

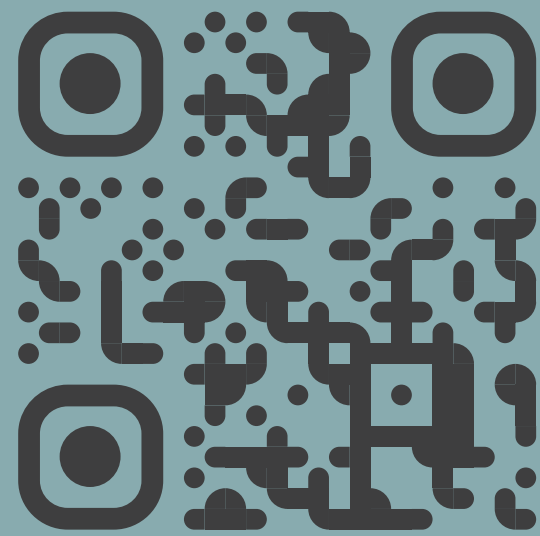
ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

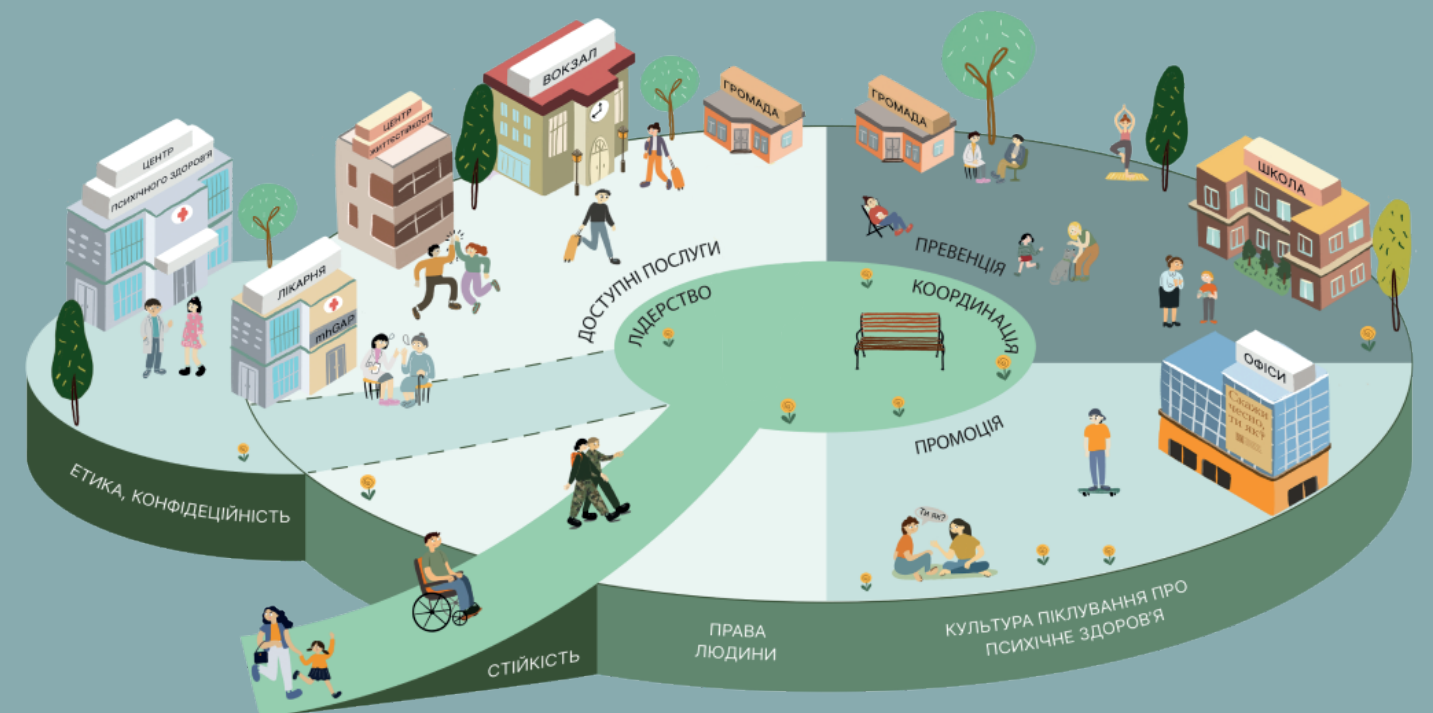
Всеукраїнська
програма ментального
здоров'я «Ти як?»

е

Маршрути послуг з ментального здоров'я в Остерській громаді



HOWAREU.COM



Де та як знайти корисні сервіси,
що можуть бути потрібні кожному

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



Ukraine

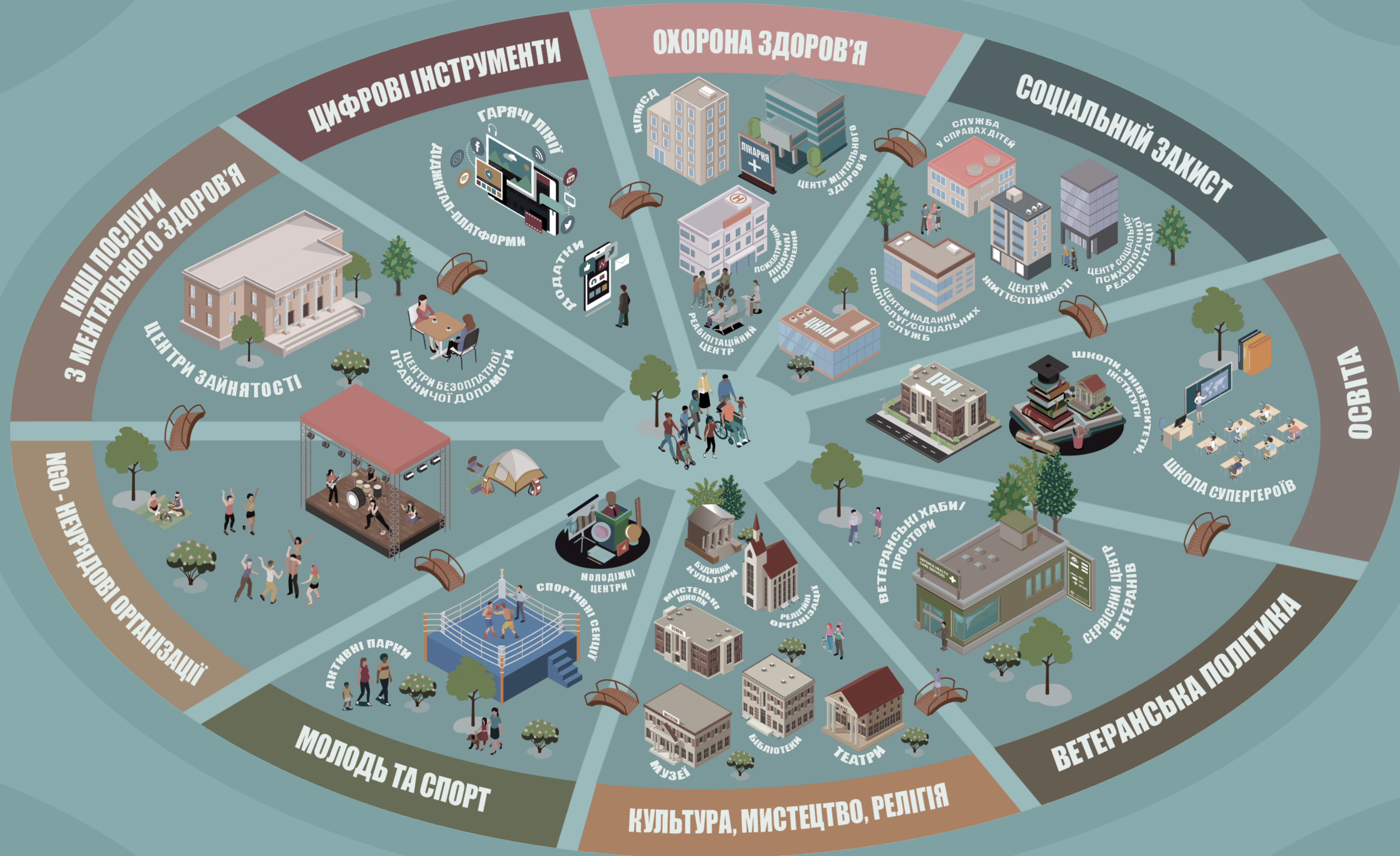
ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



Ukraine

2025 рік



Охорона здоров'я

Комунальне некомерційне підприємство "Чернігівська обласна психоневро-логічна лікарня" Чернігівської обласної ради

Послуги:

Психологічна допомога, Психотерапевтична допомога,

Адреса:

14005, м.Чернігів вул.І.Мазепи,3

Телефон:

+380462777104

Електронна адреса:

chernigivopnl@gmail.com

Графік роботи:

Цілодобово

Комунальне некомерційне підприємство "Остерський центр первинної медико-санітарної допомоги " Остерської міської ради

Послуги:

Соціально-психологічна підтримка (100% лікарів та медичних сестер пройшли навчання за програмою mhGAP.)

Адреса:

М.Остер, вул.Героїв 66-ї бригади, 32-Б

Телефон:

(066)1885431

Електронна адреса:

Osterskyucentrpmsd@ukr.net

Графік роботи:

Комунальне некомерційне підприємство «Чернігівська обласна лікарня» Чернігівської обласної ради

Послуги:

Послуги з психічного здоров'я на первинному рівні, психотерапевтична допомога

Адреса:

м. Чернігів, вул. Волковича, 25

Телефон:

+380636637346

5-35-25

Електронна адреса:

admin_crh@ukr.net

Графік роботи:

Цілодобово

Соціальний захист

Чернігівський обласний центр соціальних служб

Послуги:

Послуги з психічного здоров'я на первинному рівні, соціальна підтримка, консультації

Адреса:

м. Чернігів, вул. Шевченка, 21

Телефон:

(0462) 77-89-84, 77-48-25

Електронна адреса:

oblsocsluzhba@ukr.net

Графік роботи:

Пн. - Пт. 8.30-17.30, обідня перерва 13.00-13.30

Чернігівський обласний центр соціально-психологічної допомоги

Послуги:

Соціально-психологічна допомога, кризова підтримка, розвивальні заняття з дітьми

дошкільного віку, розвивальні заняття з дітьми шкільного віку, індивідуальні психологічні консультації

Адреса:

м. Чернігів, вул. Елеваторна, буд. 6

Телефон:

(04622) 5 82 74

Електронна адреса:

centrspd@ukr.net

Графік роботи:

Денний центр соціально - психологічної допомоги особам постраждалих від домашнього насильства та/або від гендерного насильства

Послуги:

Соціально-психологічна допомога, кризова підтримка, індивідуальні психологічні консультації підлітків та дорослих

Адреса:

м. Чернігів вул. Василя Тарновського 46 В

Телефон:

+380504560594

Електронна адреса:

cspd_help@ukr.net

Комунальний заклад "Центр надання соціальних послуг" Остерської міської ради

Послуги: Соціально-психологічна підтримка населення, консультування

Адреса:

м. Остер, вул. Незалежності, 21

Телефон:

(093) 3417043

Електронна адреса:

cnsr092022@gmail.com

Графік роботи:

Пн. - Пт. 8.00-17.00

Освіта

Остерський ліцей №1 Остерської міської ради

Послуги: Перша психологічна допомога учням, їх батькам, педагогам, консультація психолога

Адреса:

М. Остер, вул.Ярослава Мудрого, 94, 17044

Телефон:

(093) 5970902

Електронна адреса:

ostergymnasi@gummail.com

Графік роботи:

Пн. - Пт. 8.00-17.00

Остерський ліцей №2 Остерської міської ради

Послуги: Перша соціально-психологічна допомога учням, їх батькам, педагогам, консультація психолога

Адреса:

М. Остер, вул Шевченка, 46

Телефон:

(04646)31211

(096) 1331494

Електронна адреса:

oster.school1@gmail.com

avkorkoil@gmail.com

Графік роботи:

Пн. - Пт. 8.00-17.00

Комунальний заклад "Чернігівський навчально-реабілітаційний центр"
Чернігівської обласної ради

Послуги:

Соціально-психологічна допомога,
індивідуальні психологічні консультації, освітні послуги

Адреса:

М. Чернігів, проспект Грушевського, 56

Телефон:

(04622)34212

Електронна адреса:

sunshinechidsz@ukr.net

Графік роботи:

Пн. - Пт. 9.00-17.00

Остерський заклад дошкільної освіти «Оленка» Остерської міської ради

Чернігівської області

Послуги: Соціально-психологічна підтримка вихованців, ігрова терапія, групові заняття, консультації для батьків

Адреса:

м. Остер, вул.,Б.Хмельницького,

Телефон:

093 106 95 21

Електронна адреса:

osterolenka@ukr.net

Графік роботи:

Пн. - Пт. 7.30-17.30

Ветеранська політика

Відділ з питань ветеранської політики Чернігівської обласної державної адміністрації

Послуги: Соціально-психологічна підтримка ветеранам, демобілізованим

Адреса:

м. Чернігів, вул. П'ятницька, 39

Телефон:

(093) 4039329

Електронна адреса:

Vvr_nach@cg.gov.ua

Графік роботи:

Пн. - Пт. 9.00-17.30, обідня перерва 12.00-13.00

Відділ з питань ветеранської політики департаменту соціальної політики Чернігівської військової адміністрації

Послуги: Соціально-психологічна підтримка ветеранам, демобілізованим

Адреса:

м. Чернігів, вул. Івана Мазепи, 19

Телефон:

0462604223

Електронна адреса:

dp_soc@chernigiv-rada.gov.ua

Графік роботи:

Пн. - Пт. 9.00-17.30, обідня перерва 12.00-13.00

Помічник ветерана у "Центр надання соціальних послуг" Остерської міської ради

Послуги: Соціально-психологічна підтримка ветеранам, демобілізованим, родинам загиблих та безвісти зниклих

Адреса:

м. Остер, вул. Незалежності, 21

Телефон:

(093) 3417043

Електронна адреса:

cnsr092022@gmail.com

Графік роботи:

Пн. - Пт. 8.00-17.00

Комунальна установа «Чернігівський обласний центр комплексної реабілітації та обслуговування учасників бойових дій та членів їх родин та сімей загиблих» Чернігівської обласної ради

Послуги:

Послуги з психічного здоров'я, кризова підтримка, розвивальні заняття з дітьми дошкільного та шкільного віку, індивідуальні психологічні консультації підлітків, індивідуальні та дорослих, допомога у адаптації військовослужбовців після війни, допомога родинам військовослужбовців, психологічна підтримка людей з інвалідністю

Адреса:

Вул. Ганжівська 8, пр. Миру 116а

Телефон:

+380730050750

Електронна адреса:

Культура, мистецтво, релігія

Остерський будинок культури Остерської міської ради

Послуги: Перша соціально-психологічна, культурні послуги – майстеркласи, тренінги, виставки, творчі вечори, концерти, заняття з фітнесу, гуртки

Адреса:

М.Остер, вул. Грановського, 3

Телефон:

0938013126

Електронна адреса:

Ludmiladonskaa0606@gmail.com

Графік роботи:

Пн. - Пт. 8.00-17.00

Комунальний заклад позашкільної мистецької освіти «Остерська музична школа» Остерської міської ради

Послуги: арт-терапія: використання музики для вираження емоцій, подолання стресу; використання музичних занять як способу емоційного самовираження

Адреса:

м. Остер, вул.Л.Українки, 2 вулиця Л. Українки, буд. 2,

Телефон:

099 747 32 87

Електронна адреса:

ostermuz@gmail.com

Графік роботи:

Пн. –Пт. 900-1835(без перерви на обід), субота – 840-1515

Остерський будинок творчості дітей та юнацтва Остерської міської ради

Послуги: Психологічне розвантаження мистецтвом, культурні послуги – майстеркласи, тренінги, виставки, творчі вечори, концерти, гуртки

Адреса:

М.Остер, вул. Незалежності, 42

Телефон:

04646-3-13-40

Електронна адреса:

Oster_bt@ukr.net

Графік роботи:

Пн. - Пт. 9.00-18.30

Молодь та спорт

Остерська дитячо-юнацька спортивна школа Остерської міської ради Чернігівської області

Послуги: фізична активність, тренування з управління стресом у змагальних умовах. Медитація: вправи на розслаблення та концентрацію

Адреса:

м. Остер, вул. Миру, 32

Телефон:

066 249 65 94

Електронна адреса:

dsha_32@ukr.net

Графік роботи:

Пн. - Пт. 9.00-20.00

NGO-неурядові організації

Благодійний фонд «Рокада»

Послуги: Соціально-психологічна підтримка, консультації

Адреса:

м. Чернігів, проспект Перемоги, 139

Телефон:

067-337-01-61

Безкоштовні консультації психологів:

067-337-01-26

067-135-53-59

067-137-58-82

Електронна адреса:

Rocada.org.ua

Графік роботи:

Пн. - Пт. 8.00-18.00

БФ «Право на захист»

Послуги: Соціально-психологічна підтримка, консультації

Адреса: м. Чернігів, вул Гетьмана Полуботка, 17

Телефон:

(099)(098)(093) 507-50-90

Безкоштовні консультації психологів:

(093)7002220

Електронна адреса:

unhcrukraine@donbassos.org

Графік роботи:

Пн. - Пт. 9.00-16.00

БФ «Голоси дітей»

Послуги: Соціально-психологічна підтримка, консультації

Адреса: м. Чернігів, вул Героїв Чорнобиля, 3

Телефон:

(067)200-63-01

Безкоштовні консультації психологів:

(093)7002220

Електронна адреса:

Telegram <https://t.me//golosuditeyCh>

Графік роботи:

Пн. - Пт. 9.00-17.00

Інші послуги з ментального здоров'я

Комунальна установа "Обласний центр комплексної реабілітації дітей з інвалідністю "Відродження" Чернігівської обласної ради

Послуги:

Послуги з психічного здоров'я, соціально-психологічна підтримка, консультування

Адреса:

м. Чернігів, вул. Соборності, 34

Телефон:

(0462)95-22-26

0462953700

Електронна адреса:

Revival.center@ukr.net

Графік роботи:

Пн. - Пт. 9.00-17.00

Оздоровчий простір "Відродження" Остерської міської ради

Послуги: Перша соціально-психологічна, реабілітація

Адреса:

м. Остер. вул. героїв 66 бригади, 32 б

Телефон:

0507669333

Електронна адреса:

cnsr@osterska-gromada.gov.ua

Графік роботи:

Пн. - Пт. 8.00-17.30

Козелецька філія КУ «Інклюзивно-ресурсий центр» Новобілоуської сільської ради Чернігівського району Чернігівської області

Послуги:

Послуги з психічного здоров'я на первинному рівні, психоосвіта, психологічна допомога в реабілітації, психологічне консультування, корекційні заняття

Адреса:

Селище Козелець,

вул.Соборності,27

Телефон:

+380966336701

Електронна пошта:

t.sugonako15@gmail.com

Графік роботи:

Пн. - Пт. 8.00-16.00, обідня перерва 12.00-13.00

Цифрові інструменти

Лінія Національної психологічної асоціації
0 800 10 01 02
з 10:00 до 20:00 щодня, дзвінки безкоштовні

Гаряча лінія кризової та юридичної підтримки ветеранів та членів їхніх родин Українського ветеранського фонду при Мінветеранів
0 800 33 20 29
цілодобово, дзвінки безкоштовні

Лінія міжнародної гуманітарної організації «Людина в біді»
0 800 21 01 60
цілодобово, дзвінки безкоштовні

Національна гаряча лінія з попередження домашнього насильства, торгівлі людьми та гендерної дискримінації
ГО «Ла Страда-Україна»
0 800 50 03 35
з мобільного або стаціонарного, цілодобово, дзвінки безкоштовні
11 61 23
з мобільного, цілодобово, дзвінки безкоштовні

Національна гаряча лінія для дітей та молоді ГО «Ла Страда-Україна»
0 800 50 02 25
з мобільного або стаціонарного
11 61 11
з мобільного, цілодобово, дзвінки безкоштовні

Гаряча лінія з питань протидії торгівлі людьми та домашньому насильству
15-47
цілодобово, дзвінки безкоштовні

Лінія запобігання самогубствам Lifeline Ukraine
73-33
цілодобово

Лінія емоційної підтримки Міжнародної організації з міграції (МОМ)
0 800 21 14 44
з 10:00 до 20:00 щодня, дзвінки безкоштовні

Гаряча лінія для дружин та матерів військовослужбовців ГО «Громадський рух «Жіноча сила України»
0 800 33 27 20
з 10:00 до 20:00 щодня, дзвінки безкоштовні
Гаряча лінія з питань ВІЛ/СНІД

БО «Фонд профілактики хімічних залежностей та СНІДу»

0 800 50 04 51
цілодобово, безоплатно; в т.ч. психологічна підтримка для людей, які живуть з ВІЛ, та їхнього близького оточення