

«I am» твоє ментальне здоров'я.

Благодійний фонд «I am» - це підтримка людей, які страждають на посттравматичний синдром внаслідок збройних конфліктів, стихійних лих, катастроф, аварій тощо.

«I am» допомагає тисячам українців на усі етапах життя - від дитинства до дорослого життя.

Наша команда складається з досвідчених спеціалістів з питань ментального здоров'я та фізичної реабілітації, які надають професійну підтримку та супровід в гострих життєвих ситуаціях, проводять лекції, навчання, видають просвітницьку літературу для населення, надають допомогу соціальним та медичним службам та органам охорони здоров'я, співпрацюють з міжнародними товариствами, приймають участь в гуманітарних програмах, поширюють інформацію у сфері ментального здоров'я для профілактики та запобіганню психічних хвороб населення, створюють сприятливий клімат для відновлення ментального здоров'я українців, збирають досвід подолання важких наслідків воєнних дій.

Благодійний фонд «I am» з 2015 року співпрацює з Волонтерською психологічною службою міста Одеса, реабілітаційним центром Святого Павла, фондом святої Катерини шляхом індивідуальної, групової роботи у режимі офлайн з внутрішньо переміщеними особами, військовими та членами їх родин.

З турботою про ментальне здоров'я громадян, постраждалих від збройної агресії Фондом було організовано поїздку до Херсона задля психологічної оцінки ситуації на територіях деокупації.

Для надання психологічної допомоги усім нужденним, Благодійним фондом «I am» було створено телеграм канал «Волонтерський психологічний супровід», за 100 днів якої було організовано групові зустрічі по протоколам стабілізації та опрацювання травматичних спогадів, додаткові за запитом онлайн-зустрічі 30 + 5 з приводу вибухів в Одесі , оприлюднення інформації з Бучі, ракетного обстріл вокзалу в Краматорську, створено семінари для психологів, навчання по методу 4x полів, групи з підтримки груп.

За останні півроку, Фондом було проведено більше 30ти індивідуальні роботи з військовими та членами їх сімей у рамках програми безкоштовної психологічної допомоги.

Команда Благодійного фонду «I am» стверджує: Турбота про ментальне здоров'я допомагає людині повністю реалізувати свій потенціал, гідно боротися з життєвими проблемами, продуктивно працювати та робити значний внесок у свою спільноту