



Записатись у е-чергу ДНАП (<https://mkrada.gov.ua/content/dnap-online-zapis.html>)

Громадський бюджет (<https://budget.e-dem.ua>)



Колцентр при Миколаївській міській раді (<https://callcenter.mkrada.gov.ua>)

Пошук по порталу



[Головна \(/\)](#) [Публікації \(/news/\)](#) [Новини \(/news/?c=1\)](#) 10 Лютого 2023, 21:02

## Новини

- 7 [У Миколаєві вандали знову понівечили клумби в одному зі скверів міста \(/news/22033.html\)](#)
- 7 [В Миколаєві учасниці програми Girls in STEM поділились проміжними результатами роботи над обраними проектами \(/news/22032.html\)](#)
- 7 [Новий тролейбусний маршрут до Корабельного району: КП «Миколаївелектротранс» відповідає на найпоширеніші запитання \(/news/22031.html\)](#)
- 7 [Партнерство заради розвитку: Миколаїв налагоджує зв'язки з німецьким бізнесом \(/news/22027.html\)](#)
- 7 [Анонс заходів в молодіжному просторі Миколаєва \(/news/22030.html\)](#)

## Відсіч емоційному вигоранню: волонтери та активісти Миколаєва можуть пройти безкоштовні курси з безпеки і арттерапії

До кінця лютого 2023 року громадські активісти і волонтери Миколаєва можуть відвідати безкоштовні курси Програми з відновлювальних практик у межах проекту Програми розвитку ООН за фінансової підтримки Уряду Данії.

В програмі лютого тренінги з домедичної допомоги, тренінги з правил поведіння під час надзвичайних ситуацій, колективні терапевтичні сесії з гончарства, арттерапевтичні практики, сесії групової роботи з психологом, індивідуальні сесії із психологом, а також лекції з проектного менеджменту, конфліктології і фандрайзингу.

*«Волонтери в Миколаєві працюють без перерви від початку повномасштабного вторгнення. Допомагають іншим в умовах надзвичайної напруги та стресу, і це наближає нас до перемоги. Проте через часто нещадне ставлення до себе волонтери ризикують емоційно вигоріти. Тому, долучайтесь! Разом дамо відсіч емоційному вигоранню!», — каже Анна Ганжул, керівниця проекту.*

Участь в активностях безкоштовна за умови попередньої реєстрації за цим посиланням: [https://bit.ly/KeepcalmMyko\\_2](https://bit.ly/KeepcalmMyko_2)

([https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fbit.ly%2FKeepcalmMyko\\_2%3Ffbclid%3DlwAR1S9aYcOtedxRWHksb5h9fyfF8t5yBdsiYNfbvHaxouBAodQ6iAY9UgRoc&h=AT0Bcytglt1PjlvfBiiqzGDH\\_UeAmjMixMOVnKRqj10KRgw5bKv2fy4Ei5pRKtAAU31spoaT4KDAD0IE0IIIGTS7fiTSFU96dc0hWzfDQGUj\\_nm3g\\_i&\\_tn\\_=\\_q&c%5b%5BgRcEaT9qqyuW5CQwS8Tv0lswNjh-mpeyuCVayp\\_i23v6Sxv2uzH3wLUNIP4fUOySYdtpEuly4HvkMoadmY3VTcIDPwU6ICZ\\_](https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fbit.ly%2FKeepcalmMyko_2%3Ffbclid%3DlwAR1S9aYcOtedxRWHksb5h9fyfF8t5yBdsiYNfbvHaxouBAodQ6iAY9UgRoc&h=AT0Bcytglt1PjlvfBiiqzGDH_UeAmjMixMOVnKRqj10KRgw5bKv2fy4Ei5pRKtAAU31spoaT4KDAD0IE0IIIGTS7fiTSFU96dc0hWzfDQGUj_nm3g_i&_tn_=_q&c%5b%5BgRcEaT9qqyuW5CQwS8Tv0lswNjh-mpeyuCVayp_i23v6Sxv2uzH3wLUNIP4fUOySYdtpEuly4HvkMoadmY3VTcIDPwU6ICZ_))

Скористатись пропозицією можуть громадські активісти, представники благодійного фонду, або волонтерського і гуманітарного штабів у Миколаєві.

Заняття проводяться офлайн. Про місце проведення заходу організатори повідомляють зареєстрованих учасників.

Посилання на подію Facebook: <https://www.facebook.com/events/501316152150522> (<https://www.facebook.com/events/501316152150522>)

Проект «Зберігаймо спокій та готуймось до зими» впроваджується ГО «Ресурсний центр громадських ініціатив» за сприяння Програми розвитку ООН UNDP Ukraine / ПРООН в Україні та фінансування Уряду Данії, наданого в межах Програми ООН із відновлення та розбудови миру.

КУ ММР «Агенція розвитку Миколаєва» є інформаційним партнером проекту у Миколаєві.



# Програма

з відновлювальних практик  
для волонтерів Миколаєва

лютий 2023 рік  
м. Миколаїв



MINISTRY OF  
FOREIGN AFFAIRS  
OF DENMARK

















## ПРОГРАМА З ВІДНОВЛЮВАЛЬНИХ ПРАКТИК ДЛЯ ВОЛОНТЕРІВ МИКОЛАЄВА

Лютий 2023 року



10 лютого 2023 року	15:00–17:00	Групова психологічна підтримка
17 лютого 2023 року		
24 лютого 2023 року		
11 лютого 2023 року	10:00–16:30 (кава-брейк 13:00–13:30)	Домедична допомога
18 лютого 2023 року		
25 лютого 2023 року		
13 лютого 2023 року	15:00–17:00	Правила поведінки у надзвичайних ситуаціях
27 лютого 2023 року		
8 лютого 2023 року	14:00, 15:00, 16:00 (кава-брейк 15:00–15:20)	Терапевтична сесія з гончарства
12 лютого 2023 року		
15 лютого 2023 року		
19 лютого 2023 року		
20 лютого 2023 року		
9 лютого 2023 року	14:00–17:00 (кава-брейк 15:00–15:10)	Арттерапевтична практика
16 лютого 2023 року		
23 лютого 2023 року		
14 лютого 2023 року	12:00–16:00 (кава-брейк 14:00–14:20)	Семінар з проєктного менеджменту
21 лютого 2023 року		Семінар з конфліктології
28 лютого 2023 року		Семінар з фандрайзингу
1–28 лютого 2023 року	за погодженням	Індивідуальна сесія із психологом

Проєкт «Зберігаймо спокій та готуйтесь до зими» впроваджується ГО «Ресурсний центр громадських ініціатив» за сприяння Програми розвитку ООН та фінансування Уряду Данії, наданого в межах Програми ООН із відновлення та розбудови миру.



[перейти до списку \(/news/?c=1\)](/news/?c=1)