



Darmowe
**WSPARCIE
PSYCHOLOGICZNE**

Realizowane przez psychologów
w języku ukraińskim



- Zadbaj o swoje zdrowie psychiczne

 helpukraine.grupawsparcia.pl 



Bezpłatna pomoc psychologiczna i informacyjna dla uchodźców z Ukrainy i osób im pomagających. HelpUkraine.GrupaWsparcia.pl zaprasza do korzystania z pomocy

Osoby uciekające przed wojną w Ukrainie oraz osoby im pomagające – np. wolontariusze i osoby goszczące uchodźców – mogą liczyć na bezpłatną pomoc. Portal GrupaWsparcia.pl wraz z Fundacją ADRA Polska i Polskim Towarzystwem Logoterapii i Noo-Psychosomatyki (PTLiNPS) uruchomił *HelpUkraine.GrupaWsparcia.pl* – platformę z całodobowym czatem oraz telefonem wsparcia, na których można uzyskać wsparcie psychologiczne i informacyjne. Pomoc dostępna jest w języku ukraińskim, polskim i angielskim.

W serwisie HelpUkraine.GrupaWsparcia.pl można uzyskać następującą pomoc:

- Pierwszą pomoc psychologiczną
- Wsparcie psychospołeczne
- Podstawowe porady dotyczące sytuacji prawnej dla osób lub rodzin
- Informacje dotyczące bezpiecznego zakwaterowania

HelpUkraine.GrupaWsparcia.pl oferuje dwa rodzaje pomocy: telefon wsparcia i czat. Z telefonu wsparcia, który odbierają cztery psychoterapeutki mówiące w języku ukraińskim i polskim, można skorzystać w godzinach podanych na stronie: <https://helpukraine.grupawsparcia.pl/meet-us>. Z kolei czat dostępny jest całodobowo. *Można w każdej chwili zadać pytanie lub podzielić się swoim przeżyciem i poczekać na odpowiedź od naszego specjalisty* Dzięki automatycznemu tłumaczeniu czat pozwala na udzielanie wsparcia przez osoby nieznające języka ukraińskiego – tłumaczy dr Piotr Nowacki, prezes Fundacji ADRA Polska, organizującej inicjatywę.

Szczególnym zainteresowaniem cieszy się pomoc psychologiczna. Oprócz ogólnych wyzwań adaptacyjnych związanych ze znalezieniem się w nowej sytuacji, w obcym kraju oraz brakiem znajomości języka, każda z osób została indywidualnie dotknięta tragedią wojny, m.in. poprzez śmierć bliskiej osoby, separację, utratę mieszkania lub pracy.– wyjaśnia pochodząca z Ukrainy psychoterapeutka Roksana Korulczyk, członkini zespołu świadczącego bezpłatną pomoc psychologiczną i informacyjną na HelpUkraine.GrupaWsparcia.pl.

Zespół platformy zachęca też do sięgania po wsparcie osoby, które, nierzadko z ogromnym poświęceniem i wysiłkiem, pomagają uchodźcom, mierząc się na skutek tego z różnorodnymi obciążeniami. *Zapraszamy wszystkie takie osoby potrzebujące pomocy czy chcące zadbać o swoją formę psychiczną w tym wyjątkowym czasie* – podsumowuje psychoterapeutka z HelpUkraine.GrupaWsparcia.pl.

Bezpośredni kontakt telefoniczny do psycholożek z HelpUkraine.GrupaWsparcia.pl:

Roksana Korulczyk (j. polski, j. ukraiński) tel. +48 536 525 155

Kateryna Volkova (j. ukraiński, j. angielski, j. rosyjski) tel. +48 536 595 450

Alyona Kozak (j. ukraiński, j. rosyjski) tel. +48 536 585 250

Yulia Kozhemyakina (j. ukraiński, j. rosyjski) tel. +48 535 575 855

Więcej o GrupaWsparcia.pl i Fundacji ADRA Polska

GrupaWsparcia.pl– powstała w 2018 roku innowacyjna platforma wsparcia emocjonalnego i psychologicznego za pośrednictwem internetu, która wspiera aktywnie prawie 18 tys. użytkowników. W 2019 roku portal zdobył pierwsze miejsce w konkursie na najlepszy startup roku, organizowanym przez Total Polska. W 2020 roku w ramach dofinansowania ze środków Funduszu Solidarności Międzynarodowej zespół portalu utworzył platformę online w języku rosyjskim jako wsparcie dla emigrantów i emigrantek z Białorusi. Od 2021 roku GrupaWsparcia.pl działa też za pośrednictwem aplikacji mobilnej oraz oferuje listę miejsc wsparcia dla emigrantów i emigrantek z Białorusi. W odpowiedzi na rosyjską agresję na Ukrainę uruchomiono HelpUkraine.GrupaWsparcia.pl, platformę wsparcia dla uchodźczyń i uchodźców wojennych z Ukrainy oraz pomagających im Polaków, oferującą całodobowy czat i specjalistyczną pomoc telefoniczną. GrupaWsparcia.pl jest częścią Fundacji ADRA Polska.

Fundacja ADRA Polska – powstała w 2009 roku dobroczynna organizacja pożytku publicznego. Jest polskim oddziałem międzynarodowej Fundacji ADRA, działającej obecnie w 118 krajach. Jej celem jest pomoc ludziom w potrzebie, poprzez działania z obszaru edukacji, zdrowia, organizowania źródeł utrzymania oraz pomoc rozwojową i humanitarną w rejonach dotkniętych kataklizmami. Międzynarodowy charakter organizacji pozwala jej działać szybko i efektywnie. Fundacja od pierwszego dnia wojny w Ukrainie wspiera ofiary, organizując transporty humanitarne i zakupując potrzebne materiały oraz busy do rozwożenia pomocy humanitarnej w Ukrainie. ADRA Polska posiada również 50 punktów pomocy uchodźcom zlokalizowanych w całej Polsce, w których mieszkańcy Ukrainy mogą znaleźć schronienie po przekroczeniu granicy polskiej. Więcej informacji na stronie: www.adra.pl

Więcej informacji o HelpUkraine.GrupaWsparcia.pl: tel. 536 525 155

Informacje dla mediów: tel. 536 545 151