

Temat: To może być każdy z nas. Nie zostawiamy nikogo samego.

Pomóż nam rozwijać bezpłatne grupy wsparcia dla osób, którym dziś brakuje sił.

„Wszystko w porządku” – jak często tak mówimy, choć **nic nie jest w porządku**.

Chodzimy do pracy, robimy zakupy, troszczymy się o bliskich. A za zamkniętymi drzwiami mierzymy się z żałobą, samotnością albo wyczerpaniem, na które coraz trudniej znaleźć siłę.

W końcu przychodzi moment, kiedy najbardziej potrzebujemy powiedzieć komuś: **„Jest mi ciężko. Nie chcę już być z tym sam”**.

Tylko co zrobić, gdy nie mamy komu tego powiedzieć?

Jako Fundacja ADRA stworzyliśmy **GiveAndGetHelp.com, bezpłatną, anonimową platformę, na której prowadzimy grupy wsparcia**. Spotykają się tam ludzie zmagający się z różnymi problemami psychicznymi. Nie muszą znać swoich imion by dzielić się doświadczeniami i wspierać się nawzajem.

Ale żeby pomagać dalej, potrzebujemy Ciebie

Chcemy docierać do kolejnych osób, które dotąd ukrywały swój ból. Dlatego prowadzimy zbiórkę na utrzymanie i rozwój platformy oraz bezpłatnych, anonimowych grup wsparcia dla dorosłych. Twoja darowizna pomoże nam dbać o tę przestrzeń i udostępniać ją kolejnym potrzebującym bezpiecznie i bez przerwy.

Za tą prośbą stoi człowiek. Ktoś, kto właśnie stracił bliską osobę. Ktoś, komu zabrakło sił po miesiącach stresu. Ktoś, kto po raz pierwszy próbuje powiedzieć, że potrzebuje pomocy.

Każda wpłata działa jak koło ratunkowe rzucone komuś, kto stracił nadzieję.

Wesprzyj naszą zbiórkę <https://www.siepomaga.pl/pomoc-psychologiczna>

Wybierając inną formę wpłaty **koniecznie wpisz cel: Pomoc psychologiczna**

Nr konta: 49 1240 1994 1111 0010 3092 3882

BLIK na telefon: 535 585 254

Dziękujemy za Twoje zrozumienie i wsparcie.

Zespół Fundacji ADRA Polska