

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 медикопсихологічної 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 їх 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-itseems-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 психологів-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).