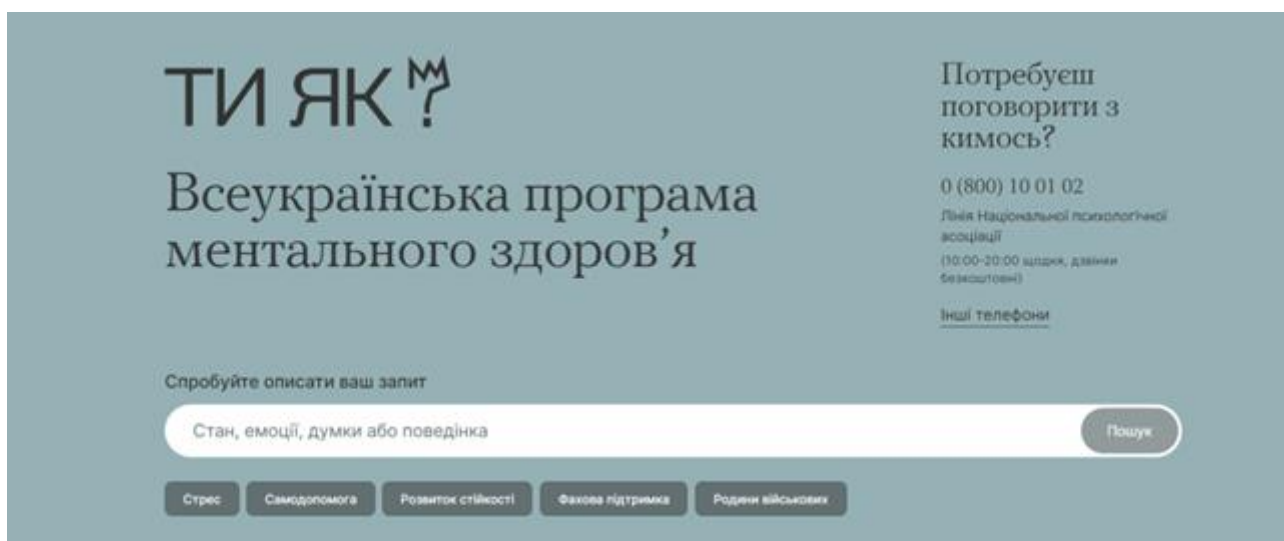


## “Ти як?” – Всеукраїнська програма ментального здоров’я за ініціативою Олени Зеленської

Ініційована першою леді України Оленою Зеленською, програма «Ти як?» спрямована на підтримку ментального здоров’я українців. Програма створена у співпраці з USAID та міжнародними партнерами й має на меті підтримати громадян, особливо в умовах кризи, спричиненої війною.

На сайті програми «Ти як?» можна знайти корисні ресурси для підтримки ментального здоров’я, включаючи поради щодо самопомоги, інформацію про вебінари, матеріали для психологічної стійкості, а також доступ до гарячих ліній та офлайн-послуг. Сайт пропонує інформацію про те, як долати стрес та зберігати емоційну рівновагу, особливо в складні періоди.

Дізнавайтесь більше на сайті <https://howareu.com/>



The image shows the homepage of the 'How are you?' website. The background is a muted teal color. At the top left, the text 'ТИ ЯК?' is displayed in a large, white, sans-serif font, with a small crown icon above the question mark. Below it, the text 'Всеукраїнська програма ментального здоров’я' is written in a smaller, white, sans-serif font. On the right side, there is a white text block that reads: 'Потребуєш поговорити з кимось?' followed by the phone number '0 (800) 10 01 02', the text 'Лінія Національної психологічної асоціації', and the hours '(10:00-20:00 щодня, дзвінки безкоштовні)'. Below this is a link for 'Інші телефони'. In the center, there is a white search bar with the placeholder text 'Спробуйте описати ваш запит' and 'Стан, емоції, думки або поведінка'. To the right of the search bar is a white button with the text 'Пошук'. Below the search bar are five dark teal buttons with white text: 'Стрес', 'Самопоміг', 'Розвиток стійкості', 'Фахова підтримка', and 'Родичи військових'.