



SAFE PLACE



Save the Children

**ЗАСТОСУНОК ДЛЯ ДІТЕЙ ТА
МОЛОДІ, ЯКІ ВІДЧУВАЮТЬ
СТРЕС АБО ЗАНЕБУДЖЕННЯ
ПІСЛЯ ВАЖКОГО ДОСВІДУ**

SAFE PLACE — ЦЕ ЗАСТОСУНОК ДЛЯ ТЕБЕ, ЯКЩО ТИ ВІДЧУВАЄШ СТРЕС АБО СТУРБОВАНІСТЬ ПІСЛЯ ВАЖКОГО ДОСВІДУ.

Програма містить прості вправи, інформацію та взаємодію. Вона може допомогти тобі почувати себе краще, коли у тебе виникають тривожні думки чи емоції, ти відчуваєш напруженість і занепокоєння або маєш проблеми зі сном.

Safe Place є безкоштовним, анонімним і розробленим психологами Save the Children Sweden.

Дізнайтеся більше про Safe Place та завантажте його на www.rb.se/safeplace



Save the Children

