

**Корисні посилання щодо допомоги та підтримки  
в ситуаціях насильства, торгівлі людьми, складних життєвих обставинах під час воєнного стану**

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. Екстрена психологічна допомога : (068) 609 30 03.
7. Перша національна лінія довіри для попередження суїциду: 73 33.
8. “Лінія допомоги”: (067) 975 76 76.
9. Гаряча лінія Міністерства закордонних справ України для громадян України, які опинилися в надзвичайних ситуаціях за кордоном: 044 238 16 57.
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](mailto: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, ДРУЖНИХ до молоді), supportME (від фахівців).
17. Уповноважений Президента України з прав дитини (044) 255 76 75.
18. Лінія психологічної допомоги для жінок 800 505 085.
19. Гаряча лінія професійної підтримки “Стоп паніка” безкоштовний багатоканальний номер: 0800 50 18 92.