

# Практичний посібник для українських біженців, які в'їжджають до Естонії



ЯК  
В'ЇХАТИ  
ДО  
ЕСТОНІЇ

- [kriis.ee](https://kriis.ee)
- <https://kriis.ee/ru/media/1458/download>
- [https://www.estonia-for-ukraine.com/?fbclid=IwAR11aN0XeQLB\\_gDOHFo0wGuYnj-bDvZwY5Gyhi4RkB6Xt5VudgOcvgxAZUo](https://www.estonia-for-ukraine.com/?fbclid=IwAR11aN0XeQLB_gDOHFo0wGuYnj-bDvZwY5Gyhi4RkB6Xt5VudgOcvgxAZUo)

ТРАНСПОР-  
ТУВАННЯ  
ВІД  
КОРДОНІВ  
ВСЕРЕДИНУ  
КРАЇНИ

Є безкоштовні автобуси від польсько-українського кордону до Естонії. За додатковою інформацією звертайтеся до центру в Польщі: КПП Шегині-Медіка (гаряча лінія): +372 5908 6965

- [kriis.ee](https://kriis.ee)
- [www.pagulasabi.ee/uk](https://www.pagulasabi.ee/uk)
- [https://www.estonia-for-ukraine.com/?fbclid=IwAR11aN0XeQLB\\_gDOHFo0wGuYnj-bDvZwY5Gyhi4RkB6Xt5VudgOcvgxAZUo](https://www.estonia-for-ukraine.com/?fbclid=IwAR11aN0XeQLB_gDOHFo0wGuYnj-bDvZwY5Gyhi4RkB6Xt5VudgOcvgxAZUo)

ЗНАЙДІТЬ  
ЖИТЛО



- [https://www.estonia-for-ukraine.com/?fbclid=IwAR11aN0XeQLB\\_gDOHFo0wGuYnj-bDvZwY5Gyhi4RkB6Xt5VudgOcvgxAZUo](https://www.estonia-for-ukraine.com/?fbclid=IwAR11aN0XeQLB_gDOHFo0wGuYnj-bDvZwY5Gyhi4RkB6Xt5VudgOcvgxAZUo)
- <https://www.facebook.com/groups/1548399682110889>

МЕДИЧНЕ  
СТРАХУ-  
ВАННЯ

- [kriis.ee](https://kriis.ee)

Невідкладна медична допомога надається всім особам, які перебувають в Естонії, якщо у них є серйозні проблеми зі здоров'ям або проблеми, які загрожують життю. Консультаційна лінія сімейного лікаря 1220 (або +372 634 6630, якщо дзвоните з-за кордону) пропонує медичні консультації англійською та російською мовами. У разі потреби людину буде направлено на лінію екстреної допомоги 112.

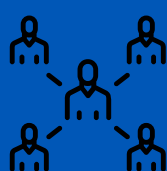
Базову медичну допомогу надають у центрі прийому біженців України, створеному в Таллінні: <https://www.tallinn.ee/eng/ukraine/Refugee-reception-centre-in-Tallinn>  
Крім того, приватні ініціативи на кшталт Viveo Health пропонують свої послуги українцям: <https://viveohealth.com/free-online-doctor-consultation-for-ukraine/>

ЇЖА ТА  
ОДЯГ



- <https://www.ukrainaheaks.ee/ru/eesti-pagulasabi>
- <https://www.facebook.com/groups/1548399682110889>
- <https://lunest.ee/et/kontaktandmed/>

ОРГАНІЗАЦІЇ,  
ЯКІ НАДАЮТЬ  
ПОСЛУГИ ЗІ  
ЗМЕНШЕННЯ  
ШКОДИ



- [https://convictus.ee/ru\\_RU/sustlavahetus-ja-sotsiaalnoustamine/](https://convictus.ee/ru_RU/sustlavahetus-ja-sotsiaalnoustamine/)
- <https://www.narko.ee/ru/zdes-mozhno-najti-pomoshh/tsentry-snizheniya-vreda-sposobstvuyushhie-bolee-bezopasnomu-upotrebleniyu/>
- <https://lunest.ee/>
- <https://ehpv.ee/>

ПСИХОЛОГІЧНА  
ПІДТРИМКА

Телефонна лінія психосоціальної кризи Управління соціального страхування, 116 006 (+372 6147 393 при дзвінку з іноземного номера). Безкоштовна психологічна підтримка онлайн та офлайн: email to [psychelp.est@gmail.com](mailto:psychelp.est@gmail.com) або заповніть форму:

- <https://tellme.com.ua/>
- <https://www.palunabi.ee/ru>
- <https://ehpv.ee/>
- <https://lunest.ee/>
- [https://convictus.ee/ru\\_RU/sustlavahetus-ja-sotsiaalnoustamine/](https://convictus.ee/ru_RU/sustlavahetus-ja-sotsiaalnoustamine/)



ЗАМІСНА  
ПІДТРИМУ-  
ВАЛЬНА  
ТЕРАПІЯ



Замісна терапія на основі **метадону** є безкоштовною для всіх пацієнтів, у тому числі без медичного страхування. Замісна терапія на основі **бупренорфіну** (субутекс, субоксон) є платною послугою.

<https://www.narko.ee/ru/zdes-mozhno-najti-pomoshh/lechenie-ot-zavisimosti-v-t-ch-zamestitelnaya-terapiya-pri-opioidnoj-zavisimosti/>

АНТИРЕТРОВІ-  
РУСНА  
ТЕРАПІЯ



АРВ-терапія та АРВ-препарати є безкоштовними для жителів Естонії, незалежно від наявності у них медичного страхування. Люди потребують підтвердження їх ВІЛ-позитивного статусу, щоб отримати АРВ-препарати.

- <https://www.hiv.ee/ru/kontakty-dlya-polucheniya-pomoschi/konsultatsionnye-uslugi-dlya-lyudej-zhivuschikh-s-vich/>
- <https://www.hiv.ee/ru/kontakty-dlya-polucheniya-pomoschi/priem-vracha-infektsionista/>
- [ehpv.ee](https://ehpv.ee)
- <https://www.hiv.ee/ru/zhizn-s-vich/lechenie-vich-infektsii/>