



УКРАЇНА

ЧЕРНІВЕЦЬКА ОБЛАСНА ДЕРЖАВНА АДМІНІСТРАЦІЯ
ЧЕРНІВЕЦЬКА ОБЛАСНА ВІЙСЬКОВА АДМІНІСТРАЦІЯ
ДЕПАРТАМЕНТ ОСВІТИ І НАУКИ

вул. М. Грушевського, 1, м. Чернівці, 58002, тел. (0372) 55-29-66, факс 57-32-84,
E-mail: doncv@ukr.net Код ЄДРПОУ 39301337

31.03.2023 № 01-34/721

На № _____ від _____

**Керівникам органів управління у сфері
освіти територіальних громад**

**Керівникам закладів освіти обласного
підпорядкування**

**Керівникам закладів професійної
(професійно-технічної), фахової
передвищої та вищої освіти**

Відповідно до листа ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти» від 29.03.2023 № 21/08-479 Департамент освіти і науки обласної державної адміністрації (обласної військової адміністрації) інформує, що в межах **Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?»**, ініційованої першою леді України Оленою Зеленською старувала комунікаційна кампанія.

Мета кампанії – сприяти формуванню в суспільстві культури піклування про ментальне здоров'я, дати розуміння та показати інструменти, які допоможуть українцям дбати про свій внутрішній стан.

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.

У межах кампанії 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 поруч.

Дізнатися більше інформації про ментальне здоров'я можна також на сторінках у соціальних мережах:

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

Instagram – https://www.instagram.com/howareu_program

YouTube – https://www.youtube.com/@howareu_program

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

Telegram – https://t.me/howareu_program

TikTok – https://www.tiktok.com/@howareu_program

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).

Зважаючи на вищезазначене, просимо довести цю інформацію до відома керівників всіх закладів освіти, сприяти її розповсюдженню для всіх учасників освітнього процесу, а також розмістити інформаційне повідомлення про програму на сайтах/у соціальних мережах закладів освіти з посиланням на зазначені вище інформаційні ресурси.

**Заступник директора Департаменту –
начальник у правління освіти, науки
та цифрової трансформації**

Оксана ГРИНЮК

Юлія Дячук, 55 18 16
Наталія Куриш