



АВТОНОМНАЯ
НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
**«КОМИТЕТ СЕМЕЙ
ВОИНОВ ОТЕЧЕСТВА»**

125375, г. Москва, пер. Глинищевский,
д. 6, помещ. 24
ИНН 9710106270 КПП 771001001
ОГРН 1227700784387

Высшим должностным лицам
субъектов Российской Федерации

№ 02-01/248

На №

От 22.12.2025

От

Уважаемые коллеги!

С июля 2024 года работает единый федеральный телеграм-чат медицинской психологической поддержки для семей воинов Отечества и участников СВО (далее - Чат) <https://t.me/+NlCAoiZghk2OTNi>.

Организаторы проекта: Комитет семей воинов Отечества и Фонд «Социальная сфера» (команда федерального проекта «ЗдравКонтроль»).

Данный чат работает 24/7, бесплатно, ежедневно и круглосуточно, включая выходные и праздничные дни. Обратиться в чат может анонимно житель любого региона, независимо от часового пояса.

В чате команда квалифицированных государственных медицинских психологов консультирует по различным тревожным состояниям участников СВО и членов их семей. За полтора года успешной работы Чата, с учетом обращений в рамках динамического сопровождения, отработано более 22 000 обращений. В чат уже подключилось более 18 800 человек.

В период предновогодней суеты и длительных выходных повышается риск эмоционального истощения и традиционной для начала года «после праздничной депрессии», являющейся достаточно серьезной и комплексной проблемой, возникающей на фоне таких личностных и социально-психологических факторов:

- эмоциональное выгорание, резвившееся в ходе новогодних и рождественских праздников;
- «синдром отмены» на фоне прекращения употребления в пищу большого количества веществ, относимых специалистами к классу «социальных лекарств»,

ПРАВИТЕЛЬСТВО
Свердловской области
30.12.2025
Вх.№ 67805

а именно - алкоголя, кондитерских изделий (источники эндорфинов), наркотических психостимуляторов;

- социально-психологический дискомфорт из-за финансовых проблем, вызванных большими предпраздничными расходами;
- внутренние страхи - необходимость начинать всё сначала, «с чистого листа», «с нового квартала».

В целях повышения осведомленности граждан о работе Чата и возможности получения бесплатной адресной помощи при любых тревожных состояниях для семей воинов Отечества и участников СВО, мы начинаем информационную кампанию.

Прошу Вас оказать содействие в популяризации работы Чата в новогодний и предновогодний период, путем размещения информации с активной ссылкой в региональных и городских СМИ и сообществах, социальных сетях медицинских, образовательных и социальных учреждений, в центрах поддержки СВО, военных госпиталях, МФЦ, родительских и общедомовых чатах, а также чатах управляющих компаний.

Материалы в виде дизайн-макетов можно скачать по ссылке: https://disk.yandex.ru/d/r5gZD2N3_mIdmA. Файлы фотоотчета и краткое описание о размещении информации и ссылки на публикации в СМИ и социальных сетях просим направлять единой папкой на электронную почту ksvo@opr.f.ru одним архивным файлом от региона с разбивкой по папкам по типам учреждений.

Контактное лицо: координатор чата «КСВО. Разговор с психологом», руководитель федерального проекта «ЗдравКонтроль», член Общественной палаты Российской Федерации - Евгений Мартынов, тел.: +7 (985) 774-55-43, e.martynov@opr.f.ru.

Приложения:

1. Дизайн-макет с информацией о Чате для учреждений, СМИ и соцсетей.
2. Пресс-релиз о работе Чата для СМИ и соцсетей.

Руководитель АНО
«Комитет семей воинов Отечества»



Ю.А. Белехова

МЕДИКО- ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА



ЕДИНЬЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ТЕЛЕГРАМ-ЧАТ

медико-психологической
поддержки для членов
семей воинов Отечества
и участников СВО



МЕДИЦИНСКИЕ
ПСИХОЛОГИ
ПОМОГУТ
И ПОДДЕРЖАТ
ПРИ ЛЮБЫХ
ТРЕВОЖНЫХ
СОСТОЯНИЯХ



ЧАТ РАБОТАЕТ
КРУГЛОСУТОЧНО
24/7

ВО ВСЕХ ЧАСОВЫХ
ПОЯСАХ

Приложение №2

Пресс-релиз о работе Чата для СМИ и соцсетей

Продолжает свою работу единый федеральный чат Комитета семей воинов Отечества по оказанию медико-психологической поддержки семьям и участникам специальной военной операции (СВО) в круглосуточном режиме.

«Психологическая помощь часто нужна здесь и сейчас. Нам важно помочь каждому, кто испытывает любые тревожные состояния. Помощь оказывается в круглосуточном режиме, независимо от региона проживания. Важно то, что к нам можно обратиться анонимно, мы не требуем раскрывать персональные данные и это стало еще одним из дополнительных факторов востребованности именно такого формата психологической помощи, — отмечает руководитель КСВО Юлия Белехова.

В чате работает команда опытных высококвалифицированных медицинских психологов, которые оказывают бесплатные медико-психологические консультации по различным тревожным состояниям. Общение в чате анонимное, без запроса персональных данных. Обратиться в чат может житель любого региона страны в круглосуточном формате, независимо от часового пояса.

Сегодня запрос на цифровой формат общения, когда не надо идти к психологу. За год работы чата специалистами отработано более 22 000 индивидуальных обращений. Сегодня в динамике сопровождаются даже самые тяжелые случаи. В команде 60 клинических психологов из 10 регионов страны.

«В период предновогодних праздников ожидание перемен, праздничное настроение приводят, к сожалению, к традиционной «предпраздничной депрессии», являющейся достаточно серьезной и комплексной проблемой, возникающей на фоне таких личностных и социально-психологических факторов, как: эмоциональное выгорание, развивающееся в ходе ожидания перемен и реализации задуманного; социально-психологический дискомфорт из-за финансовых проблем, вызванных большими предпраздничными расходами; внутренние страхи - необходимость начинать всё сначала «с чистого листа», «с нового квартала» будет активизировать психические срывы, агрессивное и суицидальное поведение. В такие периоды психологическая поддержка становится наиболее актуальна. Наш чат помогает в дистанционном формате — это более доступная, востребованная и приближенная к заявителю поддержка, причем в режиме 24/7.», — комментирует координатор Чата, член Общественной палаты Российской Федерации и Московской области, руководитель федерального проекта «ЗдравКонтроль» Евгений Мартынов.

В чат уже подключилось более 18 000 человек из разных регионов страны.

Организаторы: Комитет семей воинов Отечества (КСВО) и Фонд «Социальная сфера» (команда федерального проекта «ЗдравКонтроль») при поддержке Общественной палаты Российской Федерации.

Будем рады вам помочь в Чате!

<https://t.me/+NlCAoiZghk2OTNi>