Integracja




CAMBIANDO MIRADAS

Projekt
Mariya w Polsce

**STOWARZYSZENIE WSPIERANIA ROZWOJU KOMPETENCJI PONTES**

Warszawa
(Polska)

## Organizacja

Pontes

## Ich dobra praktyka polega na

Program **Mariya w Polsce** został uruchomiony w 2022 roku w odpowiedzi na sytuację ukraińskich kobiet uchodźczyń i ich rodzin. Jego celem jest wspieranie integracji społecznej, samodzielności i wzmacniania pozycji kobiet. Program obejmuje naukę języka polskiego i angielskiego, szkolenia zawodowe, mentoring, konsultacje wspierające stabilizację, działania psychoedukacyjne, tworzenie lokalnych społeczności oraz spotkania kulturalne.

## Na jaką potrzebę odpowiada?

Przeciwdziałanie izolacji, samotności i wyczerpaniu emocjonalnemu kobiet uchodźczyń, wspieranie ich integracji ze społeczeństwem polskim oraz zapobieganie polaryzacji społecznej między społecznościami przyjmującymi a migrantami. Projekt ma również na celu wspieranie powrotu kobiet na rynek pracy na stanowiskach odpowiadających ich umiejętnościom, kwalifikacjom i doświadczeniu zawodowemu.

## Jak to się rozwija

Projekt tworzy bezpieczne społeczności ukraińskich kobiet w kilku miastach, oferując naukę języka polskiego, mentoring, wsparcie psychologiczne i szkolenia zawodowe. Warsztaty kreatywne i arteterapia wspierają dobrostan emocjonalny, wzajemną pomoc oraz integrację społeczną i zawodową.

## Wyniki i wpływ

Uczestniczki deklarują poprawę dobrostanu psychicznego, odzyskanie nadziei i bardziej pozytywne spojrzenie w przyszłość. Odnotowano również postępy w zakresie zatrudnienia, poczucia własnej wartości, godności i sprawczości. Ponadto tworzenie nowych miejsc pracy dla osób z Ukrainy umożliwia im wspieranie i wzmacnianie innych członków ukraińskiej społeczności.

## Ocenianie i uczenie się

Relacje uczestniczek są zbierane na bieżąco, a na różnych etapach programu przeprowadzane są ankiety ewaluacyjne zawierające te same pytania, aby ocenić skuteczność działań i ich wpływ na różne obszary życia uczestniczek. Udział w programie jest bezpłatny.

## Więcej informacji

www.pontes.org.pl/en/mariya-in-poland

FUNDACIÓN SENARA

Dobre praktyki | Cambiando Miradas 2026
© 2026 Fundación Senara obra bajo licencia | CC BY-NC-ND 4.0

Financiado por:
GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO Y AGENDA 2030
POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL