

# WE MIND

## Hulplijn voor psychische steun aan Oekraïense vluchtelingen



Oekraïense vluchtelingen die nood hebben aan psychische ondersteuning kunnen terecht op de gratis telefonische hulplijn van Solentra in hun taal.

### WAT?

Behalve een luisterend oor biedt een van onze hulpverleners, via een tolk, tips en oefeningen om stress te verminderen en de veerkracht aan te spreken.

### HOE WERKT HET?

·Contacteer de infolijn van Vluchtelingenwerk Vlaanderen (elke werkdag bereikbaar van 9u tot 12u30):

- Tel. Engels en Nederlands: 02 225 44 11
- Tel. Oekraïens: 02 225 44 21

·Je krijgt een afspraak met een van onze hulpverleners voor psychologische ondersteuning. Het gesprek verloopt in het Oekraïens (via een Oekraïense hulpverlener of via een tolk).

# WE MIND

## Hulplijn voor psychische steun aan Oekraïense vluchtelingen



Oekraïense vluchtelingen die nood hebben aan psychische ondersteuning kunnen terecht op de gratis telefonische hulplijn van Solentra in hun taal.

### WAT?

Behalve een luisterend oor biedt een van onze hulpverleners, via een tolk, tips en oefeningen om stress te verminderen en de veerkracht aan te spreken.

### HOE WERKT HET?

·Contacteer de infolijn van Vluchtelingenwerk Vlaanderen (elke werkdag bereikbaar van 9u tot 12u30):

- Tel. Engels en Nederlands: 02 225 44 11
- Tel. Oekraïens: 02 225 44 21

·Je krijgt een afspraak met een van onze hulpverleners voor psychologische ondersteuning. Het gesprek verloopt in het Oekraïens (via een Oekraïense hulpverlener of via een tolk).