

**Контакти державних та громадських організацій,
які допомагають тим, хто пережили СНПК та їх родинам в Чернігівській області**

№	Назва організації/установи	Контактні дані	Види допомоги
1	Департаменту сім'ї, молоді та спорту Чернігівської обласної державної адміністрації	м. Чернігів, вул. Шевченка, 7, тел. +38 (067) 281 43 00, e-mail: dsms_post@cg.gov.ua, пн-пт 09:00-17:30, перерва: 13:00-13:30	Координація та адміністративна допомога
2	Денний центр соціально-психологічної допомоги особам, які постраждали від домашнього насильства та/або насильства за ознакою статі	м. Чернігів, вул. Тарновського, 34В, тел. +38 (050) 456 05 94, +38 (046) 225 82 74, +38 (063) 719 24 69, пн-пт 08:00-17:00, перерва: 13:00-13:30	Психологічна допомога: індивідуальні консультації психолога для стабілізації емоційного стану, подолання травматичного досвіду та групи взаємодопомоги. Первинна юридична підтримка: надання правової інформації, роз'яснення прав постраждалої особи, консультації щодо оформлення обмежувальних приписів та допомога у підготовці документів. Соціальний супровід та інформування: оцінка потреб постраждалої особи, складання індивідуального плану безпеки, допомога в отриманні медичних або інших адміністративних послуг. Перенаправлення та притулок: за потреби забезпечення направлення до спеціалізованого цілодобового притулку (шелтера) для безпечного тимчасового проживання жінок із дітьми
3	Безпечний простір для жінок та дівчат, який діє за підтримки Міжнародного Медичного Корпусу / ВБО «Конвіктус Україна»	тел. +38 (097) 607 88 07, пн-пт 10:00-20:00, сб 11:00-17:00	Психологічна та правова підтримка: Індивідуальне психологічне консультування та групова психосоціальна підтримка. Безкоштовні юридичні консультації. Допомога жінкам, які стикаються з гендерним насильством, а також послуги емоційного розвантаження. Розвиток, освіта та дозвілля: Безкоштовні курси англійської мови (рівні A1, A2) та основи комп'ютерної грамотності. Творчі майстер-класи, арттерапія та заняття для творчого самовираження. Оздоровчі заняття з йоги, спрямовані на м'який рух та дихання.

			Гуманітарна допомога та соціалізація: Періодична видача базової гуманітарної допомоги, зокрема наборів гідності та підгузків. Проводяться заходи для здобуття нових професійних навичок та інтеграції. Наявні послуги з ведення випадку (Кейс-менеджмент)
4	Жіночий хаб св. Ольги, який діє за підтримки ВГО «Елеос Україна»	Адреса хабу: м. Чернігів, вул. Всіхсвятська, 16 (район Рокоссовського / Відділ соціально-профілактичної роботи). Телефон для довідок та запису: +38 (093) 356 49 21 Графік роботи: понеділок–п'ятниця з 10:00 до 18:00. Електронна пошта: womenhubcn.che@gmail.com. Анонси заходів та реєстраційні форми: публікуються на сторінці проекту в Instagram @eleos_ukraine_hub	Психологічна допомога: безкоштовні індивідуальні та групові консультації дипломованих дорослих і дитячих психологів для подолання наслідків воєнних травм, стресу, тривожності та депресивних станів. Тілесна терапія та реабілітація дітей: використання інноваційних методик тілесно орієнтованої терапії (наприклад, метод «гарячого зерна» для зняття емоційних блоків та втоми у дітей). Юридичні консультації та кейс-менеджмент: допомога соціального працівника у відновленні документів, перенаправленні до необхідних міських служб та правовий супровід. Спортивно-оздоровчий напрямок: безкоштовні заняття у спеціально обладнаному спортивному залі хабу (йога, фітнес, загальна фізична реабілітація під керівництвом тренера). Дитяча кімната та дозвілля: у хабі працює педагог-вихователь, функціонує дитячий простір, проводяться розвиваючі та творчі заняття (наприклад, музичні гуртки для розвитку здібностей дитини). Економічне посилення (періодичні проєкти): організація бізнес-тренінгів та надання мікрогрантів на розвиток або започаткування власної справи для жінок Чернігівщини (за наявності активних партнерських донорських програм).
5	Дружній до жінок та дівчат простір «Вільна», який діє за підтримки UNFPA / ГО «Інноваційні соціальні рішення»	м. Чернігів, просп. Перемоги, 112, тел. +38 (098) 439 99 15, ср-нд 11:00-20:00	Психологічна підтримка: індивідуальні консультації та групова терапія. Консультування та перенаправлення: допомога у разі потрапляння у складні життєві обставини, зокрема пов'язані з домашнім або гендерно зумовленим насильством.

			Розвиток та дозвілля: освітні лекції, майстер-класи, творчі заняття, йога та групи взаємодопомоги
6	Безпечний простір для жінок та дівчат при Центрі надання соціальних послуг Корюківської міської ради, Corus International / МБФ «Українська фундація громадського здоров'я»	тел. +38 (04657) 2 26 27, м. Корюківка, вул. Вокзальна, 2, пн-пт 08:00-17:00	Психологічна допомога: індивідуальні консультації професійних психологів, робота з травмами війни, тривожністю, депресивними станами та ПТСР. Проводяться групи взаємодопомоги для психологічного розвантаження. Соціальний супровід (кейс-менеджмент): допомога соціальних працівників у розв'язанні побутових і життєвих проблем, оцінка ризиків безпеки, складання індивідуальних планів безпеки для тих, хто перебуває у кризових ситуаціях. Первинна правова допомога: юридичне інформування та консультування щодо захисту прав жінок, оформлення статусів ВПО, отримання аліментів, розлучення чи захисту від кривдника (обмежувальні приписи). Гуманітарна підтримка: залежно від поточних програм донорів (DRC, Corus International, УФГЗ) вразливим категоріям жінок надаються гігієнічні набори, підгузки або дитяче харчування. Освітні та розвиваючі заходи: тренінги з мінної безпеки, фінансової грамотності, комп'ютерної та мобільної грамотності, а також лекції щодо репродуктивного здоров'я та культури згоди. Творче розвантаження (арттерапія): майстер-класи з рукоділля, малювання та ліплення для жінок і дівчат, які допомагають відволіктися від стресу та соціалізуватися. Безпечне дозвілля для дітей: у просторах облаштовані дитячі куточки, де мами можуть залишити дитину під наглядом вихователя або психолога на час отримання консультацій.
7	Безпечний простір для жінок та дівчат, який діє за підтримки Данської Ради у справах біженців	Менська територіальна громада: м. Корюківка, вул. Шевченка, 70, тел. +38 (063) 159 55 86	Психологічна допомога: індивідуальні консультації професійних психологів, робота з травмами війни, тривожністю, депресивними станами та ПТСР. Проводяться групи взаємодопомоги для психологічного розвантаження. Соціальний супровід (кейс-менеджмент): допомога соціальних працівників у розв'язанні побутових і життєвих проблем, оцінка ризиків безпеки, складання індивідуальних планів безпеки для тих, хто перебуває у кризових ситуаціях.

			Первинна правова допомога: юридичне інформування та консультування щодо захисту прав жінок, оформлення статусів ВПО, отримання аліментів, розлучення чи захисту від кривдника (обмежувальні приписи). Гуманітарна підтримка: залежно від поточних програм донорів (DRC, Corus International, УФГЗ) вразливим категоріям жінок надаються гігієнічні набори, підгузки або дитяче харчування. Освітні та розвиваючі заходи: тренінги з мінної безпеки, фінансової грамотності, комп'ютерної та мобільної грамотності, а також лекції щодо репродуктивного здоров'я та культури згоди. Творче розвантаження (арттерапія): майстер-класи з рукоділля, малювання та ліплення для жінок і дівчат, які допомагають відволіктися від стресу та соціалізуватися. Безпечне дозвілля для дітей: у просторах облаштовані дитячі куточки, де мами можуть залишити дитину під наглядом вихователя або психолога на час отримання консультацій.
8	Безпечний простір для жінок та дівчат при Центрі соціальних служб Менської міської ради, Corus International / МБФ «Українська фундація громадського здоров'я»	тел. +38 (04644) 3 11 33, м. Мена, вул. Троїцька, 13, пн-пт 08:00-17:00	Психологічна допомога: індивідуальні консультації професійних психологів, робота з травмами війни, тривожністю, депресивними станами та ПТСР. Проводяться групи взаємодопомоги для психологічного розвантаження. Соціальний супровід (кейс-менеджмент): допомога соціальних працівників у розв'язанні побутових і життєвих проблем, оцінка ризиків безпеки, складання індивідуальних планів безпеки для тих, хто перебуває у кризових ситуаціях. Первинна правова допомога: юридичне інформування та консультування щодо захисту прав жінок, оформлення статусів ВПО, отримання аліментів, розлучення чи захисту від кривдника (обмежувальні приписи). Гуманітарна підтримка: залежно від поточних програм донорів (DRC, Corus International, УФГЗ) вразливим категоріям жінок надаються гігієнічні набори, підгузки або дитяче харчування. Освітні та розвиваючі заходи: тренінги з мінної безпеки, фінансової грамотності, комп'ютерної та мобільної грамотності, а також лекції щодо репродуктивного здоров'я та культури згоди.

			Творче розвантаження (арттерапія): майстер-класи з рукоділля, малювання та ліплення для жінок і дівчат, які допомагають відволіктися від стресу та соціалізуватися. Безпечне дозвілля для дітей: у просторах облаштовані дитячі куточки, де мами можуть залишити дитину під наглядом вихователя або психолога на час отримання консультацій.
9	Гінекологічний кабінет безбар'єрного доступу для жінок , який діє за підтримки UNFPA, Фонду ООН у галузі народонаселення	м. Чернігів, вул. 1-го Травня, 172, КНП «Пологовий будинок», тел. +38 (046) 295 24 44, цілодобово м. Ніжин, вул. Станіслава Прощенка, 21а, КНП «Ніжинський міський пологовий будинок», тел. +38 (046) 317 19 51, цілодобово	Безбар'єрні гінекологічні кабінети UNFPA надають комплекс медичних послуг з акцентом на доступність, конфіденційність та інклюзивність. Усі послуги є безкоштовними. Основні медичні послуги: Огляди та консультації: профілактичний огляд акушера-гінеколога. Спеціалізоване обладнання: кабінет оснащено кріслом з регулюванням висоти для жінок з інвалідністю. Діагностика захворювань: раннє виявлення онкологічних хвороб та інфекцій. Ведення вагітності: консультації для майбутніх матерів, зокрема з порушеннями опорно-рухового апарату. Планування сім'ї: індивідуальний підбір методів контрацепції. Особливі та соціальні послуги Допомога постраждалим від насильства: комплексна медична та психологічна підтримка у випадках гендерно зумовленого або сексуального насильства. Повна анонімність: прийом ведеться конфіденційно, без розголошення особистих даних.
10	Безкоштовна правова допомога «Чернігівський громадський комітет захисту прав людини»	тел. +38 (063) 140 63 47, +38 (063) 049 72 56, пн-пт 10:00-18:00	Правнича допомога
11	Східний міжрегіональний центр з надання безоплатної правової допомоги	(0462) 77-51-68, 063-826-99-49, м. Чернігів, пр. Миру 49 а, офіс. 709. https://legaid.gov.ua/tsentry/regionalnyj-tsentr-z-nadannya-	Правова інформація, консультація і роз'яснення з правових питань, допомога у складанні зав, скарг та інших документів, здійснює представництво інтересів в судах, інших державних органах, органах місцевого самоврядування.

		bezoplatnoyi-vtorynnoyi-pravovoyi-dopomogy-u-luganskij-ta-harkivskij-oblastyah/	
		Гарячі лінії підтримки	
12	Національна лінія з питань профілактика самогубств та підтримки психічного здоров'я «Lifeline Ukraine»	тел. 7333 Графік роботи: 24/7 (цілодобово, без вихідних та святкових днів).	Кризова психологічна допомога: екстрена підтримка в моменти сильного розпачу, страху, панічних атак чи втрати сенсу життя. Профілактика самогубств: професійне втручання та допомога людям, які мають суїцидальні думки, наміри або перебувають за крок до спроби самогубства. Підтримка ветеранів та їхніх родин: першочергова допомога військовослужбовцям, ветеранам війни та їхнім близьким у подоланні бойової травми та ПТСР. Допомога підліткам та молоді: консультування молодих людей, які стикаються з булінгом, депресивними станами чи кризою ідентичності. Підтримка людей, що пережили втрату: психологічний супровід для тих, хто втратив близьких через війну, хворобу чи суїцид.
13	«Гаряча лінія» з питань протидії торгівлі людьми, запобігання та протидії домашньому насильству, насильству за ознакою статі та насильству стосовно дітей працює цілодобово	1547 (дзвінки безкоштовні зі стаціонарних та мобільних телефонів, анонімно та конфіденційно); +38 (044) 284 19 43 — для дзвінків з-за кордону (оплата за тарифами відповідного оператора зв'язку); зарєєструвати звернення онлайн — https://1547.ukc.gov.ua	Надаються інформаційні, психологічні та юридичні консультації
14	Ла Страда Україна Лінія психологічної підтримки для чоловіків	тел.: 2345 (цілодобово) або в онлайн-чаті за текстовою консультацією у Telegram, Viber, Facebook, Messenger та на сайті Лінії: 2345.in.ua	Психологічні консультації постраждалих чоловіків
15	Ла Страда Україна	116 123 (з мобільних) або 0 800 500 335	Психологічна підтримка

	Національна гаряча лінія із запобігання домашньому насильству, торгівлі людьми та гендерної дискримінації	(зі стаціонарних) (цілодобово)	
16	Лінія сексуально-репродуктивного здоров'я для жінок	3033, щодня 9:00-18:00	(первинні консультації профільного фахівця чи фахівчині щодо здоров'я жінки)
17	Загальнонаціональна «гаряча лінія» з питань ВІЛ / СНІД	З питань ВІЛ / СНІДу: 0-800-500-451 (безкоштовно, цілодобово, без вихідних та святкових). З питань туберкульозу: 0-800-50-30-80 (безкоштовно, з 08:00-18:00, без вихідних та святкових). Якщо ви перебуваєте за кордоном, замовляйте дзвінок за посиланням: http://saapf.kiev.ua/. Просто введіть закордонний номер телефону в міжнародному форматі: + або 00 <код країни> <код міста / мобільного оператора> <номер телефону>. Поставити запитання онлайн можна у віджеті онлайн-чату на сайті https://helpme.com.ua, а також месенджерах Viber або Telegram. Також можна залишити запитання до консультанта у спеціальній формі на сайті — відповідь надійде на вказану електронну адресу.	Консультують лікарі (інфекціоністи та фтизіатри) психологи, юристи, лікарі вузького профілю (невролог, дерматовенеролог, гінеколог / лікар з планування вагітності), Надають відповіді на всі свої запитання: від ризиків інфікування до сучасних методів лікування. Тут вас зрозуміють і допоможуть зробити правильний крок. Про що можна запитати? • Як захиститися від інфікування? • Як допомогти собі та близьким, якщо така ситуація вже виникла? • Де пройти діагностику та отримати консультацію психолога або лікаря? • Які сучасні методи лікування доступні для людей, які живуть з ВІЛ або туберкульозом? • Як впоратися з емоційним навантаженням та подолати стрес, пов'язаний з діагнозом? Кваліфіковані консультанти дадуть відповіді на ці та загалом будь-які запитання щодо ВІЛ чи туберкульозу. Фахово, анонімно і безоплатно.

18	Телефон інформаційної лінії центрів з надання безоплатної вторинної правничої допомоги	0 800 213 103 (цілодобово та безкоштовно зі стаціонарного та мобільного)	Безоплатна вторинна правнича допомога
19	Всеукраїнська лінія психологічної підтримки БФ «Рокада»	0 800 331 916, (пн-пт 08:00-22:00, сб-нд 08:00-14:00)	Психологічна підтримка, гуманітарна та юридична допомога
		Онлайн платформи	
20	Онлайн-платформа «Аврора»	Необхідно заповнити анонімну форму на сайті «Розірви коло» у розділі «Психотерапевтична допомога» https://rozirvykolo.org/mental-support	Спеціалізована психотерапевтична підтримка особам, які зазнали насильства, пов'язаного з війною (зокрема, сексуального).
21	Онлайн-платформа «Допомога врятованим»	https://www.help-platform.in.ua	Онлайн-майданчик, на якому зібрані актуальні можливості, інструменти допомоги та контакти ключових сервісів підтримки постраждалих від війни.
22	Платформа Safe Women HUB	ТГ-канал: SafeWomenHUB	Платформа для надання психологічної допомоги жінкам та дівчатам, які постраждали від війни або знаходяться у зонах ризику.
23	Вільний step	https://vilnyystep.com.ua	Онлайн-платформа безоплатної комплексної підтримки та супроводу людей, які пережили полон, постраждали від тортур, СНПК та членів їх родин
		НУО	
24	Асоціація жінок-юристок України «Юрфем»	тел.: +38 (068) 145 55 90 або 0 800 30 55 90 (безкоштовно) Пн.-пт. 09.00:18.00	Правнича допомога
25	Благодійна організація «Фонд сім'ї Андрєєвих»	+38 (098) 869-19-54 гаряча лінія довіри 0 800 300 166 https://andreievfund.com	Психологічна допомога та реабілітація для осіб, які пережили психологічне, фізичне та сексуальне насильство з боку російських військових.

26	ГО «Нумо, Сестри!»	Київ, вул. Хрещатик, 27-А, numo.sisters@gmail.com, тел. +38 (099) 359 50 04 Telegram, Viber, WhatsApp, (пн-пт з 9:00 до 18:00)	Допомога жінкам, які пройшли полон, окупацію, є постраждалими від сексуального насильства, пов'язаного з війною, тортурами та іншими наслідками військової агресії РФ
27	БФ «Сильні»	Зареєструвати звернення можна цілодобово через дзвінок на автовідповідач (безкоштовно зі стаціонарного та мобільного): 0 800 202 334, чат-бот: https://t.me/strong_help_bot , сайт: www.sylni.org/help , електронну пошту: help@sylni.org . Робочі години: пн-пт 09:00-18:00	Допомога для осіб, які пережили сексуальне насильство після 24 лютого 2022 року, зокрема: - кризове консультування, довготривала психотерапія, консультація психіатра; - оплата послуг хірургічних, гінекологічних, проведення абортів, обстеження у зв'язку із захворюваннями, що передаються статевим шляхом, естетичної медицини та інших наслідків спричинених сексуальним насильством. Усі послуги надаються конфіденційно та безоплатно людям від 16 років, незалежно від статі, гендеру, віросповідання чи сексуальної орієнтації, а також незалежно від того, хто вчинив сексуальне насильство: цивільна людина чи військова.
28	ГО «Дівчата»	https://www.divchata.org ; Проекти психологічної підтримки help@divchata.org тел. +38 073 460 38 60 Гаряча лінія кризової допомоги 0800600044 м. Чернігів, вул. Мстиславська, 28А,	Довготривала психологічна підтримка та кризове консультування; кейс-менеджмент із забезпеченням індивідуального підходу до кожного випадку; соціальний супровід; інформування та консультування; допомога у працевлаштуванні; гуманітарна допомога, зокрема надання гігієнічних наборів для жінок з урахуванням їхніх потреб та фізіологічних особливостей; надання інформації щодо можливостей поселення та евакуації до безпечних регіонів України або за кордон; надання CASH-допомоги для подолання ризиків гендерно зумовленого насильства. Кризова та довготривала психологічна допомога: безкоштовні індивідуальні консультації психотерапевтів та психологів для дорослих, підлітків та молоді (зокрема для мешканців Одеси віком 10–35 років). Робота спрямована на подолання гострого стресу, панічних атак, депресивних станів та травм війни. Підтримка постраждалих від насильства та СНПК: комплексний кейс-менеджмент для жінок, які зіткнулися з домашнім, гендерним або сексуальним насильством, пов'язаним із

			конфліктом. Включає правовий захист, медичну та психологічну реабілітацію. Безкоштовні юридичні консультації: допомога адвокатів із правових питань, оформлення документів, захисту прав внутрішньо переміщених осіб (ВПО). Сексуальна освіта та репродуктивне здоров'я: проведення тренінгів, вебінарів та лекцій для дівчат-підлітків і жінок щодо культури згоди, анатомії, фізіології та збереження репродуктивного здоров'я. Проекти захисту дітей: створення безпечних просторів, дружніх до дитини, психологічна адаптація дітей після евакуації чи пережитих обстрілів. Гуманітарна та адресна допомога: забезпечення засобами жіночої та дитячої гігієни, підгузками та іншими речами першої потреби для найбільш вразливих родин.
29	БФ «Право на захист»	Локація офісу та пункту реєстрації: м. Чернігів, вул. Гетьмана Полуботка, 17 [Графік роботи офісу: понеділок–п'ятниця з 09:00 до 18:00. Номер кар'єрної консультантки: +38 (050) 657-24-02 Безкоштовна гаряча лінія фонду (з 07:00 до 22:00): +38 (099) 507 50 90 (Vodafone) +38 (068) 507 50 90 (Kyivstar) +38 (093) 507 50 90 (Lifecell)	Психологічна, соціальна та юридична допомога для постраждалих від насильства. Індивідуальні правові консультації та супровід з таких питань: Оформлення та відновлення статусу ВПО, соціальних виплат, пенсій та пільг. Відновлення втрачених документів (паспортів, свідоцтв, трудових книжок). Консультації щодо майнових прав та фіксації пошкодженого чи знищеного війною майна (програма «Відновлення»). Консультації з питань перетину кордону, військового обліку та трудового законодавства в умовах воєнного стану. Психологічна підтримка Індивідуальні консультації психологів для дорослих і дітей, які зазнали травм внаслідок війни. Групи психологічної підтримки та стабілізації для адаптації переселенців у нових громадах. Програма «Право на бізнес»

			Навчальні курси, менторська підтримка та допомога у написанні грантових заявок для ВПО і постраждалих від війни, які хочуть відкрити або релокувати свій малий бізнес в Одесі
30	Благодійний фонд Future for Ukraine , Проєкт Гідна	тел. +38 (050) 909 88 81 https://gidna.org/snpk	Психологічна допомога жінкам, які пережили насильство під час війни
31	ГО «Блакитний птах»	З питань соціальної, медичної та гуманітарної допомоги: +38 (066) 362 14 85. Психологічна підтримка: +38 (095) 016 26 22, +38 (050) 509 40 49. Юридичні консультації: +38 (050) 937 53 70. Загальний номер організації: +38 (099) 668 72 80. Електронна пошта: p.o.bluebird@gmail.com . http://hostage.org.ua	Психологічна, правова і медична допомога родинам полонених, зниклих безвісти і людям, що пережили полон. 1. Комплексна психологічна реабілітація Підтримка після звільнення: індивідуальна та сімейна психотерапія для людей, які повернулися з полону, для їхньої успішної адаптації та подолання важких травм (ПТСР, депресивні стани). Робота з родинами в очікуванні: психологічний супровід сімей, які шукають своїх близьких або чекають на їхнє повернення. Супровід втрати: психологічна допомога для дорослих і дітей, які втратили рідних через війну. 2. Юридична та правова допомога Консультування щодо статусів: правовий супровід у зборі документів для отримання офіційного статусу особи, позбавленої волі внаслідок збройної агресії. Допомога в отриманні виплат: консультування та допомога в оформленні державної матеріальної допомоги. Складання документів: підготовка звернень, запитів до державних органів, Національного інформаційного бюро (НІБ), Координаційного штабу та Міжнародного Комітету Червоного Хреста (МКЧХ). 3. Соціальна та медична підтримка Медичний супровід: координація допомоги у лікуванні та обстеженні осіб після тортур або тривалого утримання. Гуманітарна допомога: забезпечення ліками, засобами першої потреби та продуктовими наборами найбільш вразливих родин у межах благодійних програм організації
32	ГО «Фонд Маша»	Центр ментального відновлення «Незламна»	Психологічна підтримка. 1. Центр ментального відновлення «Незламна»

		. Київ, вул. Набережно-Хрещатицька, 9 Телефони: +38 (044) 221 11 63, +38 (050) 384 02 05. Сайт: office@mashafund.org.ua Соціальні мережі: оперативні набори на групи та програми публікуються на сторінці в Instagram masha.foundation	Це безпечний простір для психологічної реабілітації жінок та їхніх дітей. Послуги надаються дипломованими спеціалістами: Індивідуальні консультації психологів та психотерапевтів (онлайн та офлайн). Групи підтримки для жінок, які переживають втрату близьких, житла, розлуку, перебувають в очікуванні рідних із фронту чи полону. Групові заняття (арттерапія, тілесна терапія, психологічне розвантаження).] 2. Програма психоемоційної стабілізації «Незламна мама» повертає жінок до життя після втрати близьких, житла, після окупації, жінок, які вижили після воєнних, зокрема сексуальних злочинів, та які перебували в російському полоні; 3. Проєкт «Смілива» навчає дівчат-підлітків фізичної та психологічної самооборони). 4. Психологічна підтримка під час вагітності та пологів Комплексна ініціатива (за підтримки німецьких партнерів), орієнтована на збереження психічного здоров'я вагітних жінок та породіль в умовах війни
33	Міжнародний Благодійний фонд «Карітас» / БФ «Карітас-Чернігів»	Національна гаряча лінія «Карітас України» (усі дзвінки в межах України безкоштовні): 0 800 336 734. м. Чернігів, вул. П'ятницька, 39 (2-й поверх). Графік роботи: понеділок–п'ятниця з 09:00 до 16:00. Контактні телефони для довідок та запису: +38 (063) 142 86 52 +38 (096) 130 90 77	Надають допомогу постраждалим, які мають статус ВПО, зокрема гуманітарну та психологічну допомогу. Гуманітарна допомога та забезпечення базових потреб Продуктові та гігієнічні набори: видача продуктових кошиків і засобів особистої гігієни для сімей у кризовому стані. Грошові гранти: надання багатоцільової фінансової допомоги (на базові потреби) та цільових виплат на оренду житла чи підготовку до зими (оплата комунальних послуг, купівля дров). 2. Домашня опіка та паліативна допомога Догляд вдома: допомога кваліфікованих соціальних працівників для самотніх людей похилого віку та осіб з інвалідністю (приготування їжі, прибирання, купівля ліків). Прокат реабілітаційного обладнання: безкоштовне надання у користування милиць, візків, ходунків та протипролежневих матраців.

			3. Психосоціальна підтримка (ПСП) Консультації психологів: індивідуальна та групова допомога для дорослих і дітей, які зазнали травм внаслідок бойових дій, втратили близьких або домівку. Простір, дружній до дитини: спеціальні безпечні ігрові зони в центрах «Карітас», де з дітьми займаються аніматори, педагоги та психологи для зниження рівня стресу. 4. Юридична допомога Консультації юристів: допомога у відновленні втрачених документів, оформленні довідок ВПО, отриманні соціальних виплат, а також консультування щодо фіксації пошкодженого майна. 5. Допомога у працевлаштуванні та бізнесі Консультації з кар'єрного розвитку: допомога у складанні резюме, пошуку роботи чи перекваліфікації. Гранти на відкриття власної справи: надання мінігрантів для відновлення або створення малого бізнесу для ВПО та місцевих мешканців. 6. Кризове житло та шелтери Тимчасове розміщення транзитних переселенців або надання довгострокового безкоштовного проживання у шелтерах фонду в безпечніших регіонах України.
34	БФ «Посмішка»	Безпечний Простір «Посмішка» для дітей та підлітків : м. Одеса, вул. Академіка Корольова, 5/4 (фасадний вхід біля першої парадної). Телефон для довідок та запису в Одесі: +38 (095) 250 26 95. Офіційні форми реєстрації на заходи регулярно оновлюються на сторінці Facebook Благодійний фонд Посмішка ЮА.	Безпечний Простір «Посмішка» для дітей та підлітків У Чернігові функціонує спеціалізований дитячий центр, де надаються такі послуги: Психосоціальна підтримка (ПСП): групові та індивідуальні заняття з професійними дитячими психологами для зниження рівня тривожності, виведення зі стану стресу та подолання воєнних травм. Стабілізаційні майстер-класи та арттерапія: творчі заняття (малювання, ліплення, каністерапія тощо), які допомагають дітям розвантажитися та краще розуміти власні емоції.

		Загальнонаціональна гаряча лінія фонду (Пн-Пт з 09:00 до 17:00): +38 (050) 460 22 40 +38 (096) 028 59 29. Електронна пошта: hotline@posmishka.org.ua. Офіційний сайт: posmishka.org.ua.	Розвиваючі заходи та наздоганання освітніх втрат: інтерактивні заняття, настільні ігри, клуби дружби та допомога у відновленні навичок спілкування для підлітків. 2. Захист жінок та мобільні бригади Фонд забезпечує підтримку жінкам та дівчатам, які зіткнулися з домашнім або гендерно зумовленим насильством (ГЗН) в умовах війни: Мобільні команди психосоціальної допомоги: виїзні фахівці, які працюють у місті Чернігів та громадах області, надаючи первинні психологічні консультації та оцінюючи безпекові ризики. Жіночі клуби та тренінги: групові заняття для жінок, спрямовані на відновлення внутрішнього ресурсу, психологічну самозарядність та профілактику емоційного вигорання. 3. Гранти на бізнес та економічна підтримка В межах окремих проєктів (за фінансування міжнародних донорів) фонд підтримує підприємницькі ініціативи, надаючи мікрогранти на відновлення або започаткування власного малого бізнесу для ВПО, жінок та мешканців Чернігівщини, які втратили джерела доходу.
35	Громадська організація «Мережа чоловіків України, які пережили полон і тортури «Випускники» (Alumni)	Електронна адреса: networkalumniua@gmail.com Соціальні мережі: https://www.facebook.com/AlumniNetworkUkraine	Об'єднання чоловіків України, які пережили полон та тортури для допомоги один одному. Та бути голосами тих хто ще в полоні. ОСНОВНІ ЦІЛІ Захистити права і свободи чоловіків, які пережили незаконне позбавлення волі та катування, у тому числі сексуальне насильство, спричинене збройною агресією російської федерації. Підвищити рівень обізнаності суспільства про ці злочини. Боротися за притягнення до відповідальності воєнних злочинців. Послуги звільненим із полону. Адвокація прав постраждалих від насильства та їхніх родин у національних та міжнародних структурах. Розробка та адвокація програм реабілітації (психологічної, фізичної) на національному та міжнародному рівнях. Інформування громадськості про права постраждалих, доступну підтримку та захист свобод.

			Робота над запобіганням сексуальним катуванням як зброї війни через адвокацію та співпрацю з правоохоронними органами. Підвищення обізнаності та адвокація орієнтованих на постраждалих репарацій. Забезпечення платформи для спілкування, обговорення та підтримки постраждалих від сексуальних катувань. Збір коштів для допомоги постраждалим та їхнім сім'ям. Документування порушень прав людини, зберігаючи конфіденційність. Перенаправлення до перевірених партнерів для надання допомоги. Надання допомоги і безкоштовна консультація з питань статусу цивільних полонених та здійснюємо супровід в спілкуванні з органами слідства.
36	Міжнародна організація з міграції	Єдина безкоштовна гаряча лінія MOM в Україні (працює Пн–Пт з 09:00 до 17:00): 0 800 215 015 Медико-реабілітаційний центр MOM (Пн–Пт з 09:00 до 17:00): +38 (095) 142 86 89 Національна гаряча лінія з протидії торгівлі людьми та консультування мігрантів: 527 (безкоштовно з мобільних) або 0 800 505 501. Офіційний сайт: ukraine.iom.int.	Надають допомогу постраждалим від експлуатації та/або насильства за ознакою статі, включаючи СНПК, зокрема медична та психологічна допомога, консультації медичних спеціалістів, обстеження, лікування у Реабілітаційному центрі). Медико-реабілітаційний центр: спеціалізований медичний центр MOM, який надає безкоштовні послуги з фізичної реабілітації після травм/поранень, діагностику, лікування, а також психологічний та соціально-медичний супровід пацієнтів. Грошова та гуманітарна допомога: реєстрація та видача багатоцільової грошової допомоги (за наявності активних донорських програм), а також забезпечення непродовольчими товарами першої потреби (ковдри, матраци, гігієнічні набори, ємності для води). Захист та протидія торгівлі людьми: надання комплексної допомоги (матеріальної, юридичної, медичної) вразливим верствам населення, особам у складних життєвих обставинах, а також тим, хто пережив трудову чи сексуальну експлуатацію. Психосоціальна підтримка: індивідуальні консультації та групові заняття для зниження рівня стресу та адаптації ВПО на новому місці.

37	БФ «Рокада»	Офіційний вебсайт: rokada.org.ua. Електронна пошта для звернень та запитів: office@rokada.org.ua. Головний офіс (Київ): +38 (063) 299 83 24 або +38 (067) 506 66 63. Офіційна сторінка для моніторингу анонсів: Facebook Благодійний фонд «Рокада».	Психосоціальна підтримка: індивідуальні консультації психологів, тренінги з психологічної самозарядності та стабілізаційні групи для дорослих і дітей. Соціальний супровід (кейс-менеджмент): допомога у перенаправленні до необхідних служб, укладанні декларацій із лікарями, адаптації у громадах. Юридичні консультації: допомога у відновленні втрачених документів, захисті прав ВПО, оформленні виплат та пенсій. Підтримка ветеранів та їхніх родин: окремий напрямок із реінтеграції, професійної орієнтації, допомоги у відновленні джерел доходу та супроводу працевлаштування (проект реалізується спільно з МОМ).
38	БФ «Схід SOS»	Гаряча лінія (Пн–Сб з 08:00 до 18:00.): 0 800 332 614 безкоштовно Месенджери: +38 (099) 710 48 72 (Viber), +38 (096) 108 60 48 (Telegram). Сайт: east-sos.org.	Уся допомога та координація здійснюються через централізований Кол-центр: заявки на евакуацію та розселення, документування воєнних злочинів, ремонт пошкодженого майна, надання правової допомоги та інформування переселенців про доступну підтримку. Юридична допомога: безоплатні консультації щодо фіксації воєнних злочинів, відновлення документів, отримання компенсацій за зруйноване/пошкоджене майно (програма «Відновлення»). Координація евакуації: прийом заявок на безкоштовну евакуацію цивільного населення та маломобільних осіб із прифронтових зон та їх подальше логістичне розселення. Моніторинг і фіксація правопорушень: документування наслідків російської агресії на Півдні та Сході України.
39	БФ «Наш Сокіл»	+38 (050) 911 81 81	Забезпечує медичне обстеження, організовує та оплачує лікування, надає необхідні ліки. Основні послуги та напрямки діяльності Допомога військовим та пораненим (пріоритет): закупівля та передача медикаментів, тактичної медицини, харчування, побутових речей та фінансування ремонту автівок для ЗСУ. Волонтерські реконструктивні операції: унікальний напрямок, де лікар-волонтер від фонду із власним хірургічним інструментом

			та обладнанням виїжджає до шпиталів та медичних закладів у різних регіонах для проведення складних операцій пораненим захисникам. Підтримка маломобільних переселенців та літніх людей: фонд опікується будинками для літніх людей, куди евакуювали стареньких із зони бойових дій, забезпечуючи їх життєво необхідними ліками, засобами гігієни та індивідуальною адресною допомогою. Допомога жителям прифронтових територій: організація та координація гуманітарних місій для доставки продуктів та речей першої потреби у деокуповані чи прифронтові населені пункти.
40	ГО «Неємія»	Телефон для довідок: +38 (050) 817 74 87. Електронна пошта: nehemiah.uzhgorod@gmail.com. Офіційний сайт закладу: https://nehemiah.org.ua Соціальні мережі: оперативні анонси, посилення на реєстраційні Google-форми та відкриття грантових програм публікуються на сторінці Facebook NGO Nehemiah Ukraine.	Професійне навчання та інтеграція: спільно із центрами зайнятості проводяться програми перекваліфікації, кар'єрного консультування та підтримки бізнес-ініціатив для жінок і переселенців. Притулок (шелтер) для жінок: на базі організації функціонує безпечний та конфіденційний притулок для жінок із дітьми, які постраждали від домашнього чи гендерного насильства, де їм надається повний пакет соціальних і побутових послуг. Допомога постраждалим від війни та СНПК: надання безкоштовної, конфіденційної медико-психологічної допомоги жінкам, які зазнали воєнних травм та сексуального насильства, пов'язаного з конфліктом (проекти реалізуються за підтримки UNFPA та ЄС).
41	ГО «Еліос-Україна» «Шелтер Святої Ольги»	Національна гаряча лінія допомоги «Елеос-Україна»: +38 (098) 399 21 23 (дзвінки приймаються у робочі дні). Гаряча лінія «Шелтера Святої Ольги»: +38 (099) 226 90 13, цілодобово Електронна пошта для запитів: eleos.ukraine@gmail.com.	Притулок для осіб, які постраждали від домашнього насильства або ГЗН, або воєнних злочинів. «Шелтер Святої Ольги» Безпечний притулок: надання комфортного житла на термін від 1 до 6 місяців. Адреси притулків є суворо засекреченими з міркувань безпеки жінок від кривдників. Повний побутовий супровід: безкоштовне триразове харчування, надання засобів гігієни, одягу, дитячих товарів (памперси, суміші тощо).

		Офіційний сайт: eleos.com.ua. Соціальні мережі: анкети для отримання допомоги та звіти про роботу публікуються на сторінці Facebook Елеос-Украї	Комплексна психотерапія: індивідуальна та групова робота з професійними психологами. Фахівці допомагають стабілізувати психоемоційний стан після важких травм, поранень або тривалого знущання. Соціальна реінтеграція (кейс-менеджмент): за кожною жінкою закріплюється соціальний працівник. Він допомагає відновити документи, оформити статус ВПО, державні виплати чи аліменти, знайти роботу та нове постійне житло. Юридичний супровід: допомога адвокатів у складанні заяв до поліції, представництво інтересів постраждалих у судах (наприклад, у справах про розлучення, позбавлення батьківських прав або отримання обмежувального припису проти кривдника). Протидія СНПК: фонд є виконавчим партнером міжнародних гуманітарних агентств (зокрема фонду доктора Деніса Муквеге), надаючи невідкладну допомогу та проміжні репарації постраждалим. Паліативна допомога та ВІЛ/СНІД: супровід та медична опіка важкохворих людей, протидія стигматизації людей із ВІЛ та підтримка реформи охорони здоров'я. Гуманітарні місії: доставка продуктів, генераторів та очисних споруд у прифронтові громади.
42	Данська рада у справах біженців (DRC)	(063) 111 32 15 (067) 525 97 03 (067) 525 97 03	1. Ведення випадку/кейс-менеджмент для постраждалих від домашнього насильства та/або гендерного зумовленого насильства 2. Психосоціальна підтримка (індивідуальні та групові заходи) для постраждалих від домашнього/гендерно зумовленого насильства та осіб, які перебувають у групі ризику Безпечний простір для жінок та дівчат (безкоштовна участь – рекреаційні та групові психосоціальні заходи для жінок та дівчат, інформація про послуги у сфері реагування на домашнє/гендерно зумовлене насильство)
43	Міжнародний комітет порятунку в Україні (IRC)	(093) 420 56 23 (063) 627 23 04 (063) 178 51 92	- безоплатна соціально-психологічна допомога особам, що постраждали від війни. - соціальний супровід до державних установ та організацій;

		https://www.rescue.org/resource/mi-zhnarodniy-komitet-poryatunku-irc-v-ukraini	- надання консультацій щодо отримання соціальної, психологічної та юридичної допомоги. Юридична допомога, телефон - психологічна підтримка та консультації; - надання допоміжних засобів для осіб з невстановленою та становленою інвалідністю (інв. візки, милиці, ходунки, інше); - програми психосоціальної підтримки для дітей та їх батьків; 3. сесії з запобігання та обізнаності щодо гендерно-зумовленого насилля.
44	Міжнародний благодійний фонд «Українська фундація громадського здоров'я»	Офіційний сайт: ufph.org. Електронна пошта для запитів: office.ufph@gmail.com. Центральні телефони для довідок (Київський офіс): +38 (044) 278 23 58 +38 (044) 235 68 36. Національна гаряча лінія з попередження домашнього насильства, торгівлі людьми та гендерної дискримінації (партнерський проєкт): 116 123 (з мобільних) або 0 800 500 335 (безкоштовно, цілодобово).	1. Психосоціальні послуги для сімей з дітьми за допомогою Центру життестійкості 2. Психологічна, соціальна і правнича онлайн-допомоги жінкам і дівчатам 3. Психосоціальна підтримка та юридична допомога мультидисциплінарними мобільними командами 4. Психологічна, соціальна і правнича онлайн-допомоги жінкам і дівчатам, зокрема жінкам із дітьми, за допомогою онлайн-платформи «SafeWomenHUB»
45	ГО «Спілка Самаритян України Чернігівське Об'єднання»	+38 (098)-073-63-79, м. Чернігів, просп. Миру, 194, корпус, 3, https://instagram.com/ssu_chernihi v?igshid=MzMyNGUyNmU2YQ , https://m.facebook.com/groups/1660138120910691/?ref=share	Психологічна підтримка.
46	ВБО «Конвіктус Україна»	Адреса простору / зустрічей: м. Чернігів, вул. Гонча, 49.	Програма «Майстерня можливостей» для ветеранок: спеціалізовані інтенсивні курси для ветеранок, членкинь родин

		Телефон для довідок та запису: +38 (098) 206 13 71.	військовослужбовців, а також дружин, матерів та сестер загиблих героїв. Програма включає тренінги з працевлаштування, основи започаткування власного малого бізнесу, розвиток підприємницьких навичок та фінансову грамотність. Підтримка постраждалих від гендерно зумовленого насильства (ГЗН): індивідуальна допомога жінкам і дівчатам через фаховий соціальний супровід (кейс-менеджмент). Фахівці допомагають розробити план безпеки, вийти з кризового стану та отримати доступ до необхідних служб захисту. Психологічна допомога: безкоштовні індивідуальні та групові консультації професійних психологинь для стабілізації ментального здоров'я, подолання травм війни, депресивних станів та тривожності. Мобільні медичні клініки: виїзні бригади медиків працюють у громадах Чернігівщини (зокрема деокупованих). Жінки можуть безкоштовно пройти загальний медичний огляд, отримати УЗД-діагностику, консультації щодо репродуктивного здоров'я та інфекцій, що передаються статевим шляхом (ПІСШ). Профілактика ВІЛ/СНІД та СН: тестування, профілактика поширення ВІЛ, туберкульозу, гепатитів серед вразливих груп населення та надання інформаційної підтримки з питань протидії сексуальному насильству. Гуманітарна підтримка: надання вразливим категоріям жінок, які опинилися у складних життєвих обставинах, допомоги у вигляді сертифікатів або ваучерів на придбання засобів гігієни та продуктів харчування. Просвітницькі курси для підлітків: проведення навчальних сесій для молоді (віком від 14 років) щодо попередження насильства, розпізнавання його ознак та формування здорових стосунків без маніпуляцій.
47	ГО «Харківська правозахисна група»	050-555-27-95, м. Київ, вул. Львівська, 22. https://khpg.org/	Психологічна, правова, грошова допомоги.

48	БФ «Позитивні жінки»	093-881-79-47, 099-505-39-77 м. Чернігів, вул. Реміснич, 49. https://www.facebook.com/positivewomenchernihiv/?locale=uk_UA	Психологічна допомога, групові та індивідуальні заняття, супровід в організації стосовно відновлення документів, гуманітарна допомога (сертифікати АТБ, СІЛЬПО, Епіцентр), гігієнічні набори, навчання "Майстерня можливостей".
49	ГО «DYNAMIC ASSOCIATION OF PEOPLE»	093-702-01-00, м. Чернігів, вул. Магістратська, 19А, офіс. 3, https://www.dapeople.com.ua/	Психологічна та правова (подача заяв до Реєстру збитку України та МКС тощо) допомоги.