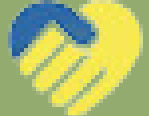


UA  MH

РІЧНИЙ ЗВІТ 2023

БЛАГОДІЙНИЙ ФОНД
МЕНТАЛЬНОГО
ЗДОРОВ'Я

UA Mental Help

WWW.UAMENTALHELP.ORG



ЗМІСТ

Основні Стратегічні Напрямки	3
Результати та досягнення 2023	7
Показники за 2023 рік	8
Фінансовий звіт за 2023 рік	13
Плани та цілі на 2024 рік	15
Контактна інформація	16



Місія та Стратегічні Цілі

Немає жодного українця, кого б не торкнулась війна.
Але важливо пам'ятати: за найтемнішою ніччю завжди приходить ранок.
І навіть в найскладніші часи є ті, хто прийде вам на допомогу.

- | | |
|------------|--|
| НАША МІСІЯ | Ми стоїмо на передовій боротьби за ментальне здоров'я нашої нації, прагнучи створити тепле і безпечне середовище, де кожен українець відчуває, що його емоційне благополуччя має вагу і значення. Наша місія — не лише надавати допомогу тим, хто потребує, але й усвідомлювати глибокий зміст самопідтримки та взаємопідтримки. |
| НАША МЕТА | Зробити ментальне здоров'я доступним і зрозумілим для кожного. Ми прагнемо, щоб українці відчували, що їхнє емоційне благополуччя є важливим і необхідним, і ми працюємо для того, щоб це стало нормою в нашій культурі. |
| НАША ВІЗІЯ | Створюємо світ, де кожна людина має право на емоційну підтримку, яка допомагає їй бути щасливою |



Напрямки діяльності

Психологічна допомога

Психологічна допомога та психосоціальна підтримка для українців. Ми працюємо з цивільним населенням, допомагаємо як дорослим і дітям.

Просвіта та психоедукація

Через освітній контент стимулюємо українців піклуватися про емоційне та психічне здоров'я та звернутися до психолога, якщо відчувають дискомфорт.

Спільнота

Ми будуємо в Україні спільноту небайдужих людей, проводимо групові зустрічі, на яких можна зустріти однодумців та отримати соціальну підтримку.

ЦІННОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ

Доступність:

- Ми віримо у доступність ментальної підтримки для кожної людини, незалежно від її становища чи соціального статусу

Інклюзія:

- Наша організація прагне об'єднувати та підтримувати всіх, незалежно від їхнього походження, релігії чи обставин.

Професійність:

- Ми високо цінуємо фахову експертизу наших спеціалістів та надаємо якісні послуги у галузі ментального здоров'я.

Відповідальність:

- Ми несемо відповідальність за наш внесок у сферу ментального здоров'я та прагнемо до створення позитивних змін у житті кожного.

Емпатія:

- Ми вбачаємо себе у ролі співрозмовника, який розуміє і співчуває, допомагаючи людям подолати емоційні труднощі.

Довіра:

- Довіра в основі наших відносин – від довіри бенефіціара до наших фахівців до внутрішньої довіри у команді.

Від засновниці Благодійного Фонду



Ольга Юдіна,
Засновниця БФ "UA Mental Help"

Наш фонд зосереджений на наданні важливої психологічної підтримки тим, хто її найбільше потребує. Ми активно працюємо, щоб створити довірливе середовище, де кожна людина може знайти необхідну допомогу.

Наші програми і ініціативи спрямовані на різноманітні групи, включаючи біженців, внутрішньо переміщених осіб, жертв війни, а також тих, хто стикнувся з наслідками насильства.

Ми віримо, що кожна індивідуальна історія успіху, кожна допомога, яку ми надаємо, - це крок до створення здорової громади. І ми продовжуємо працювати для того, щоб дарувати світло надії і підтримки тим, хто потребує цього найбільше.

Результати та Досягнення 2023

Протягом минулого року ми мали
прямий вплив на життя більше ніж
4700 осіб через цільову психологічну
підтримку та консультації.

Наші спеціалісти провели **1503
консультацій** через "гарячу лінію" та
11080 консультацій з психічного
здоров'я та психосоціальної підтримки.

Спеціалісти нашої фундації провели
велику кількість вебінарів та тренінгів
для понад **620 учасників**.



ПОКАЗНИКИ ЗА 2023 рік



Особи, які отримали
індивідуальну підтримку 3,130

Особи, які отримали підтримку
через "гарячу лінію" 766

Учасники вебінарів 620

Учасники груп самодопомоги 184

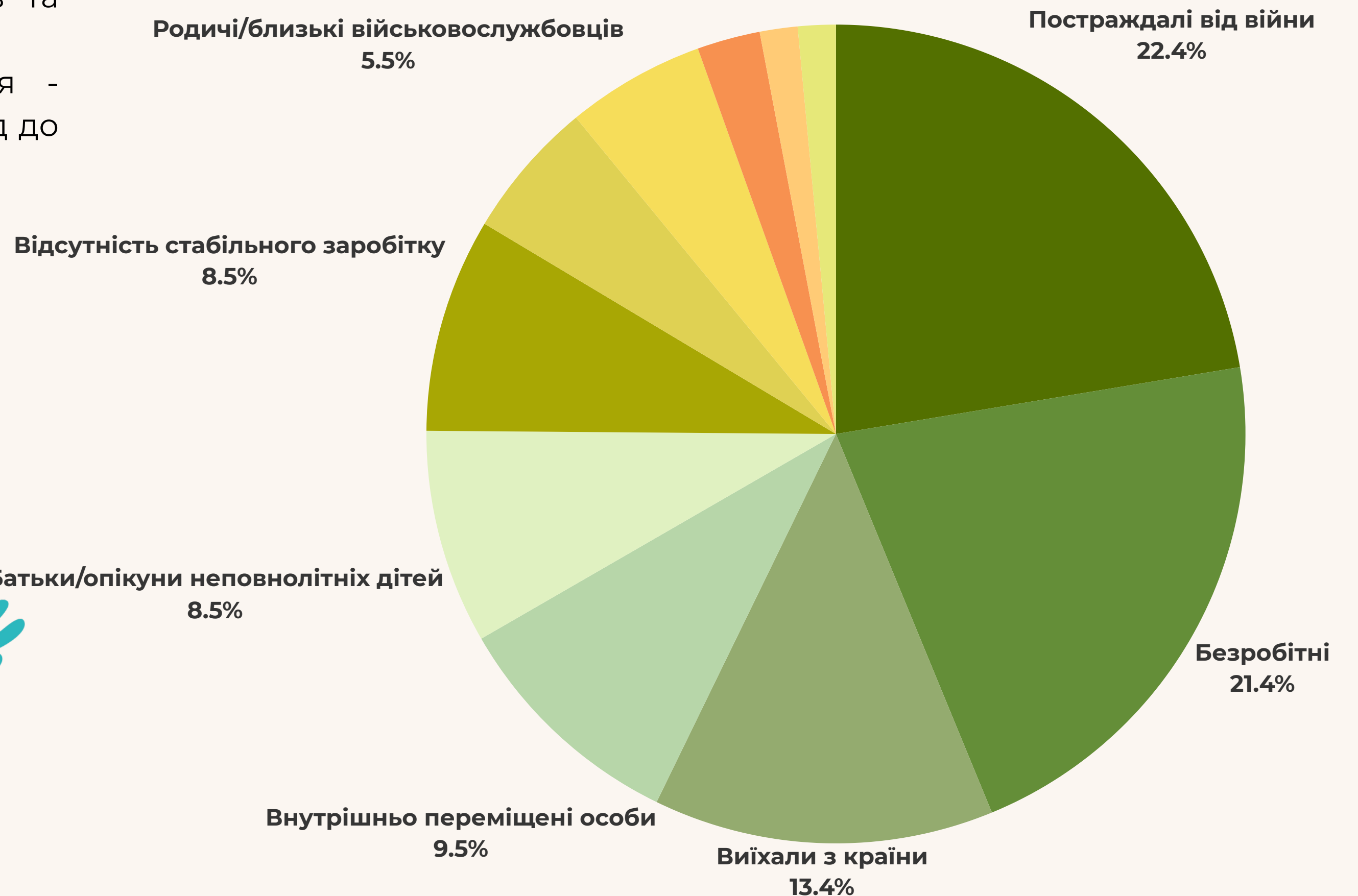
Загальна кількість
індивідуальних консультацій 11,582

Кількість підписників у
соціальних мережах 20,900

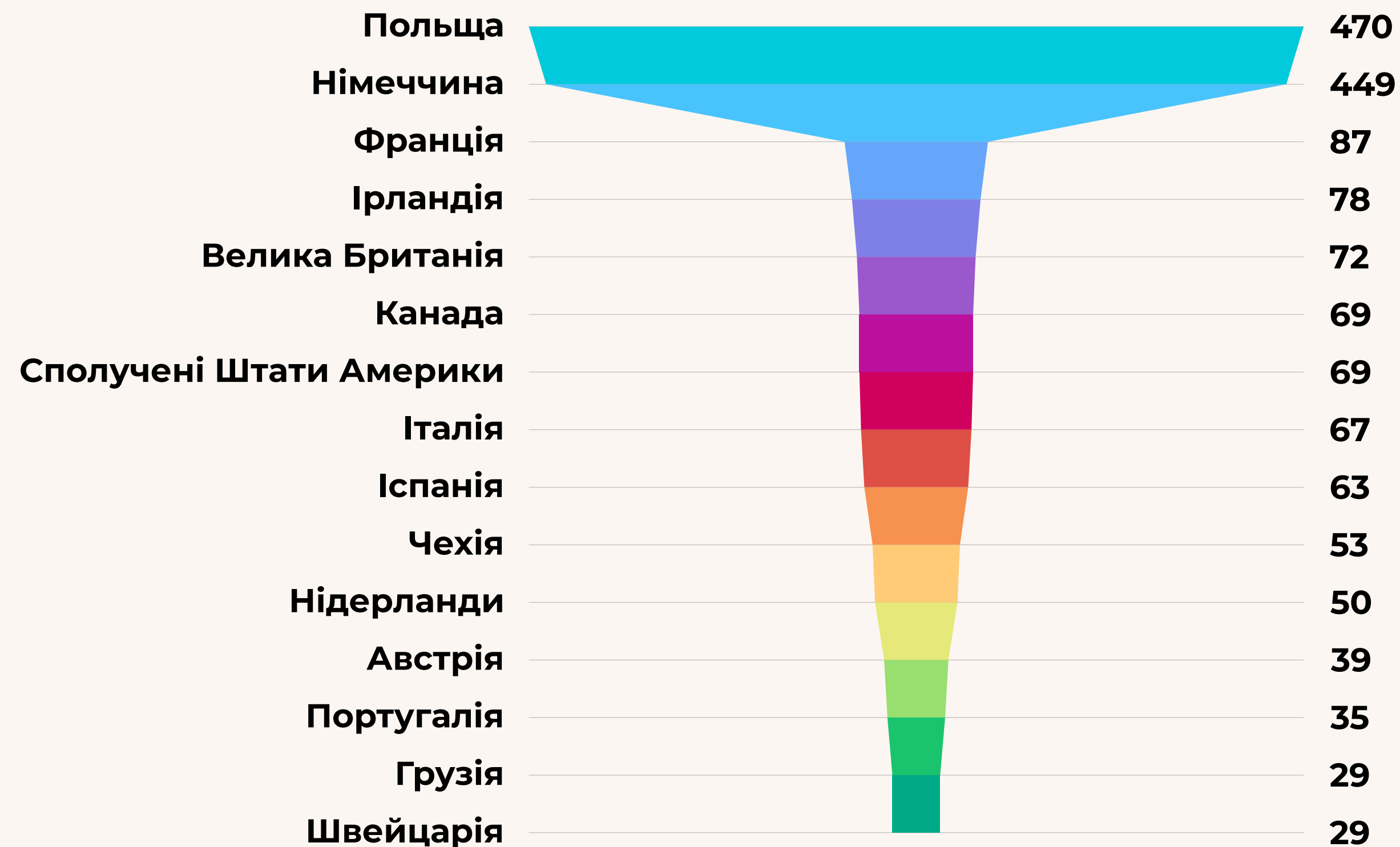
У 2023 році кількість наданих
консультацій збільшилась на 800%,
порівняно з попереднім роком

Охоплені вразливі групи населення

Фонд UA Mental Help є невід'ємною частиною життя різних категорій населення, зосереджуючись на забезпеченні психологічної підтримки тим, хто її потребує найбільше. Ми розширюємо наші напрями допомоги для осіб з інвалідністю, біженців, родичів та близьких військовослужбовців та інших вразливих груп. Для нас кожна історія, кожна ситуація - унікальна, і ми маємо індивідуальний підхід до кожного.



Охоплення за країнами

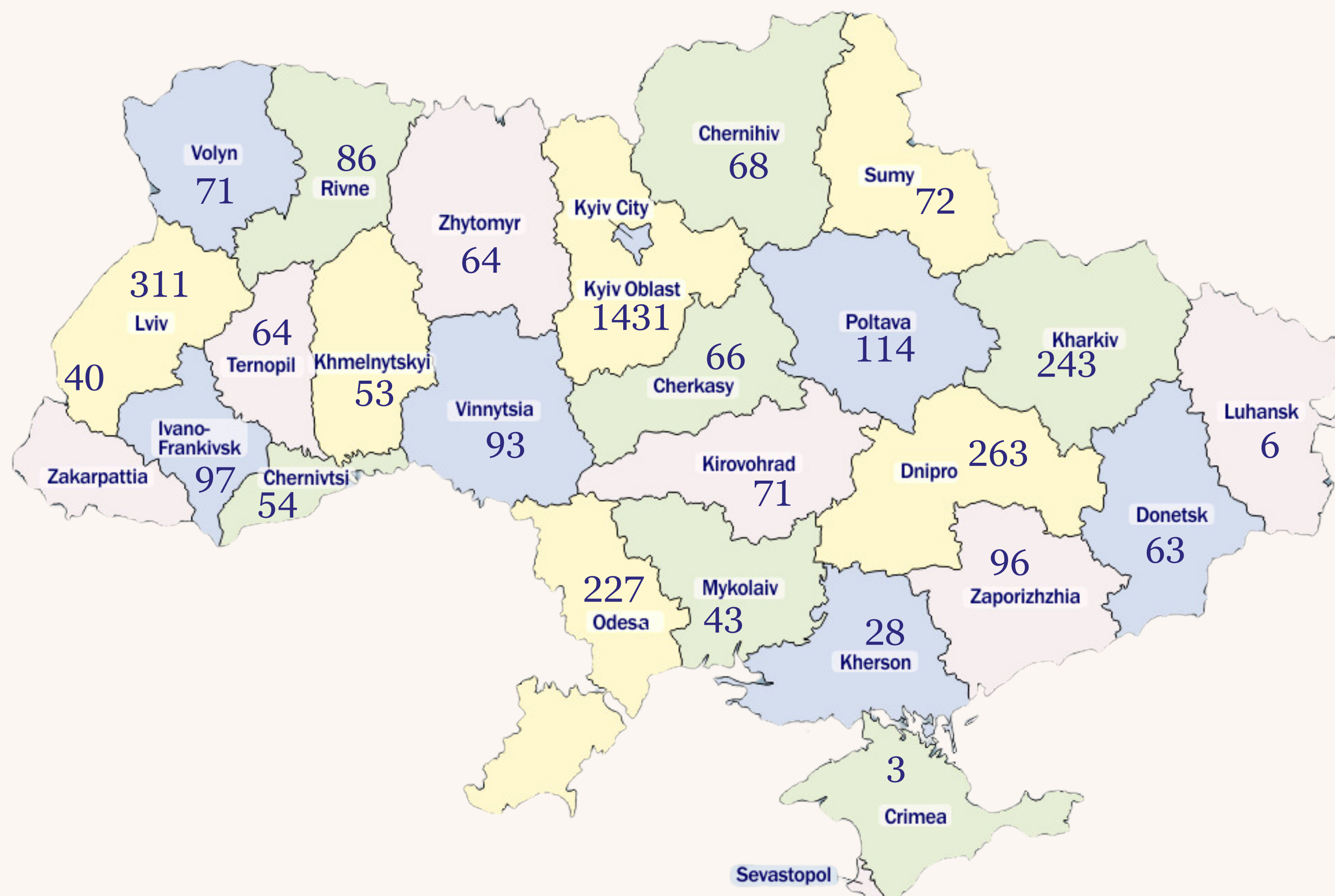


UA Mental Help піклується і про українців, які змушені залишити свої домівки через війну. Наша організація надає психологічну допомогу, консультування та підтримку для українців, які виїхали в інші країни, допомагаючи їм адаптуватися до нового середовища та інтегруватися в нові умови життя.

*На діаграмі зазначені показники кількості бенефіціарів по країнах світу, окрім України

Охоплення за областями

UA Mental Help - це допомога, що охоплює всю Україну. Ми надаємо психологічну підтримку в усіх областях, допомагаючи тим, хто шукає вихід з емоційних труднощів.



*На мапі зазначені показники кількості бенефіціарів по областях України



*Надання психологічної допомоги молоді -
це інвестиція у майбутнє нашої країни!*



**У 2023 році UA Mental Help із
партнерами Maybelline New York
запустили міжнародний проєкт
надання психологічної допомоги
молоді.**

Психологічна допомога молоді є ключовим елементом нашої роботи. Ми надаємо емоційну підтримку та допомагаємо молоді у формуванні особистості, адаптації до змін та зменшенні стигми щодо шукачів допомоги. Це допомагає профілактикувати психічні захворювання та покращувати загальне благополуччя молоді.

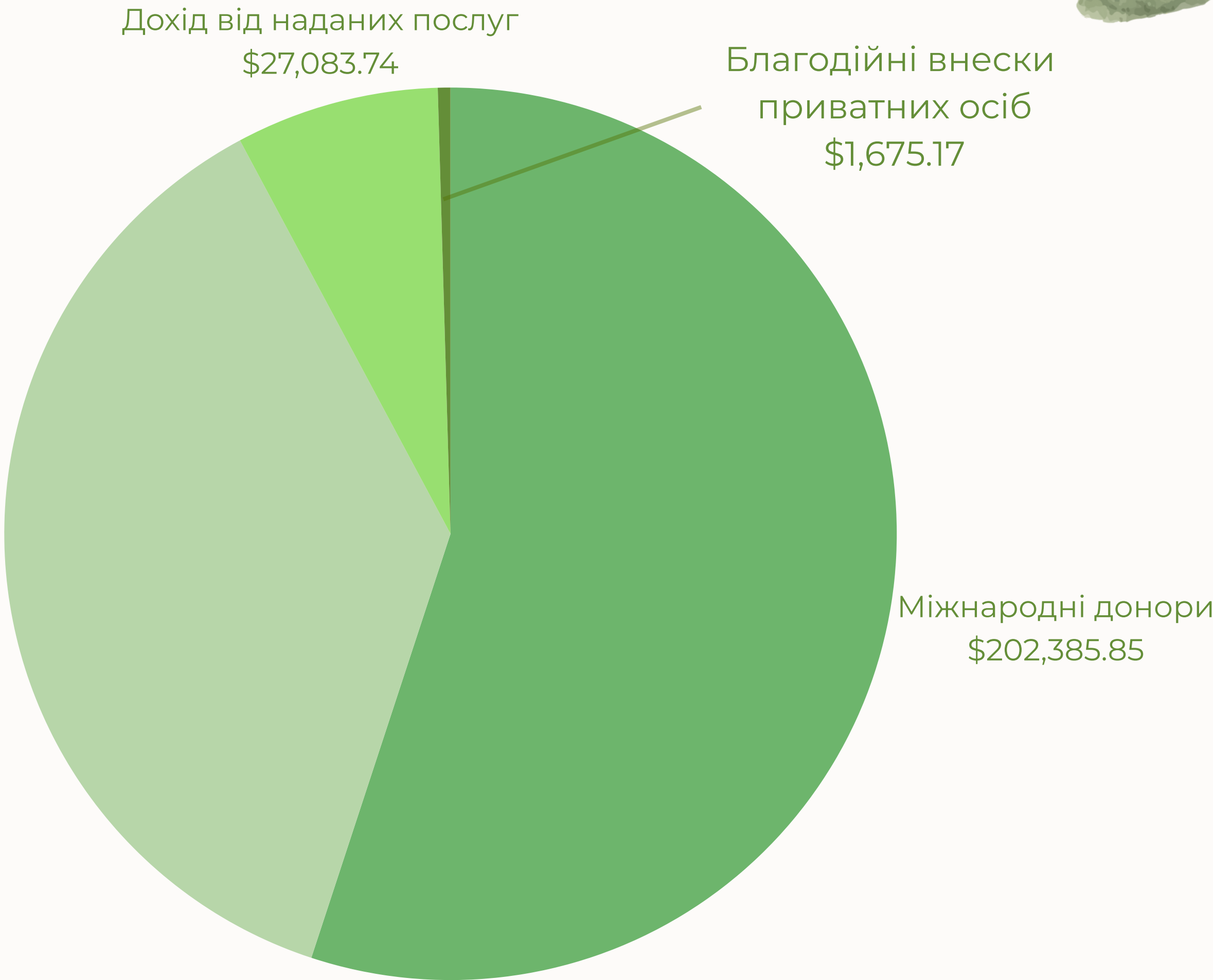
ФІНАНСОВИЙ ЗВІТ ЗА 2023

Залучені кошти

Наша Благодійна організація спирається на різноманітну підтримку для виконання своєї місії у сфері психічного здоров'я:

- Міжнародні донори: 55%
- Українські донори: 37.1%
- Дохід від послуг: 7.4%
- Благодійні внески від фізичних осіб: 0.5%

Завдяки цій різноманітній підтримці ми можемо вносити важливий внесок у сферу психічного здоров'я. Вдячні нашим донорам з усього світу та місцевим благодійникам за їхню важливу підтримку!



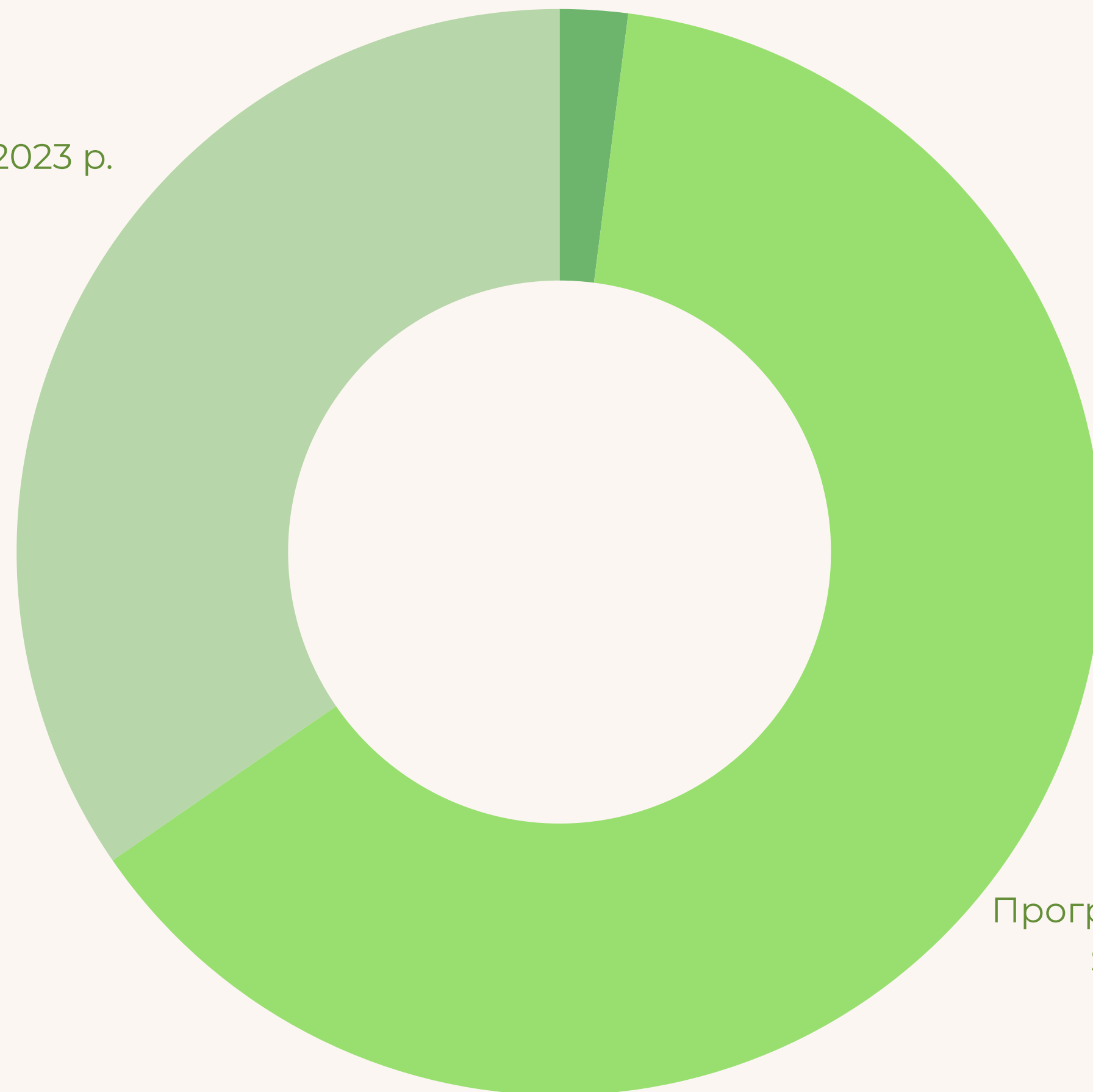
ФІНАНСОВИЙ ЗВІТ ЗА 2023

Витрати

Залишок на початок 2023 р.
\$127,238.24

Адміністративні витрати
\$7,433.51

Програмні активності
\$232,972.48



Перспективи на 2024 рік: Наші Майбутні Плани та Цілі

Онлайн-Сервіси 2024:

- 60,000 індивідуальних консультацій
- 200 сесій групової підтримки
- 10 груп самодопомоги для 300 осіб
- 30 вебінарів для 900 осіб

Програма Підтримки Ветеранів 2024:

- Інформаційна сторінка та ресурси
- Навчання 10 ветеранів проводити групи підтримки
- 100 сесій підтримки для 100 ветеранів
- Підготовка 50 держслужбовців у Київській області
- Підготовка 10 фахівців психічного здоров'я за методикою MBSR

Платформа для самостійної терапії для молоді:

- Запуск інтерактивної платформи для зменшення симптомів тривожності та депресії
- Онлайн-підтримка через чат психічного здоров'я

Центри Психічного Здоров'я:

- Відкриття двох центрів психічного здоров'я
- Отримання ліцензії для психіатричної допомоги



КОНТАКТНА ІНФОРМАЦІЯ “UA MENTAL HELP”

Дізнайтеся більше про UA Mental Help! Наша інформаційна брошура розкриває нашу місію, програми та як ми надаємо психологічну підтримку. Долучайтеся до нас у подорожі до ментального благополуччя та емоційного самопізнання: [Інформаційна Брошура](#)

Email: info@uamentalhelp.org

Phone number: [+380 44 334 3107](tel:+380443343107)



[Instagram](#)



[Facebook](#)



[LinkedIn](#)

