



• Майстерня виконання ляльок-мотанок FOT. MATERIAŁY PRASOWE

Чим займається Барак Культури

Вони окреслюють себе як друзів різноманіття

– Чим різноманітніше, тим краще ми себе почуваємо. Для нас цікавіша меншість, ніж більшість, – каже Пшемек Прасновський.

Славек Шиманський

У своїй штаб-квартирі за адресою ал. Марцинковського, 21 у Познані, створено відкритий простір для художників та представників меншинств. Тут представлені різні форми творчості: від вистав, виставок, кінопоказів і концертів до зустрічей із авторами та майстер-класів. До заходів залучаються люди з обмеженими можливостями та іммігранти.

– Від початку війни допомагаємо біженцям з України. Ми переробили наш штаб на склад, де організували збір гуманітарної допомоги і відправлення транспорту в Україну.

Ми знаємо, що зараз змінилася ситуація і потреби – задовольняти їх вдається співпрацюючи з повітовим староством у Познані, на базі якого створено проект «Мій дім».

Наша штаб-квартира знаходиться в центрі Познані, але ми знаємо, що багато українців

живуть і у менших містах, тому цього разу ми ідемо до громад Познанського повіту.

Ідея проекту – створити такий «дім» для українців, у якому вони почуватимуться як вдома, в оточенні власної культури.

Ми хочемо створити платформу для зустрічі, взаємності та спільного проведення часу.

Проект «Мій дім» покликаний дозволити українцям на деякий час забути про війну. – каже Пшемек Прасновський, президент Фонду Барак Культури. ●

Психологічна допомога в Мобільному Центрі Мій Дім

• Зустрічі та індивідуальні консультації проводитимуть двоє українських психологів Яніна Міщенко та Аліна Мих. Вони розкажуть про різні способи підтримки людей, вимушених залишити батьківщину внаслідок війни, пояснять, як впоратися з буденністю в іншій країні та новими емоціями.

• Люди, які пережили війну та вигнання, часто травмовані. Для них дуже важлива психологічна підтримка. Учасники проекту зможуть зустрітись з психологами під час

запланованих заходів.

Це суттєве полегшення, особливо з точки зору батьків.

• «Мобільний центр Мій дім» пропонує як індивідуальні консультації, так і групові зустрічі.

• – Психологічна допомога потрібна тоді, коли людина не може сама вийти зі складної ситуації, не може вирішити проблему, яка її наповнює, – каже Аліна Мих. – Опрацювання цих труднощів, відкриття нових шляхів, приводить до прагнення людини по-іншому сприймати світ, інакше жити, культивує

бажання робити щось добре, відкритися і прийняти допомогу інших людей, почати працювати над собою, знайти радість, щастя та душевну рівновагу, що позитивно впливає на фізичне здоров'я – зазначає психолог.

• На її думку, у нинішній ситуації першочерговою є допомога людям, яким довелося несподівано змінити своє життя і приїхати

• на чужину: – У них немає дому, не знають мови, не знають, що робити, і таким людям потрібно знову вчитися на повну

функціонувати. Мета – дати їм можливість продовжувати жити так, як вони жили в Україні. В першу чергу, на таку зустріч я б запросила жінок, які мають дітей. Якщо їх немає, вони швидше впораються. Ті, у кого є діти, самі перебуваючи у стресі, переносять його на своїх дітей, що відображається на всій родині.

• Звісно, тут знайдуть допомогу й люди похилого віку, чоловіки та молодь, – наголошує Аліна Мих.

• Яніна Міщенко: – Я мама двох дітей, яких виховую з люблячим чоловіком. У 2017 році ми переїхали до Польщі.

Це було наше свідоме рішення, яке стало наслідком бажання жити в Познані. Приїхали ми самі, допомоги не було, польською ми тоді не знали жодного слова. Треба було самим з'ясувати, як оформляти документи на квартиру, документи щоб дитину зарахували до школи, договори та багато іншого. Я розумію, який це стрес. Як це переживали усі члени родини. Це не звична ситуація, нова мова, нова культура, нове місце, і все це впливає на психічний стан. Я знаю, наскільки важлива підтримка в цей час, і тому така істотна і необхідна змога участі у такому проекті, як «Мій дім», – зазначає вона.

• Психологічна допомога міститиме емоційну та адаптаційну підтримку або теми, пов'язані з сімейними стосунками. – Ми намагатимемося допомогти всім людям, які зараз потребують такої підтримки, – додає Яніна Міщенко.

• Зустрічі та консультації психологів призначені для осіб старше 16 років.

• – У разі потреби в більш тривалому, індивідуальному супроводі, ми забезпечуємо безкоштовне продовження зустрічі з психологом до кінця проекту, – запевняє Президент Фонду. ●