



**ДЕПАРТАМЕНТ ОСВІТИ І НАУКИ  
КИЇВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ  
КИЇВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ВІЙСЬКОВОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ**

вул. Хрещатик, 6, м. Київ, 01001, тел./факс: (044) 278-21-62,

E-mail: donm@kyiv-oblosvita.gov.ua Web: www.kyiv-oblosvita.gov.ua Код ЄДРПОУ 02143614

№ \_\_\_\_\_

На № \_\_\_\_\_

від \_\_\_\_\_

**Керівникам місцевих органів  
управління освітою**

**Директорам закладів освіти  
обласної комунальної власності**

**Директорам закладів професійної  
(професійно-технічної) освіти**

Інформуємо, що з метою формування в суспільстві культури піклування про ментальне здоров'я, в межах Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?», за ініціативою першої леді України Олени Зеленської, стартувала комунікаційна кампанія (лист державної наукової установи «Інститут модернізації змісту освіти» від 29.03.2023 № 21/08-479 «Про Всеукраїнську програму ментального здоров'я «Ти як?»), у межах якої створено спеціальну сторінку: <http://howareu.com> (howareu\_program), де запропоновані контакти, посилання, поради, продукти, техніки та методики, які допоможуть піклуватися про ментальне здоров'я – своє та людей які поруч.

За даними соціологічних досліджень, понад 90% українців мали хоча б один із симптомів тривожного розладу, а 57% перебувають у зоні ризику розвитку ментальних порушень. Українці не мають звички звертатися до фахівця: 31% громадян не вважають свої проблеми достатніми для цього. Зараз це основний бар'єр на шляху звернення по психологічну допомогу. Так само, як здатність до адаптування, функціонування й навіть певного розвитку під час війни, перспективи повоєнного відновлення України значною мірою залежать від рівня емоційної солідарності громадян та культури піклування про ментальне здоров'я. Психологічні проблеми наростають непомітно, впливають на всі сфери життя та знижують здатність протистояти викликам.



Більше інформації про ментальне здоров'я можна дізнатися на сторінках у соціальних мережах:

Facebook – <https://www.facebook.com/howareu.program>

Instagram – [https://www.instagram.com/howareu\\_program](https://www.instagram.com/howareu_program)

YouTube – [https://www.youtube.com/@howareu\\_program](https://www.youtube.com/@howareu_program)

Twitter – <https://twitter.com/howareuprogram>

Telegram – [https://t.me/howareu\\_program](https://t.me/howareu_program)

TikTok – [https://www.tiktok.com/@howareu\\_program](https://www.tiktok.com/@howareu_program)

Viber - <http://surl.li/gdlfk>

Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?», ініційована Оленою Зеленською, має на меті допомогти українцям знайти джерело сили. Джерело внутрішнє, в собі, на рівні усвідомлення й визнання власного психічного стану та хоча б приблизної оцінки ступеня його кризовості. Піклування про ментальне здоров'я має стати звичною відповідальністю кожного. Також необхідно створити систему сервісів і послуг, які зможуть різними засобами та дієвими механізмами підтримати людину, коли вона не справляється самотійно. Розробку та впровадження Всеукраїнської програми ментального здоров'я координує МОЗ України. Всесвітня організація охорони здоров'я – експертний партнер, виконавчий партнер – громадська організація «Безбар'єрність». Майданчиком для розробки та ухвалення рішень є Міжвідомча координаційна рада при Кабінеті Міністрів України. Комунікаційна кампанія реалізується за підтримки Агентства США з міжнародного розвитку (USAID).

Просимо інформацію щодо впровадження програми ментального здоров'я довести до відома керівників усіх закладів освіти.

**Директор департаменту**

**Ярослава ТРОСТЯНСЬКА**