



## **Poprawianie samopoczucia – M4Y**

**Przyłącz się. Bezpiecznie. Popraw sobie samopoczucie.**

### **Prosimy przyłączyć się!**

Poszukujemy kobiet – imigrantek i młodzieży, którzy mieli styczność z przemocą i doświadczyli znęcania się, aby mogli podzielić się swoimi własnymi doświadczeniami i technikami których używali, aby radzić sobie przed i w trakcie pandemii COVID-19. Jest to 5-letnia praca badawcza Vancouver & Lower Mainland Multicultural Family Support Services Society (Wielokulturowe usługi wspierania rodzinnego terenu Vancouver i Lower Mainland).

### **O co chodzi w tym badaniu?**

- Koncentracja na kobietach - imigrantkach i młodzieży (19-25) którzy doświadczyli przemocy i znęcania się (przemoc w rodzinie, przemoc partnera w związku, przemoc związana z płcią)
- Zrozumienie tego, jak doświadczyli pandemii COVID-19
- Podkreślanie ich technik radzenia sobie
- Stworzenie bezpłatnej, interaktywnej aplikacji (telefonicznej) opartej o tym co ludzie mówią nam, że im potrzeba

### **Od kogo mamy nadzieję coś usłyszeć?**

- Kobiety – imigrantki i młodzież, która identyfikuje się z jakąkolwiek płcią i którzy doświadczyli przemocy i znęcania się przed i podczas pandemii COVID-19
- Od chińskich, wschodnio-europejskich, filipińskich, perskich, południowo-azjatyckich oraz hiszpańskojęzycznych środowisk
- Osób, które mieszkają w dolinie rzeki Fraser , Okanagan, Metro Vancouver lub w regionach Southern Vancouver Island

### **Jak będzie wyglądać uczestnictwo?**

- Sesje w 4 grupach dyskusyjnych (focus groups) w ciągu 4 lat zaczynając w 2024
- 2-godzinne sesje będą osobiście lub online
- Pokryte koszty wymaganego transportu i opieki nad dziećmi

This project is funded by Public Safety Canada



Public Safety  
Canada

Sécurité publique  
Canada

Canada



### **Jakie są korzyści z uczestniczenia?**

- Przyłączenie się do innych w bezpiecznym środowisku
- Uczenie się jak bezpiecznie korzystać z internetu i używać narzędzi cyfrowych
- Otrzymanie informacji i źródeł na temat przemocy i znęcania się
- Upominki w formie gift cards z naszym podziękowaniem
- Uczestniczenie w lunchu z nami i przekąski (snacks)
- Pomoc nam w pomaganiu innym

### **Prosimy, przyłącz się!**

Po więcej informacji proszę napisać email do [m4y@vlmfss.ca](mailto:m4y@vlmfss.ca) lub zadzwonić do nas pod 604.436.1025 ext. 140

### **Kim jesteśmy**

Od 1991 Vancouver & Lower Mainland Multicultural Family Support Services Society dostarcza bezpiecznych, poufnych i kulturowo odpowiednich usług w ponad 24 językach dla kobiet i ich dzieci, których dotknęła przemoc w rodzinie.

### **Wyrażenie wdzięczności za ziemię**

VLMFSS z szacunkiem dziękuje za ziemię, na której żyjemy, pracujemy i bawimy się i która jest niezrzeszonym terytorium Coast Salish, dzielonym przez ludy (Nations) Musqueam, Squamish, Qayqayt, Katzie, Semiahmoo, Kwantlen i Tsleil-Waututh.

Jako agencja służąca imigrantom, uchodźcom i widocznym mniejszościom, oferujemy naszą solidarność i wsparcie w procesie szukania współpracy i partnerstwa ze wszystkimi ludźmi, podążając naszą wspólną drogą do Prawdy, Gojenia i Narodowego Pogodzenia

