

ЗВІТ

про результати проведення електронних консультацій з громадськістю з 10.08.2025 до 25.08.2025 про мобільні додатки для психологічної допомоги ветеранам і ветеранкам

Орган виконавчої влади, який проводив обговорення: Білгород-Дністровська районна державна (військова) адміністрація

Зміст питання або назва проекту акта, що виносилися на обговорення:

«Про мобільні додатки для психологічної допомоги ветеранам і ветеранкам».

Інформація про осіб, що взяли участь в електронних консультаціях: військовослужбовці, ветерани та члени їх родин.

Інформація про пропозиції, що надійшли до органу виконавчої влади за результатами електронних консультацій:

Пропозицій та зауважень не надходило.

Інформація про врахування пропозицій та зауважень громадськості з обов'язковим обґрунтуванням прийнятого рішення та причин неврахування пропозицій та зауважень:

Відділ з питань ветеранської політики Білгород-Дністровської районної державної (військової) адміністрації повідомив, що пропонується добірка мобільних додатків психологічної допомоги ветеранам і ветеранкам, що можуть стати в пригоді в напружений момент або бути дієвим інструментом піклування про себе в повсякденні. Проте зауважимо — вони не замінять лікарів і спеціалістів.

База. Це український безоплатний та анонімний застосунок, в якому зібрані:

- ✓ матеріали про адаптацію після служби;
- ✓ поради з керування стресом, тривогою, наслідками контузій; вправи на подолання безсоння;
- ✓ трекер настрою;
- ✓ можливість анонімно поставити питання психотерапевту.

👉 В Google Play: <https://play.google.com/store/apps/details...>

👉 В App Store: <https://apps.apple.com/.../%D0%B1%D0%B0.../id6449841911...>

PFAMobile Ukraine. Застосунок першої психологічної допомоги, який пропонує:

- ✓ алгоритми дій у стані шоку чи паніки;
 - ✓ інструкції для підтримки після травматичних подій;
- психоосвітні матеріали про те, як працює психіка в кризі.

👉 В Google Play: <https://play.google.com/store/apps/details...>

👉 В App Store: <https://apps.apple.com/.../pfamobileukraine/id1613681286...>

BetterMe: Mental Health. Універсальний застосунок, адаптований для українців, у якому можна отримати:

- ✓ дихальні вправи для подолання стресу;
- ✓ медитації для покращення сну;
- ✓ підтримку в чаті з постійним доступом.

👉 В Google Play: <https://play.google.com/store/apps/details...>

👉 В App Store: <https://apps.apple.com/.../betterme.../id1363010081...>

PE Coach 2. Англomовний застосунок, створений для ветеранів США. Підходить тим, хто вже проходить терапію з фахівцем через посттравматичний стресовий розлад. Що можна робити в застосунку:

- ✓ фіксувати думки, емоції, рівень тривожності;
- ✓ виконувати вправи з подолання ПТСР;

✓ користуватися покроковими інструкціями під час панічних атак.

👉 В Google Play: <https://play.google.com/store/apps/details...>

👉 В App Store: <https://apps.apple.com/ua/app/pe-coach-2/id1281266434?l=uk>

! Важливо зазначити, що ці сервіси не замінюють консультацію лікаря, але можуть стати щоденною підказкою та допомагати краще розуміти свій стан.

i Інфокампанія «Можливості для ветеранів та ветеранок» реалізовується в межах партнерства Мінветеранів та Програми реінтеграції ветеранів, яку втілює IREX in Ukraine за підтримки Державного департаменту США U.S. Department of State.

Інформація про рішення, прийняті за результатами публічного громадського обговорення:

Інформація з роз'ясненнями «Про мобільні додатки для психологічної допомоги ветеранам і ветеранкам» розміщена на офіційному сайті Білгород-Дністровської районної державної адміністрації за посиланням:

<https://bd-rda.od.gov.ua/mobilni-dodatky-dlya-psychologichnoyi-dopomogy-veteranam-i-veterankam/>