



## **Uchodźcy z Ukrainy przebywający w województwie śląskim znajdą pomoc w Katowicach**

**Fundacja ADRA Polska otworzyła w Katowicach Centrum Integracyjne dla Cudzoziemców (CIC). Placówka zapewnia kompleksowe, eksperckie wsparcie mające na celu integrację przymusowych migrantów z Ukrainy z polskim społeczeństwem. W styczniu dodatkowo dla kobiet zostaną zorganizowane warsztaty psychologiczne „Droga do nowej siebie”.**

Nowo otwarta placówka zapewnia przede wszystkim możliwość nauki języka polskiego, wsparcie psychologiczne, doradztwo zawodowe oraz pomoc w sprawach formalnych związanych z życiem w Polsce, m.in. pomoc w zapisaniu dziecka do szkoły, w uzyskaniu świadczenia 500+ itp. Beneficjenci będą mogli otrzymać również paczki z żywnością i artykułami higienicznymi.

*– Kompleksowe wsparcie w integracji oraz włączanie przymusowych migrantów z Ukrainy do polskiego społeczeństwa to obecnie jedno z naszych głównych wyzwań – podkreśla **dr Piotr Nowacki Prezes Fundacji ADRA Polska** i dodaje: – Włączanie i integracja to drugie etap pomocy, zaraz po zapewnieniu podstawowych potrzeb uchodźcom, takich jak bezpieczne schronienie, żywność i artykuły pierwszej potrzeby. Ten drugi etap pomocy jest równie ważny, ponieważ ma ogromny wpływ na poczucie godności drugiego człowieka. Pomoc w usamodzielnieniu się, w zbudowaniu swojego życia w Polsce, aby uchodźcy czuli się równoprawnymi członkami polskiego społeczeństwa – to główny cel naszych działań.*

CIC w Katowicach to już piąte Centrum Integracyjne dla Cudzoziemców otwarte przez Fundację ADRA Polska dzięki współfinansowaniu organizacji CARE. Od kilku miesięcy prężnie działają już Centra w Lublinie, Warszawie, Bydgoszczy i Zielonej Górze.

Na styczeń zaplanowano także dodatkowe wydarzenie dla kobiet, które uciekły przed wojną z Ukrainy. W niedzielę, 22 stycznia, odbędzie się bezpłatny warsztat psychologiczny pt. „Droga do nowej siebie”, w godz. od 9.00 do 17.00.

Celem warsztatu 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. Spotkanie poprowadzą pochodzące z Ukrainy psycholożki z platformy [HelpUkraine.GiveAndGetHelp.com](https://www.helpukraine.giveandgethelp.com), zapewniającej bezpłatne wsparcie psychologiczne i informacyjne przymusowym migrantom z Ukrainy.

*– Wydarzenie jest 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 warsztaty przyjmowane są za pośrednictwem maila i telefonu: tel. +48 536 525 155, [rkorulczyk@adra.pl](mailto:rkorulczyk@adra.pl). Działanie jest finansowane ze środków DNB Bank Polska.

**Dane kontaktowe do Centrum Integracyjnego dla Cudzoziemców w Katowicach:**

ul. Fryderyka Chopina 1, lokal nr 2 (1 piętro), 40-093 Katowice  
tel. 535 505 958, e-mail: [katowice@adra.pl](mailto:katowice@adra.pl)

Strona www: <https://www.adra.pl/pomoc-dla-ukrainy/centra-integracyjne-dla-cudzoziemcow/cic-katowice/>

**Godziny otwarcia**

Poniedziałek - czwartek: 9.30 – 15.30.

Piątek - dzień bez beneficjenta