

Привіт,  
Мене звати Lenka Švachová, я шкільний психолог. Я працюю в школі по понеділках і четвергах (сині двері на вечірках, по дорозі в їдальню). На жаль, я не розмовляю українською, але якщо ми зможемо це зробити за допомогою перекладача чи англійської, ви можете прийти до мене 😊



Я підготував для вас листівку з контактами, куди ви можете звернутися за психологічною допомогою українською мовою, коли вам це потрібно.

ЗВ'ЯЖІТЬСЯ ЗІ  
МНОЮ



електронна адреса:  
LSvachova@email.cz,  
Instagram: PsychoZSfrystak

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ЛЮДЕЙ З УКРАЇНИ  
КОЖЕН З НАС ІНОДІ ОПИНЯЄТЬСЯ В СИТУАЦІЇ, КОЛИ ВІН САМОТНИЙ, НЕЗДОРОВИЙ, СУМНИЙ, ТРИВОЖНИЙ АБО ЗЛИЙ, І, МОЖЛИВО, НЕ ХОЧЕ ГОВОРИТИ ПРО ЦЕ ЗІ СВОЇМИ БЛИЗЬКИМИ, РІДНИМИ ТА ДРУЗЬЯМИ. ЗВІДТИ У НАС Є ФАХІВЦІ – ПСИХОЛОГИ ТА ПСИХОТЕРАПЕВТИ, ЯКІ ГОТОВІ ДОПОМОГТИ.

- Чи є у вас якісь негаразди? ти хвилюєшся?
  - Чи хочете ви поговорити з кимось про те, що ви переживаєте?
  - Ви просто хочете полегшити і обговорити своє життя з кимось, хто вас зрозуміє?
  - Чи потрібно комусь довіряти?
- Тут ви знайдете посилання та контакти, куди можна перейти анонімно.



Лінія 1221 - лінія для українців  
тел. 1221

Медична інформація для громадян України. Телефонуйте на безкоштовну лінію +420 226 20 1221, наберіть прямий номер 8. Також тут можна скористатися телефонною першою психологічною підтримкою, оператор забезпечить зв'язок конференц-дзвінка зі співробітником лінії підтримки за допомогою перекладача.



Телефонна лінія  
тел. 212 812 540

Для іноземців з інвалідністю в Україні ми пропонуємо з 11.4. послуги українською та російською мовами щодня з 9:00 до 18:00.

Психотерапевти, які працюють іноземною мовою  
Веб-сайт: [www.czap.cz/Foreign-therapists](http://www.czap.cz/Foreign-therapists)

Vypracovala: Mgr. Lenka Švachová

