Додаток 1

до листа Міністерства освіти і науки України

**Інформація про психологічну допомогу в умовах війни**

|  |
| --- |
| 1. Вінницька область

 <https://vinps.vn.ua/?p=2901> |
| 2. Волинська область <https://www.facebook.com/HELP.VOCSPD/> (мережа Facebook) |
| 3. Дніпропетровська область <http://centrpsiholog.blogspot.com/p/blog-page_26.html> |
| 4. Донецька область <https://dnmcps.com.ua/25-03-2022-uchast-v-onlayn-naradi-dnu-imzo-dlya-dyrektoriv-oblasnykh-navchalno-metodychnykh> |
| 5. Житомирська область <https://www.zippo.net.ua/index.php?page_id=564> |
| 6. Закарпатськая область <http://zakinppo.org.ua/kafedri/kafedra-pedagogiki-ta-psihologii/publikacii-vikladachiv/6904-psihologija-vijni>  |
| 7. Запоріжська область <https://centrpsiholog.blogspot.com/p/blog-page_26.html> |
| 8. Івано-Франківська область <https://www.ippo.if.ua/predmety/ocppsr/index.php?r=site/index> |
| 9. Київська область <http://bilatserkva-cppsvr.kiev.sch.in.ua/krizove_reaguvannya/> |
| 10. Кіровоградська область <http://koippo.in.ua/ppsr/>  |
| 11. Луганська область <http://loippo.edu.ua/psychological-service/news/6528-persha-psykholohichna-dopomoha-liudiam-iaki-perezhyly-kryzovu-sytuatsiiu> |
| 12. Львівська область <http://loippo.lviv.ua/news/List-vchitel-v--tal-yskoi--stor-i-do-ukrainskih-koleg-publication/> |
| 13. Миколаївська область <https://moippo.mk.ua/novyny/plyve-kacha-i-anhely-letiat/#more-5862><https://www.facebook.com/moippo.official/> (мережа Facebook)  |
| 14. Одеська область https://ppko.odessaedu.net/ <https://www.facebook.com/946471355557467/posts/1811977629006831/> (мережа Facebook)  |
| 15. Полтавска область <http://pano.pl.ua/pidrozdily/tsentr-praktychnoi-psykholohii-i-sotsialnoi-roboty> <https://www.facebook.com/poippo> (мережа Facebook)  |
| 16. Рівнеська область <http://rosvita.rv.ua/2013-09-10-06-10-48.html>  |
| 17. Сумська область <http://nmcps.sumy.sch.in.ua/informaciya_pro_zaklad/> Тимчасово проблеми із сайтом  |
| 18. Тернопільска область <http://nmcpssr.blogspot.com/> |
| 19. Харківська область <http://edu-post-diploma.kharkov.ua/?page_id=9458> Тимчасово проблеми із сайтом  |
| 20. Херсонська область Сайт тимчасово не працює  |
| 21. Хмельницька область <https://hoippo.km.ua/?p=5289> |
| 22. Черкаська область <http://oipopp.ed-sp.net/?q=node/12687><https://www.facebook.com/groups/1310246369325912/?ref=share> (мережа Facebook)  |
| 23. Чернігівська область <https://choippo.edu.ua/?page_id=90>Сайт тимчасово не працює  |
| 24. Чернівецька область <http://ippobuk.cv.ua/?p=8637> |
| 25. м. Київ <https://sites.google.com/site/nmcppippo/golovna><https://www.facebook.com/groups/124176988169440> (мережа Facebook)  |
| 26. ДНУ «ІМЗО» <https://imzo.gov.ua/psyholohichnyj-suprovid-ta-sotsialno-pedahohichna-robota/materialy-dlia-vykorystannia-v-roboti-pid-chas-voiennykh-diy/> |
| 27. Український науково-методичний центр практичної психології і соціальної роботи НАПН України <https://psyua.com.ua/><https://www.facebook.com/UNMCPPSR> (мережа Facebook)  |

Додаток 2

до листа Міністерства освіти і науки України

**Контакти щодо психологічної підтримки**

Цілодобова лінія психологічної підтримки «Між нами» Львівський міський центр соціальних служб— 0800307305. Дзвінки з будь-яких операторів — безкоштовні.

Цілодобова безоплатна правова допомога/ Free Legal Aid. – 0 800 213 103. Консультування з правових питань.

 Центр психосоціальної підтримки НаУКМА та БО «Голоси дітей». Гаряча лінія для дітей (08.00 – 22.00): 096 039 22 58; 099 198 57 95; 063 558 12 82.

 Гаряча лінія НУО «Людина в біді» Безкоштовні психологічні консультації (24/7) 0 800 210 160.

 Центр-Ресурс Професіонал. Системний сімейний психотерапевт. 09.00 – 20.00 тел у Польщі +4873 311 52 96. Вайбер, телеграм: (067)-718-99-66 (063)-721-04-63 (066)-219-09-73.

 Сильне емоційне потрясіння, стрес, відчуття небезпеки можуть викликати у вашої дитини психологічну травму. Читайте нижче, як визначити, що у вашої дитини психологічна травма, та як ви можете їй допомогти. Якщо дитині потрібна допомога спеціаліста - можна звертатися на дитячу гарячу лінію нашого партнера Ла Страда-Україна/La Strada-Ukraine, яка працює в онлайн режимі. Щоб отримати консультацію пишіть:

Фейсбук – <https://www.facebook.com/childhotline.ukraine/>

Інста - <https://www.instagram.com/childhotline_ua>

Telegram - @CHL116111

Безкоштовна інтернет-платформа психологічної допомоги "Розкажи мені". Для отримання допомоги потрібно коротко описати свій запит і надіслати заявку за цим посиланням ( <https://tellme.com.ua>) Модератори платформи підберуть спеціаліста, і він якнайшвидше зв'яжеться з вами. Консультації проводяться безкоштовно у режимі онлайн.

Крім того, команда Інституту когнітивного моделювання зі співпраці з кафедрою медичної психології, психосоматичної медицини та психотерапії Національного медичного університету імені Богомольця та спеціалістами проекту "Друг" розробила бот першої психологічної допомоги. Він стане в нагоді в перші години після травматичної події - з ним можна ознайомитися, перейшовши за посиланням ( <https://t.me/friend_first_aid_bot>)