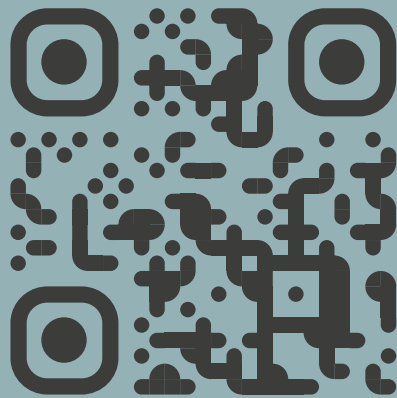


ТИ ЯК?

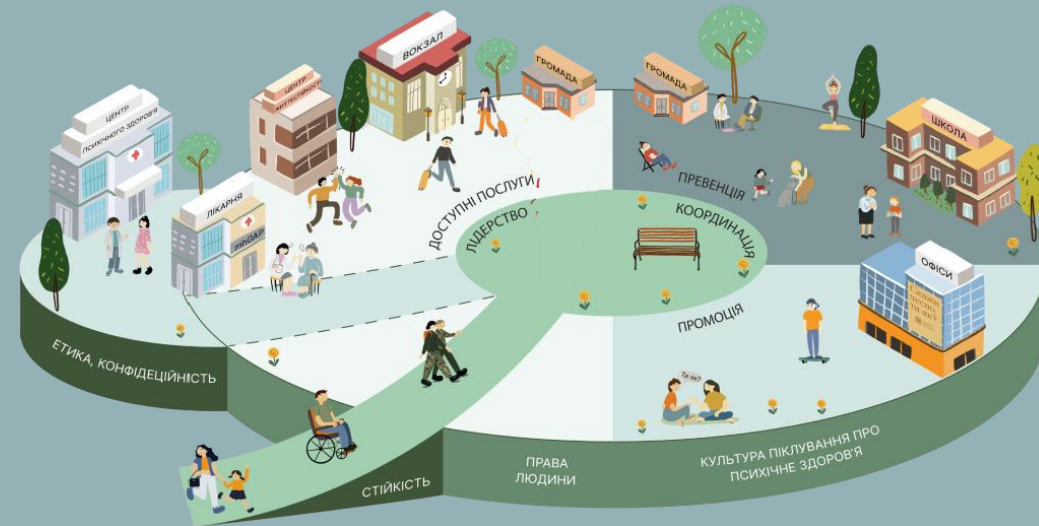
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Всеукраїнська
програма ментального
здоров'я «Ти як?»



HOWAREU.COM

Маршрути послуг з ментального здоров'я в Житомирській громаді



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

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



Сторінка для нотаток

This image shows a full page of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, leaving small margins at the top and bottom. There are no vertical margin lines or other markings on the page.

This image shows a full page of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, leaving small margins at the top and bottom. There are no vertical margin lines, and the page is completely blank except for the lines themselves.

This image shows a full page of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, leaving small margins at the top and bottom. There are no vertical margin lines, and the page is completely blank except for the lines themselves.

[illegible]

This image shows a full page of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, leaving small margins at the top and bottom. There are no vertical margin lines or other markings on the page.

This image shows a full page of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, leaving small margins at the top and bottom. There are no vertical margin lines, text, or other markings on the page.



Соціальний захист

Назва установи

Вид послуг/ сервісів

Адреса/ел.
пошта

Телефон

Житомирський
міський центр
соціальних служб для
сім'ї, дітей та молоді

Соціальна підтримка, консультування сімей,
направлення на психологічну допомогу,
координація кейсів для сімей, дітей, молоді,
вразливих категорій населення

Прозорий офіс (пл.
Польова, 8), місто
Житомир

(063) 354-65-20

Житомирський
міський тер. центр
соц. обслуговування

Соціальні послуги на дому, психосоціальна
підтримка, групи/консультації, супровід для
людей похилого віку, осіб з інвалідністю

вул. Вокзальна, 18-А,
м.Житомир

0412) 41-41-36,
(067)136-45-00

Мобільна бригада
соц.-психологічної
допомоги

Виїзне консультування, кризова психосоціальна
допомога, супровід сімей, мешканців громад
області (включно з Житомирською міською
тер.громадою)

(098) 735-55-16

Житомирський
обласний центр соц.-
психологічної
допомоги

Спеціалізована соціально-психологічна допомога,
реабілітація, консультації фахівцми
різних вразливі груп, потребуючих інтенсивної
соціально-психологічної допомоги

вул. Тараса Бульби-
Боровця, 34,
м.Житомир

+38(0412)255989

Охорона здоров'я

Назва установи

Вид послуг/ сервісів

Адреса/ел. пошта

Телефон

Житомирська
обласна
психіатрична
лікарня №1

Стаціонарна психіатрична допомога, психотерапія
для дорослих, пацієнтів з психічними розладами

Житомирський район,
с.Зарічани,
Бердичівське Шосе, 3

+38 (0412) 34-34-
10 / +38 (0412) 34-
15-98

Амбулаторії
сімейної медицини

Первинна медична допомога, консультації
сімейних лікарів, психоемоційна підтримка

За місцем прийому
сімейних лікарів

0 (800) 35-04-36

КНП "Обласний
протитуберкульозний
диспансер обласної
ради"

Спеціалізована протитуберкульозну допомога
населенню області, також є центром консультативної
та організаційно-методичної допомоги з питань
організації протитуберкульозної роботи.

вул. Велика
Бердичівська, 62,
м.Житомир

38 (068) 212-82-62

КП "Лікарня №1"
ЖМР

Профілактика, діагностика та спостереження,
лікування в амбулаторних умовах

вул. Велика
Бердичівська, 70,
м.Житомир

0412 438565

Освіта

Назва установи

Вид послуг/ сервісів

Адреса/ел. пошта

Телефон

Психолог Ліцею №23,
м. Житомир Марія
Шустова,

Психологічна допомога дітям різного віку, готовність до школи, адаптація до навчання, робота з емоційними станами, підліткова криза, налагодження контактів з вчителями та однокласниками, розвиток стресостійкості; консультативна підтримка батьків

онлайн

+380939069624

Анна Стецько
психолог Ліцею №15,
м. Житомир

Психологічна допомога дітям різного віку, підтримка дітей з ООП, консультування батьків дітей з ООП, психологічна підтримка дружин військовослужбовців

онлайн

+380635335661

Катерина Куранова
психолог ліцею
«Всесвіт», м. Житомир

Психологічна допомога дітям різного віку, кризове консультування, пропрацювання травматичного досвіду

онлайн

+380675898465

Ірина Сторожук
психолог Ліцею 34
м.Житомир

Психологічна допомога дітям різного віку, кризове консультування, робота з втратою, консультування сімейних пар

онлайн

+380977909606

Руслана Присяжнюк
психолог Ліцею №36
м.Житомир

Психологічна допомога дітям різного віку, дитячо-батьківські відносини, дитячі примхи, істерики, прояви агресії, труднощі у спілкуванні, енурез та енкапрез, вибудовування психологічних меж, дитячі страхи, підвищення мотивації до навчання; консультування

онлайн

+380977581430

ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



Ветеранська політика

Назва установи

Вид послуг/ сервісів

Адреса/ел. пошта

Телефон

Центр соціальних служб Житомирської МР (кімната терапії для захисників)

Індивідуальні та групові психологічні сесії; піскова терапія, релаксаційні техніки, терапевтичний простір для ветеранів та їхніх родин; первинна психосоціальна реабілітація.

майдан Польовий, 8,
Житомир

47-09-44

Управління у справах ветеранів Житомирської міської ради

Координація програм підтримки ветеранів; інформаційна і психологічна допомога; направлення до фахівців; робота з ветеранськими просторами (інформування про послуги).

Майдан ім. С.П.
Корольова, 5.

+380 98 658 6065

«Дім Ветерана»

Безоплатні психологічні консультації, юридична та інформаційна допомога, реабілітаційні програми, групи підтримки; простір для зустрічей ветеранів.

Чуднівське шосе,
1, м.Житомир

+380 67 783 4814

Гаряча лінія / ветеранські телефони підтримки

Телефонна кризова та психологічна підтримка для ветеранів і їх сімей (швидке консультування, направлення до фахівців).

Гаряча лінія
Мінветеранів /
партнерські лінії:

0 800 332 029

Культура, мистецтво, релігія

Назва установи

Вид послуг/ сервісів

Адреса/ел. пошта

Телефон

Центральна міська бібліотека ім. Василя Земляка

Творчі клуби, літературні студії, майстер-класи, культурні заходи як спосіб знизити стрес, розвину емпатію.

вул. Добровольчих Батальйонів, 3, м.Житомир

(0412) 36-05-00

Житомирська музична школа ім. С. Ріхтера

Музичні заняття, спів, гра на інструментах як спосіб самовираження та зниження рівня стресу

вул. Михайлівська, 5 Житомир

Парафія св. Йоана з Дуклі в Житомирі

Духовна підтримка, психологічні зустрічі

вул. Київська, 4, м. Житомир

(+380-412) 22-78-88

Монастир сестер Бенедиктинок

Психологічна підтримка, духовні поради, супровід у кризових ситуаціях

місто Житомир, вулиця Короленка, будинок 41в

0412 467 268

Молодь та спорт

Назва установи

Вид послуг/ сервісів

Адреса/ел. пошта

Телефон

Міський культурно-спортивний центр Житомирської міської ради (МКСЦ ЖМР)

Позашкільні освітні, фізкультурно-спортивні секції та гуртки як спосіб зниження стресу, самовираження.

вул. Київська,
104/1, Житомир

(0412) 51-20-39

Дитячо-юнацька спортивна школа №1

Спортивні секції, в тому числі для молодших вікових груп, які допоможуть знизити тривогу, загартувати тіло та дух.

ул. Домбровского,
11А, м.Житомир

(0412) 225 24 10

Підлітковий клуб «Калина» (МКСЦ ЖМР)

Клуб займається позашкільним дозвіллям, надаючи змогу дітям та підліткам отримати психоемоційне розвантаження та психологічну підтримку.

м. Житомир, вул.
Покровська, 34

(0412) 51-20-39

Дитячо-юнацька спортивна школа №2

Школа має гарну спортивну базу: гімнастичний зал, батутний зал, тренажерний зал, борцівський зал. Заняття спортом як спосіб регуляції агресії, тривоги та стресу.

м. Житомир вул.
Хлібна,24

(0412)51-73-58,
(0412)51-76-73

NGO-неурядові організації

Назва установи

Вид послуг/ сервісів

Адреса/ел. пошта

Телефон

Благодійний Фонд
«Карітас-Житомир»

Психологічна підтримка, соціальна допомога, реабілітаційні програми, зокрема, для осіб з інвалідністю, дітей, людей похилого віку.

м. Житомир, вул.
В.Бердичівська, 62

+380 96 333 9037

Товариство
Червоного Хреста
України

Допомога переселенцям, перша психологічна допомога, підтримка у кризових ситуаціях.

вул. Лесі Українки, 4, м.
Житомир, Україна

+380412424584

БО «ADRA Ukraine»

Безкоштовна психологічна кризова допомога внутрішньо переміщеним особам та постраждалому від війни населенню м. Житомир

E-mail: info@adra.ua

+38 095 276 04 91

ГО «Ін Тач Юкрейн
Фундейшн»

Допомога родинам, родинам з дітьми та для дітей, домашні візити для дітей 0-3 роки.

(067) 490-32-77
(067) 490-32-79
(096) 93-77-116
(095) 139-44-50

Інші послуги з ментального здоров'я

Назва установи

Вид послуг/ сервісів

Адреса/ел. пошта

Телефон

Національна гаряча
лінія для дітей та
молоді

Цілодобова гаряча лінія підтримки для дітей та
молоді

0 800 500 225

ГО «Ла Страда-
Україна»

Допомога жертвам насильства, торгівлі
людьми, ґендерної дискримінації.

0 800 500 335

Всеукраїнська
гаряча лінія з
питань деменції
«Незабутні»

Допомога людям з деменцією, їхнім
піклувальникам

0 800 30 88 30

UA Mental Help

Лінія психологічної допомоги ля молоді Brave
Together (у рамках проєкту UA Mental Help)

0 800 331 200

Цифрові інструменти

Назва установи

Вид послуг/ сервісів

Адреса/ел. пошта

Телефон

МОЗ України
(контакт-центр)

Надання консультацій, розгляд звернень щодо роботи медичних закладів, надання інформації про надавачів послуг з ментального здоров'я

0 800 60 20 19

Урядова лінія з питань запобігання торгівлі людьми, домашньому насильству

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

1547

Лінія підтримки Українського Ветеранського фонду

Лінія психологічної допомоги для ветеранів та членів їхніх родин

0 800 33 20 29

Лінія допомоги «Людина в біді»

Гаряча лінія психологічної допомоги

0 800 210 160