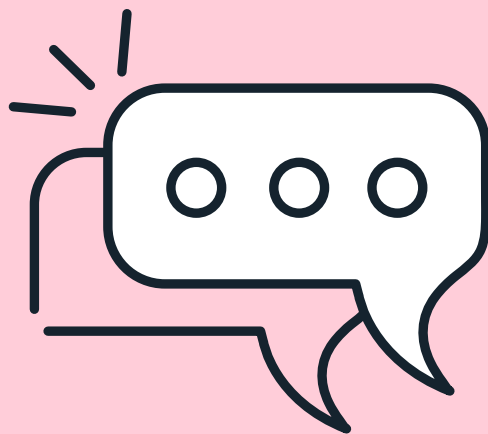


## Серед інших послуг West Sussex Mind:

- Допомога батькам з маленькими дітьми
- Підтримка молоді 16 - 25
- Низка навчальних курсів для батьків, опікунів та спеціалістів по роботі з молоддю
- Навчання на робочому місці для підприємств і організацій
- Ми також проводимо кампанії, спрямовані на боротьбу зі стигмою та дискримінацією у сфері психічного здоров'я
- Підтримка психічного здоров'я в практиках лікарів загальної практики (GP) для дітей, молоді та дорослих.



«Я дуже вдячний **Mind** за групу та за те, як вони створили безпечну та затишну атмосферу, щоб батьки могли ділитися та підтримувати одне одного. Це дало мені можливість почуватися набагато краще щодо моєї ситуації». - Батько

## Підтримка батьків

Для батьків та опікунів дітей та молоді від 5 до 18



Якщо ви хвилюєтесь за ментальне здоров'я своїх дітей, ми можемо допомогти вам підтримати їх



**Якщо ви турбуєтеся про психічне здоров'я та благополуччя вашої дитини, ми можемо допомогти вам підтримати її і розвинути стійкість.**



Незалежно від того, чи страждає ваша дитина від тривоги, а чи від депресії, стресу чи неправильного харчування, наша служба підтримки може допомогти вам підтримати дитину, а також допоможе покращити ваше власне благополуччя, за допомогою зокрема зустрічей із іншими батьками та опікунами.



Зв'яжіться з нами через **Help Point:**  
**0300 303 5652**  
або напишіть листа на адресу:  
**helppoint@westsussexmind.org**

Або зв'яжіться з координаторкою українського проекту Владиславою:  
тел.: **07494055440**  
**vlada.bondar@westsussexmind.org**  
**Telegram: +44 7494055440**

Ми підтримуємо батьків та опікунів дітей та молоді шкільного віку (від 5 до 18 років) в Західному Сассексі:

- Двотижневі онлайн-зустрічі для батьків та опікунів дітей молодшого та середнього шкільного віку
- Доповіді «експертів за досвідом» на конкретні теми, такі як стрес, тривога, депресія, самоушкодження, непорядковане харчування та гендерна ідентичність
- Індивідуальна підтримка по телефону
- Закрита приватна група у Facebook
- Інформація про інші послуги, які можуть бути вам корисні
- Підтримка з боку інших батьків, які вже пройшли схожий шлях й можуть дати вам надію в підтримці ментального здоров'я вашої дитини