

# Yellow Blue 2024 | International Online Event

Dedicated to Healing Strategies amidst Trauma  
And Mental Health Recovery of Ukraine  
As part of the global effort to sustain PEACE

**Host:** NGO Ukrainian Psychology Center THE SOUL  
**Partners:** Elisabeth Kübler-Ross Foundation, World Consciousness Alliance, Renovaré Pte Ltd, Solve n+1, Dr. Katie Eastman, Best Ever You Academy  
**Guests of Honor:** Dr Danny Ng (Singapore), Santosh Govindaraju (USA)  
International host and facilitator: Dr. Katie Eastman (USA)  
**Ukrainian hosts:** Mariya Vynnytska and Olexandra Shymanova (THE SOUL)

## WHEN?

December 07, 2024/ Saturday

**Time:** 7:00 pm EET / 6:00 pm CET / 12:00 pm ET

**Duration:** 2 hours

**In the program, EET is indicated**



Join us to celebrate Ukrainian stories of hope and compassion across the globe



December 7, 2024  
7 PM (EET), 6 PM (CET), 12 PM (ET)



This event is dedicated to mental health in Ukraine and pre-Christmas spirit of renewal



[www.ukrainiancircle.com.ua](http://www.ukrainiancircle.com.ua)

Time	Program	Speaker	Details
6:45 - 7:00 pm	Bring a cup of tea and make yourself comfortable	Candles and music: <ul style="list-style-type: none"> <li>To remember those who gave their lives for peace</li> <li>A symbol of light and hope</li> </ul>	We believe in miracles and restoration of the soul, the healing power of human relationships, global compassion, community and kindness
7:00 - 7:05 pm	Welcoming words and introduction to the event	Psychology Center THE SOUL: Co-founders of the NGO: <b>Mariya Vynnytska</b> and <b>Olexandra Shymanova</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Purpose and flow of the event</li> <li>Tech aspects and translation</li> </ul>
7:05 - 7:30 pm	About the work of THE SOUL and mental health recovery program UKRAINIAN CIRCLE	Psychology Center THE SOUL: <b>Mariya Vynnytska</b> and <b>Olexandra Shymanova</b> (Ukraine)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Who are we?</li> <li>The context of Ukraine</li> <li>Why we do what we do</li> <li>What we do and strive to achieve</li> <li>How we do our work serving others</li> </ul>
7:30 - 7:40 pm	Testimonials from the participants of Ukrainian Circle (UC) 2023-2024	<b>Alyona Kaporina</b> , a film-maker, participated in UC 2023 and 2024 <b>Alla Shvets</b> , a lawyer and manager, participated in UC 2023 and 2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>"Personal losses and gains: how the war changed my life and where it was possible to find support?"</li> <li>Can the dreams be fulfilled during the war?</li> </ul>
7:40 - 7:50 pm	Loss, change and growth: a compassionate community as a path for healing	<b>Dr. Katie Eastman</b> , Executive Coach, Speaker, Author, and Consultant; Clinical advisor and mentor of THE SOUL (USA)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mental health support of Ukraine: why it matters?</li> <li>Research and practice of post-traumatic growth</li> <li>How and why did I get involved in the work of THE SOUL?</li> <li>An inspiring story of the Quilt created by Cathy Berk</li> </ul>
7:50 - 8:00 pm	Discovering rainbows in our storms in life	<b>Danny NG</b> , Clinical Psychologist, Director of Renovaré Pte Ltd (Singapore)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Why are we here?</li> <li>Transformation through THE SOUL Project</li> <li>Holding onto light and hope in difficult times and a journey of faith</li> </ul>
8:00 - 8:10 pm	Ukraine and mental health: supporting people going through trauma and their hope for the future	<b>Santosh Govindaraju</b> , Producer and Philanthropist, World Consciousness Alliance (USA / India)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ukraine and THE SOUL; why did I get involved?</li> <li>Supporting Ukrainian Circle and the role of mental health amidst the war</li> <li>The Impact of trauma on human potential - inspiring stories and insights from India</li> </ul>
8:10 - 8:20 pm	The Power of Community: "Ubuntu: I Am Because You Are"	Psychology Center THE SOUL: <b>Mariya Vynnytska</b> and <b>Olexandra Shymanova</b> (Ukraine)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Words of gratitude and the formula of impact</li> <li>"3 circles of compassion" and the ripple effect of healing and care</li> </ul>





Time	Program	Speaker	Details
8:20 - 8:25 pm	Testimonial from the participant and trainer of Ukrainian Circle 2024	<b>Polyna Trofymnko</b> , Financial Consultant and Certified USAID Trainer on Financial Literacy	<ul style="list-style-type: none"> <li>Transformation and psychological support in wartime; the role of the Ukrainian Circle community</li> </ul>
8:25 - 8:30 pm	Parents and children amidst the war: difficult questions and sources of strength	<b>Anna Zhyravlyova</b> , Psychologist of THE SOUL specializing in working with partners, children, and educators	<ul style="list-style-type: none"> <li>Personal testimony and journey from a participant of the UC 2023 to becoming a psychologist of UC 2024</li> <li>Ukrainian Circle as a place for connection and restoration</li> </ul>
8:30 - 8:35 pm	Family life in Ukraine during the War - even in the darkest times there is light	<b>Yana Druzko</b> , Program Manager of THE SOUL and Ukrainian Circle 2024, a mother with 5 children living in Ukraine	<ul style="list-style-type: none"> <li>Personal testimony and story</li> <li>Fatigue and daily challenges, the sources of hope and strength</li> <li>Ukrainian Circle as a healing place</li> </ul>
8:35 - 8:45 pm	The Heartbeat of Resilience: Ukrainian Arts and Culture as a Source of Strength	Psychology Center THE SOUL: <b>Olexandra Shymanova</b> (Ukraine)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stories and themes in Ukrainian Art</li> <li>Challenges Ukrainian artists, poets, and writers faced throughout history</li> <li>Art as Armor: Ukrainian Creators in the Struggle for Life and Identity</li> </ul>
8:45 - 8:50 pm	WebNav: Technology as a Lifeline for Humanity in Crisis	<b>Seatan Gras</b> , Founder/CEO SURF Incubator (USA)	<ul style="list-style-type: none"> <li>The story of WebNav and its potential</li> <li>Navigating Crises with WebNav: A Digital Partner for Humanitarian Aid</li> <li>Tech with Heart: Developing WebNav to Empower Ukrainians in Times of Need / Ukrainian Circle and WebNav</li> </ul>
8:50 - 9:05 pm	Panel discussion Group sharing	Moderator: <b>Dr. Katie Eastman</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Is there anything that inspired you and touched your heart?</li> <li>Do you have any ideas or recommendations for THE SOUL?</li> <li>If anything was possible, what would the future of this work look like? In 2025 and beyond...</li> </ul>
9:05 - 9:10 pm	The words of gratitude Closing remarks	Psychology Center THE SOUL: <b>Mariya Vynnytska</b> and <b>Olexandra Shymanova</b> (Ukraine)	<ul style="list-style-type: none"> <li><i>Words of Gratitude</i></li> <li>Merry Christmas and Happy New Year!</li> </ul>

## SUPPORT OUR WORK



We would like to express our **special gratitude to Ms. Cathy Berk**, a US citizen, who created the quilt for peace and recovery of Ukraine. This beautiful quilt made the project of Ukrainian Circle 2024 possible. We are also sincerely grateful to Dr. Katie Eastman, an executive coach and our clinical supervisor from the USA, thanks to whom the quilt was given to the Center. We are very grateful to a dear friend of THE SOUL, Danny Ng, a Director of Renovaré Pte Ltd in Singapore, who enabled the funding for the Quilt and this Project.

And a special thanks to Santosh Govindaraju. With his support, the Ukrainian Circle was founded in 2023 and he is generously supporting humanitarian, educational and socially impactful efforts for Ukraine.

# Yellow Blue 2024 | Міжнародний Онлайн-Захід

Присвячено стратегіям зцілення після травми та відновленню ментального здоров'я України  
У рамках глобальних зусиль задля підтримки МИРУ

**Організатор:** ГО Український Психологічний Центр THE SOUL  
**Партнери:** Фонд Елізабет Кюблер-Росс, World Consciousness Alliance, Renovaré Pte Ltd, Solve n+1, Dr. Ketі Істман, Best Ever You Academy  
**Почесні гості:** Dr. Денні Нг (Сінгапур), Сантош Говіндараджу (США)  
**Міжнародний ведучий і модератор:** Dr. Кеті Істман (США)  
**Українські ведучі:** Марія Винницька та Олександра Шиманова (THE SOUL)

## КОЛИ?

7 грудня 2024 року / Субота

**Час:** 19:00 за київським часом (EET) / 18:00 CET / 12:00 ET

**Тривалість:** 2 години

Програма зазначена за київським часом (EET).

Yellow Blue THE SOUL  
psychology center

Join us to celebrate Ukrainian stories of  
hope and compassion across the globe



December 7, 2024  
7 PM (EET), 6 PM (CET), 12 PM (ET)



This event is dedicated to mental health in  
Ukraine and pre-Christmas spirit of renewal



[www.ukrainiancircle.com.ua](http://www.ukrainiancircle.com.ua)

Час	Програма	Спікер	Деталі
18:45 - 19:00	Візьміть чашку чаю та розташуйтеся зручно	Свічки та музика: <ul style="list-style-type: none"><li>Вшанування пам'яті тих, хто віддав життя за мир</li><li>Символ світла та надії</li></ul>	Ми віримо у дива, відновлення душі та силу людських стосунків і віри
19:00 - 19:05	Вітальне слово та вступ до заходу	<b>Марія Винницька та Олександра Шиманова</b> (ГО THE SOUL)	<ul style="list-style-type: none"><li>Мета та структура заходу</li><li>Технічні аспекти та переклад</li></ul>
19:05 - 19:30	Про діяльність THE SOUL та програму відновлення "УКРАЇНСЬКЕ КОЛО"	<b>Марія Винницька та Олександра Шиманова</b> (Україна)	<ul style="list-style-type: none"><li>Хто ми?</li><li>Контекст України</li><li>Чому ми робимо те, що робимо</li><li>Що ми прагнемо досягти</li></ul>
19:30 - 19:40	Відгуки учасників програми "УКРАЇНСЬКЕ КОЛО" 2023-2024	<b>Альона Капоріна</b> (кінорежисерка) <b>Алла Швець</b> (юристка та менеджерка)	<ul style="list-style-type: none"><li>"Особисті втрати та здобутки: як війна змінила моє життя і де я змогла знайти підтримку?"</li><li>Чи можливо здійснити мрії під час війни?</li></ul>
19:40 - 19:50	Втрата, зміни та зростання: співчутлива спільнота як шлях до зцілення	<b>Dr. Кеті Істман</b> (США)	<ul style="list-style-type: none"><li>Чому підтримка ментального здоров'я України важлива?</li><li>Практика та дослідження посттравматичного зростання</li><li>Натхненна історія ковдри від Cathy Berk</li></ul>
19:50 - 20:00	Знаходячи райдуги у штормах життя	<b>Dr. Денні Енг</b> (Сінгапур)	<ul style="list-style-type: none"><li>Навіщо ми тут?</li><li>Трансформація через проєкт THE SOUL</li><li>Подорож віри та надія в складні часи</li></ul>
20:00 - 20:10	Україна та ментальне здоров'я: підтримка людей, що проходять через травми, і їхня надія на майбутнє	<b>Сантош Говіндараджу</b> (США / Індія)	<ul style="list-style-type: none"><li>Чому я долучився до THE SOUL?</li><li>Підтримка Ukrainian Circle</li><li>Вплив травми на людський потенціал: надихаючі історії з Індії</li></ul>
20:10 - 20:20	Сила спільноти: "Убунту: я існую, бо існуєш ти"	<b>Марія Винницька та Олександра Шиманова</b> (Україна)	<ul style="list-style-type: none"><li>Формула впливу та слова вдячності</li><li>"Три кола співчуття" та ефект хвиль зцілення і турботи</li></ul>





Час	Програма	Спікер	Деталі
20:20 - 20:25	Відгук учасниці та тренерки УКРАЇНСЬКЕ КОЛО 2024	<b>Поліна Трофименко</b> (фінансовий консультант та сертифікована тренерка з фінансової грамотності)	<ul style="list-style-type: none"><li>Роль спільноти "УКРАЇНСЬКЕ КОЛО" у підтримці та відновленні</li></ul>
20:25 - 20:30	Батьки та діти під час війни: складні питання та джерела сили	<b>Анна Журавльова</b> (психологиня THE SOUL)	<ul style="list-style-type: none"><li>Особистий шлях від учасниці УКРАЇНСЬКОГО КОЛА 2023 до психолога проекту у 2024</li><li>УКРАЇНСЬКЕ КОЛО як місце для відновлення</li></ul>
20:30 - 20:35	Сімейне життя в Україні під час війни	<b>Яна Дружко</b> (менеджерка програми THE SOUL, мати п'ятьох дітей)	<ul style="list-style-type: none"><li>Особиста історія</li><li>Втома та виклики, джерела надії та сили</li></ul>
20:35 - 20:45	Серцебиття стійкості: українське мистецтво та культура як джерело сили	<b>Олександра Шиманова</b> (Україна)	<ul style="list-style-type: none"><li>Виклики українських митців та поетів</li><li>Мистецтво як зброя у боротьбі за життя та ідентичність</li></ul>
20:45 - 20:50	WebNav: технологія як рятівний круг для людства під час криз	<b>Сітен Грас</b> (США)	<ul style="list-style-type: none"><li>Історія WebNav та його потенціал</li><li>Технології з серцем: допомога українцям під час кризи</li></ul>
20:50 - 21:05	Панельна дискусія	Модератор: <b>Dr. Кеті Істман (США)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Що вас надихнуло?</li><li>Ваші ідеї та побажання для THE SOUL?</li><li>Яким ви бачите майбутнє цієї роботи у 2025 році і надалі?</li></ul>
21:05 - 21:10	Слова подяки та завершення	<b>Марія Винницька</b> та <b>Олександра Шиманова</b> (Україна)	<ul style="list-style-type: none"><li>Подяка</li><li>З Різдвом Христовим і Новим Роком!</li></ul>



## ПІДТРИМАТИ РОБОТУ ЦЕНТРА



Ми хочемо висловити **особливу вдячність пані Кейсі Берк**, громадянці США, яка створила ковдру миру та відновлення для України. Саме ця ковдра уможливила підтримку Українського Коло 2024. І ми також щиро вдячні професорці Кейті Істман, психологині зі США, завдяки якій ковдра була передана Центру, та великому другу THE SOUL, панові Дені Енг із Сінгапуру, завдяки кому фінансування цього проекту стало можливим.

Ми також вдячні пану Сантошу Говіндараджу, завдяки кому було започатковане Українське Коло і хто підтримує гуманітарні, освітні та соціальні проекти для України.