з 10:00 до 21:00, сб. з 10:00 до 18:00).

19. Гаряча лінія Міністерства закордонних справ України для громадян України, які опинилися в надзвичайних ситуаціях за кордоном: (044) 238 16 57.

20. Департамент боротьби зі злочинами, що пов'язані з торгівлею людьми Національної поліції України: (044) 374 37 85 (пн. - сб. з 09:00 до 18:00).

21. Гаряча лінія емоційної підтримки Міжнародної організації з міграції: 0 800 211 444.

22. Гаряча лінія з профілактики суїцидів (<https://lifelineukraine.com/>).

23. Гаряча лінія професійної підтримки «Стоп паніка» безкоштовний багатоканальний номер: 0800 50 18 92.

24. Платформа «Мені здається» (<https://nachasi.com/2021/02/05/platform-it-seems-to-me/>).

25. Платформа «Розкажи мені» (<https://tellme.com.ua/>).

26. Канал психологічної підтримки «ПОРУЧ» для підлітків та молоді (https://t.me/poruch_me).

27. В рамках роботи платформи СпівДія та Співдія хаб функціонує напрям безкоштовної психологічної підтримки онлайн і офлайн (<https://airtable.com/shrfgYz1ko5UYxR9r>).

28. За підтримки Національної психологічної асоціації психологи-волонтери створили центр психологічної підтримки «Як ти?» (безкоштовно, у будь-який час доби) (<https://bit.ly/3QLUdwO>).

29. Міжнародний Комітет Червоного Хреста (МКЧХ) відкрив гарячу лінію, за якою можна звернутися за підтримкою: 0-800-300-155 (дзвінки безкоштовні).

30. Довідник психологічної підтримки в умовах війни допоможе знайти відповіді на питання: як боротися з перевтомою, панікою, тривогою, апатією; як зберегти близькі стосунки та позбутися почуття провини (<https://bit.ly/3OzJm6Z>).

31. Телеграм-канал «підтримай дитину» створено з турботою про батьків і дітей (<https://t.me/s/pidtrumaidutuny>).

32. Онлайн-платформа «Аврора»: консультування постраждалих від насильства, зокрема сексуального, доступу до якісної дистанційної допомоги у будь-якому куточку України та за кордоном, достатньо лише заповнити заявку

на сайті «Розірви коло» у розділі «Психотерапевтична допомога» (<https://rozirvykolo.org/mental-support/>).

33. Безкоштовна психологічна підтримка для кожного, хто відчуває у цьому потребу: УкрЄдність (<https://ukr-ednist.com.ua/>).

34. Група психологічної підтримки «Разом» (<https://razom.live/>).

35. Гаряча лінія кризової допомоги та підтримки від Українського ветеранського фонду (УВФ): +38 (067) 400 46 60 (пн. – нд. з 10:00 до 20:00), сайт Фонду (<https://veteranfund.com.ua/>).

За потреби, звертайтеся за допомогою, як і раніше, за електронною адресою: annainred@gmail.com або у особисті повідомлення на сторінці Психологічної служби ДДТУ у соціальній мережі Meta Facebook.

Українка та ініціаторка соціального проєкта «Разом» Оксана Зінько склала докладний список організацій, які надають безкоштовну психологічну допомогу.

Оберіть те, що Вам до вподоби.

Тримаймо стрій.

БЕЗКОШТОВНА

**Соціальний проєкт
«Разом»**

30 хвилин із психологом
www.razom.live



Kellimni

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

www.kellimni.com



PsyHelpUA

психологічна допомога
онлайн

www.psyhelp.info



**Національна психоло-
гічна асоціація (НПА)**

аудіо та відеоконсультації,
10:00 - 20:00
0 800 100 102, www.npa-ua.org



**Triangle Generation
Humanitaire (TGH)**

перша психологічна допомога
цілодобово, без вихідних

+38 050 432 41 82



БФ «Право на захист»

Безкоштовно для ВПО, постраж-
далих від війни. Дорослі, діти,
підлітки, сім'ї, волонтери,
організації

t.me/psysintouch



PIN (People in Need)

цілодобова перша
психологічна допомога

0 800 210 160



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

t.me/odukraine_bot



**Telegram чат-бот
«Як ти»**

t.me/yak_ty_bot



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

t.me/friend_first_aid_bot



ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА

для
УКРАЇНЦІВ

Коли складно побачити шлях, йди на світло

**Платформа
«Veteran hub»**

підтримка військовослужбовців,
ветеранів та членів їхніх родин

+38 067 348 28 68



SafeRoom

психологічна допомога
онлайн підліткам

www.saferoom.org.ua



DOBRY START

738380203
Warszawa

www.dobry-start.pl



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

0 800 50 12 12, цілодобово



**Інтернет-платформа
«Хаб стійкості»**

психологічна допомога
постраждалим від війни

resiliencehub.com.ua



Проект «ПОРУЧ»

онлайн та очні групи
психологічної підтримки
для батьків та підлітків

www.poruch.me



**Національна гаряча
лінія «Ла Страда»**

цілодобово для дітей та
молоді до 25 років

116 111, 0 800 500 225



**Платформа
«Жінки і війна»**

психологічна допомога
жінкам

t.me/+KaUrnvXRmhVlYjBi



Фонд «Голоси Дітей»

психологічна підтримка
батьків та дітей під час війни

0 800 210 106

t.me/kidsMentalHelpBot



«Ми поруч»

09:00 - 20:00, для дітей і батьків

0 800 210 106

www.poruch.me



**Онлайн-платформа
«Укрєдність»**

психологічна допомога
у воєнний час

ukr-ednist.com.ua



«Lifeline Ukraine»

цілодобово без вихідних,
протидія суїцидальним
намірам

7333, lifelineukraine.com



Психологічна допомога різних напрямків

Для військових, ветеранів та їх сімей

Підтримка у воєнний час

Домашнє насильство

Діти, підлітки, батьки

Суїцидальні
наміри



Створено
за сприяння:

