



FREE PSYCHOLOGICAL HELP FOR PEOPLE FROM UKRAINE



Vistula University
Vistula School of Hospitality
University of global opportunities



vistula.edu.pl
vistulahospitality.edu.pl

FUNDACJA POMOCY PSYCHOLOGICZNEJ I EDUKACJI SPOŁECZNEJ RAZEM

Fundacja uruchomiła program wsparcia dla osób z Ukrainy.

Kontakt:

Telefon zaufania: +48 733 563 311

(Sekretariat Fundacji czynny w godzinach 10:00-18:00)

E-mail: twojpsycholog2@gmail.com

Czat na stronie: <https://razem-fundacja.org/>

WARSZAWSKI OŚRODEK INTERWENCJI KRYZYSOWEJ

Ośrodek zajmuje się wsparciem i pomocą psychologiczną osobom dorosłym w kryzysach oraz trudnych sytuacjach życiowych.

Kontakt:

Punkt Interwencyjny: +48 22 837 55 59 | +48 535 430 902

Dział Interwencji Kryzysowej: +48 22 855 44 32 | +48 514 202 619

CENTRUM ZDROWIA I PSYCHOTERAPII

Centrum będzie udzielać darmowego wsparcia psychologicznego i psychiatrycznego osobom pochodzącym z Ukrainy. Pracownicy Centrum proszą, aby przy pierwszym kontakcie powołać się na informację udzieloną przez SKN im. Pauliny Kuczalskiej-Reinschmit.

Na stronach Centrum pojawią się również informacje w języku ukraińskim:

Strona internetowa: www.centrum-psych.com.pl

FB: www.facebook.com/CentrumZdrowiaPsychoterapii

Kontakt:

Telefon: +48 22 885 00 00

E-mail: lwowska@centrum-psych.com.pl
ogrodowa@centrum-psych.com.pl
wilanowska@centrum-psych.com.pl

ORGANIZACJE, KTÓRE SAME ZGŁASZAŁY CHĘĆ UDZIELENIA POMOCY:

FUNDACJA "MULTIOCALENIE"

Fundacja oferuje bezpłatną pomoc psychologiczną.

Telefony: +48 797 433 021 | +48 797 433 006

E-mail: info@multiocalenie.org.pl

FUNDACJA OCALENIE

Osoby potrzebujące pomocy psychologicznej mogą się zgłaszać do Fundacji.

E-mail: cpc@cpc.org.pl

POLSKIE FORUM MIGRACYJNE

Organizacja uruchomiła bezpłatny telefon kryzysowy ze wsparciem psychologicznym w języku ukraińskim i rosyjskim.

Telefon: +48 669 981 038

Również przez Whatsapp i Viber

Działa:

w poniedziałki w godz. 16:00-20:00,

w środy w godz. 10:00-14:00,

w piątki w godz. 14:00-18:00.

CENTRUM MEDYCZNE DAMIANA

Od 25.02. od godziny 8.00 rano **pod numerem telefonu +48 22 566 22 27** zaczyna dyżur psycholog, z którym można porozmawiać w języku polskim i rosyjskim. Na ten moment dyżury odbywają się:

we wtorki w godz. 08:00-13:00,

w środy w godz. 17:00-20:00,

w piątki w godz. 8:00-13:00.



ФОНД РОЗПОЧАВ ПРОГРАМУ ПІДТРИМКИ ЛЮДЕЙ З УКРАЇНИ

Контакти:

Гаряча лінія: +48 733 563 311
(секретаріат Фонду працює з 10:00 до 18:00)

Пошта: yourjpsycholog2@gmail.com

Чат на сайті: <https://razem-fundacja.org/>

ЦЕНТР НАДАЄ ПІДТРИМКУ ТА ПСИХОЛОГІЧНУ ДОПОМОГУ ДОРΟΣЛИМ У КРИЗОВИХ І СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЯХ

Контакти:

Пункт втручання: +48 22 837 55 59 | +48 535 430 902

Відділ кризового втручання: +48 22 855 44 32 | +48 514 202 619

CENTRUM ZDROWIA I PSYCHOTERAPII

Центр надаватиме безкоштовну психолого-психіатричну підтримку людям з України. Співробітники Центру просять посилатися на інформацію, надану США (Студентській Науковій Асоціації) ім. Пауліна Кучальська-Райншміт.

Інформація українською мовою також буде доступна на сайті Центру

Веб-сайт: www.centrum-psych.com.pl

FB: www.facebook.com/CentrumZdrowiaPsychoterapii

Контакти:

Телефон: +48 22 885 00 00

Електронна пошта: lwowska@centrum-psych.com.pl
ogrodowa@centrum-psych.com.pl
wilanowska@centrum-psych.com.pl

ОРГАНІЗАЦІЇ, ДО ЯКИХ МОЖНА ЗВЕРНУТИСЬ ЗА ДОПОМОГОЮ:

FUNDACJA "MULTIOCALENIE"

Фонд надає безкоштовну психологічну допомогу.

Телефони: +48 797 433 021 | +48 797 433 006

Пошта: info@multiocalenie.org.pl

FUNDACJA OCALENIE

До Фонду можуть звертатися люди, які потребують психологічної допомоги.

Пошта: cpc@cpc.org.pl

POLSKIE FORUM MIGRACYJNE

Організація запустила безкоштовний телефон екстреної допомоги з психологічною підтримкою українською та російською мовами.

Телефон: +48 669 981 038

Також через Whatsapp та Viber

Працює:

пн 16:00-20:00,

ср 10:00-14:00,

пт 14:00-18:00.

CENTRUM MEDYCZNE DAMIANA

З 25.02 з 8.00 ранку за номером **телефону +48 22 566 22 27** чергує психолог, з яким можна поспілкуватися польською та російською мовами. На даний момент робочі години:

по вівторках з 08:00-13:00,

по середах з 17:00-20:00,

по п'ятницях з 8:00-13:00.



FUNDACJA POMOCY PSYCHOLOGICZNEJ I EDUKACJI SPOŁECZNEJ RAZEM

The foundation has set up a program of helping people from Ukraine.

A help-line: +48 733 563 311
(The office is open from 10 am to 6 pm)

E-mail: twojpsycholog2@gmail.com

Chat: <https://razem-fundacja.org/>

WARSZAWSKI OŚRODEK INTERWENCJI KRYZYSOWEJ

The center provides support and psychological help to adults in crisis and hard life situation.

Intervention point: +48 22 837 55 59 | +48 535 430 902

Crisis intervention department: +48 22 855 44 32 | +48 514 202 619

CENTRUM ZDROWIA I PSYCHOTERAPII

The center is going to provide free psychological and psychiatric help to people from Ukraine. The workers ask people in need of help to say they have been directed there from our organization.

The center also provides information in ukrainian.

Website: www.centrum-psych.com.pl

FB: www.facebook.com/CentrumZdrowiaIPsychoterapii

Contact:

Phone: +48 22 885 00 00

E-mail: lwowska@centrum-psych.com.pl
ogrodowa@centrum-psych.com.pl
wilanowska@centrum-psych.com.pl

ORGANISATIONS THAT HAVE THEMSELVES VOLUNTEERED TO HELP:

FUNDACJA "MULTIOCALENIE"

The Foundation offers free psychological help.

Phone: +48 797 433 021 | +48 797 433 006

E-mail: info@multiocalenie.org.pl

FUNDACJA OCALENIE

People who need psychological help can contact the Foundation.

E-mail: cpc@cpc.org.pl

POLSKIE FORUM MIGRACYJNE

The organization offers free helpline with psychologist, both in Ukrainian and Russian.

Phone: +48 669 981 038

Either Whatsapp and Viber

Monday, 4 pm - 8 pm,
Wednesday, 10 am - 2 pm,
Friday, 2 pm - 6 pm.

CENTRUM MEDYCZNE DAMIANA

From 25th February, from 8 am under **the numer +48 22 566 22 27** you can talk to psychologists on duty, both in Polish and Russian. At the moment duty hours are available:

Tuesday, 8 am - 1 pm,
Wednesday, 5 pm - 8 pm,
Friday, 8 am - 1 pm.



Vistula University
Vistula School of Hospitality
University of global opportunities



vistula.edu.pl
vistulahospitality.edu.pl