



Перша допомога постраждалим від війни

Ми хочемо надати вам початкову підтримку, тому, сподіваємося, що наведена далі інформація допоможе вам подбати про себе та своє психічне здоров'я.

Первая помощь пострадавшим от войны

Приведенная ниже информация – это наша первая помощь для вас. Здесь мы рассказываем о том, как вы можете позаботиться о себе и своем психическом здоровье.

First aid for those affected by war

We hope the following information provides you with some initial support on self-care and your mental health.

Erste Hilfe für Betroffene vom Krieg

Mit diesen Informationen wollen wir dir eine erste Unterstützung geben, wie du auf dich und deine psychische Gesundheit achten kannst.

українською мовою
in ukrainischer Sprache



на русском языке
російською мовою
in russischer Sprache



in English language
англійською мовою
in englischer Sprache



in deutscher Sprache
німецькою мовою

