Bezpłatny warsztat psychologiczny dla migrantek z Ukrainy w Lublinie

„Droga do nowej siebie" – bezpłatny warsztat psychologiczny dla migrantek z Ukrainy w Lublinie

Fundacja ADRA Polska i platforma GiveAndGetHelp.com zapraszają kobiety, które uciekły przed wojną w Ukrainie na bezpłatny, całodniowy warsztat psychologiczny, który odbędzie się dzięki dofinansowaniu z DNB Bank Polska 7 listopada w Lublinie.

«Шлях до нової я» - безкоштовний психологічний семінар для жінок-мігранток з України у Любліні Фундація ADRA Polska та платформа GiveAndGetHelp.com запрошують жінок, які втекли від війни в Україні, на безкоштовний психологічний одноденний семінар, який відбудеться завдяки фінансуванню DNB Bank Polska 7 листопада у Любліні.



Celem warsztatu zatytułowanego „Droga do nowej siebie" jest wsparcie kobiet w poradzeniu sobie z traumą wojenną, powrót do równowagi psychicznej i bycia „tu i teraz" oraz edukacja i wsparcie w odzyskaniu sił psychicznych w realizacji bieżących i przyszłych wyzwań. Warsztat poprowadzą pochodzące z Ukrainy psycholożki Roksana Korulczyk i Yulia Kozhemyakina z platformy HelpUkraine.GiveAndGetHelp.com, zapewniającej bezpłatne wsparcie psychologiczne i informacyjne przymusowym migrantom z Ukrainy.

Jednodniowy warsztat odbędzie się **7 listopada w Lublinie** w godzinach 9:00 do 17:00 w **Centrum Integracyjnym dla Cudzoziemców (CIC),** zlokalizowanym przy **ul. Krakowskie Przedmieście 21, II piętro,** prowadzonym przez Fundację ADRA Polska w partnerstwie z organizacją CARE.

Po warsztacie prowadzące będą dostępne przez 1,5 godziny na krótkie, bezpłatne konsultacje psychologiczne dla zainteresowanych, będzie możliwość późniejszej kontynuacji tych konsultacji w formie telefonicznej (również bezpłatnie).

– Serdecznie zapraszamy do wzięcia udziału w warsztatach "Droga do nowej siebie". Są one skierowane do kobiet pragnących uwolnić się od ciężkiego emocjonalnego bagażu, chcących zrozumieć, przez jaki etap życia teraz przechodzą i jak mogą sobie pomóc w sposób praktyczny. Będziemy między innymi pracować na własnych zasobach, budować wewnętrzne poczucie stabilności, zdolność samoregulacji emocji i pewność siebie, które zaprocentują w codziennym życiu naszych uczestniczek, szczególnie w obliczu wyzwań związanych z wojną i migracją – zachęca psycholog Roksana Korulczyk z Fundacji ADRA Polska, współprowadząca warsztaty.

Zapisy na warsztat przyjmowane są za pośrednictwem maila i telefonu: tel. +48 536 525 155, rkorulczyk@adra.pl. Liczba miejsc ograniczona, decyduje kolejność zgłoszeń. Działanie współfinansowane jest ze środków DNB Bank Polska.

Więcej informacji o HelpUkraine.GiveAndGetHelp.com: www.HelpUkraine.GiveAndGetHelp.com

Więcej informacji o Fundacji ADRA Polska: www.adra.pl

***

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 ewakuacje. Fundacja ADRA Polska przy wsparciu organizacji CARE prowadzi także 43 schroniska dla uchodźców z Ukrainy i Centra Integracyjne dla Cudzoziemców, zlokalizowane w Bydgoszczy, Warszawie, Lublinie i Zielonej Górze. Dodatkowo ADRA prowadzi HelpUkraine.GiveAndGetHelp.com – platformę z telefonem wsparcia oraz całodobowym czatem, oferującą pomoc psychologiczną i informacyjną. Więcej informacji na www.adra.pl oraz www.HelpUkraine.GiveAndGetHelp.com.

Kontakt dla mediów:

Katarzyna Matysik

Tel. 730 799 518

kmatysik@adra.pl