

## Find rådgivning i forbindelse med krigen i Ukraine

RådgivningsDanmark giver her et overblik over rådgivningstilbud, der støtter og rådgiver:

- Ukrainske flygtninge i Danmark
- Danskere, som oplever angst i forbindelse med krigen i Ukraine
- Værtsfamilier, som huser flygtninge.

### Rådgivning til ukrainske flygtninge

Nedenstående tilbud beskriver på deres hjemmeside, hvordan de kan støtte ukrainske flygtninge, som er kommet til Danmark:

- **Børns Vilkår** tilbyder rådgivning på ukrainsk for børn i [BørneTelefonen](#), for unge i onlinerådgivningen [HØRT](#) og for forældre i [ForældreTelefonen](#). Derudover har ukrainske børn og unge også mulighed for at få en bisidder fra Børns Vilkår (henvisning sker via børnetelefonen).
- **Dansk Flygtningehjælp** tilbyder psykosocial støtte på ukrainsk i deres [telefonrådgivning](#). Tilbuddet henvender sig både til børn, unge og voksne.
- **Røde Kors** har en [hjælpelinje på telefon og Whats App](#), som besvares på engelsk og ukrainsk. Her kan man også få information om Røde Kors' øvrige tiltag målrettet ukrainske flygtninge.
- **LGBT asylum** tilbyder [rådgivning og støtte](#) til LGBT+ flygtninge, der søger asyl eller har ophold som flygtninge. Rådgivningen foregår på engelsk, men foreningen kan skaffe tolke på de fleste sprog.
- **Kræftens Bekæmpelse** tilbyder information og [rådgivning](#) til personer, som er berørt af kræft. Rådgivningen kan foregå på engelsk, men tilbyder også at finde en tolk.
- **Alle regioner** tilbyder rådgivning og hjælp målrettet ukrainske flygtninge. Her kan henvises til den region, som flygtningen er bosat i hhv. [Region Hovedstaden](#), [Region Sjælland](#), [Region Syddjylland](#), [Region Midtjylland](#) og [Region Nordjylland](#).
- **Myndighederne** har også en [hjemmeside](#) med information fra myndighederne til ukrainske flygtninge, som er på ukrainsk.
- **Mange kommuner** har desuden hjemmesider, som beskriver den støtte og hjælp, de giver til flygtninge, samt links til lokale foreninger, organisationer og frivilligcentre.

Der findes desuden en række rådgivningstilbud, som kan hjælpe med problematikker, som på et tidspunkt kan blive relevante for ukrainere i Danmark så som ensomhed, integration, hjemløshed, økonomi mv. Find disse tilbud på [RådgivningsPortalen](#).

### Rådgivning til danskere, som oplever angst på grund af krigen

Mange rådgivningstilbud yder støtte og vejledning til personer med forskellige psykiske lidelser. Nedenstående tilbud er udvalgt, fordi de enten selv nævner, at de støtter personer, som bliver påvirket af krigen, eller fordi de specifikt beskæftiger sig med angst:

- **Psykiatrifonden** tilbyder i sin [rådgivning](#) støtte til mennesker, som oplever reaktiveret eller nyopstået angst i forbindelse med krigen i Ukraine. Det er desuden muligt at få rådgivning på engelsk.

- **SIND** tilbyder [landsdækkende telefonrådgivning](#) til mennesker, som oplever svære tanker i forbindelse med situationen i Ukraine og til deres pårørende.
- **Angstforeningen** tilbyder også hjælp i deres [rådgivning](#) til mennesker, som selv oplever angst eller er pårørende, lærer eller lignende til en person, som har angst.

Bliver man kontaktet af personer, som har brug for støtte i forbindelse med tilstedende problematikker som f.eks. depression, pårørende rådgivning eller lignende, kan man finde flere rådgivningstilbud, der kan hjælpe med dette på [RådgivningsPortalen](#).

## Rådgivning til personer, der giver husly til ukrainske flygtninge

Her kan personer, som giver husly til flygtninge blandt andet søge råd og vejledning:

- **Børns Vilkår** tilbyder rådgivning til fagpersoner og familier, som har flygtninge boende. De kan kontakte [Fagtelefonen](#), hvis de har brug for råd og vejledning i forhold til flygtningebørn og familier. Rådgivningen vil foregå på dansk.
- **Dansk Flygtningehjælp** har samlet [praktisk information](#) til mennesker, som gerne vil huse flygtninge.
- **Borger.dk** har relevant information til borgere, som giver ukrainske flygtninge husly. Det drejer sig f.eks. om konsekvenserne for ens [pension som enlig](#), [familieydelse som enlig](#), [varmetillæg](#) og [boligstøtte](#).