

# **Номери телефонів «гарячих ліній» надання психологічної допомоги та протидії насиллю**

*Карантин через пандемію COVID-19 загострює проблеми, яких зазнають діти та молодь, і збільшує потребу звертатися за допомогою віддалено. Нижче надано перелік «гарячих ліній», які надають психологічну підтримку та консультації дітям, молоді та дорослим, які ними опікуються.*

## **«Гаряча лінія» для жертв домашнього насильства**

15-47 (з мобільного чи стаціонарного телефону)

Гаряча лінія працює на базі Урядового контактного центру, аби надавати психологічну допомогу потерпілим від домашнього насильства жінкам, чоловікам і дітям. Сервіс доступний цілодобово. Дзвінки є безкоштовними зі стаціонарних та мобільних телефонів, анонімними та конфіденційними.

## **Національна гаряча лінія з попередження домашнього насильства, торгівлі людьми та гендерної дискримінації**

0 800 500 335 (з мобільного або стаціонарного телефону) або 116 123 (з мобільного)

Громадська міжнародна правозахисна організація Ла Страда-Україна надає безкоштовну, цілодобову та анонімну допомогу тим, хто піддається фізичному, психологічному, сексуальному чи економічному насильству. Постраждалі можуть отримати психологічну підтримку та консультації щодо того, як знайти безпечний вихід із складної ситуації.

### **Консультації можна також отримати онлайн:**

Skype: @lastrada-ukraine

Facebook: @lastradaukraine

Telegram: @NHL116123

Email: hotline@la-strada.gov.ua

## **Національна «гаряча лінія» для дітей та молоді**

0 800 500 225 (з мобільного або стаціонарного телефону) або 116 111 (з мобільного)

Звернувшись на цю лінію, діти та молодь можуть анонімно отримати підтримку і поради щодо проблем в особистих стосунках, булінгу, непорозумінь з батьками, насильства чи жорсткого поводження. Крім того, дорослі можуть проконсультуватися з психологами, юристами та соціальними працівниками щодо випадків порушення прав дитини. Наразі лінія працює у будні з 12:00 до 20:00.

### **Консультації можна також отримати онлайн:**

Instagram: @childhotline\_ua

Facebook: @childhotline.ukraine

Telegram: @CHL116111

## **Безоплатна правова допомога**

0 800 213 103 (зі стаціонарних та мобільних телефонів)

Дорослі та діти постраждали від домашнього насильства, люди, які опинилися у складних життєвих обставинах, люди з інвалідністю чи малозабезпечені сім'ї, внутрішньо переміщені особи, учасники бойових дій можуть безоплатно отримати правову інформацію, консультації і роз'яснення з правових питань, допомогу зі складення заяв, скарг, інших документів правового характеру (крім процесуальних), а також допомоги у доступі до вторинної правової допомоги та медіації.

## **Психологічні консультації для підлітків Teenergizer**

<https://teenergizer.org/consultations/>

Об'єднання підлітків Східної Європи та Центральної Азії Teenergizer безкоштовно та анонімно надає онлайн-консультації, завдяки яким можна отримати професійну допомогу від психологів та консультантів щодо будь-яких запитань: булінгу у школі, конфліктів з батьками, хвилювання щодо стресу перед іспитами, а також підтримку щодо виявленого ВІЛ-позитивного статусу.