UNO STUDIO DI ADORÉE · 2026



Restart.

Sfide e saggezza silenziosa per le donne ucraine che costruiscono una nuova vita in Europa.

Arnaud Devigne

FONDATORE · EU4UA.ORG E ADORÉE · CLUBADOREE.COM

UNA NOTA DELL'AUTORE

Perché esiste questo studio.

Alla fine di febbraio 2022, nei primissimi giorni dell'invasione su vasta scala dell'Ucraina da parte della Russia, ho fondato EU4UA.org. Quella che era nata come una piccola piattaforma per mettere in contatto famiglie ospitanti europee con donne ucraine in cerca di sicurezza è diventata qualcosa di più grande: una rete grazie alla quale oltre 40.000 donne hanno ricostruito il primo capitolo della loro vita europea.

Quattro anni dopo, qualcosa è cambiato. Le donne con cui parlavo nel 2022 erano concentrate su una sola cosa: sopravvivere. Le donne con cui parlo oggi sono concentrate su tutt'altro: vivere. Trovare un lavoro che valorizzi le loro vere competenze. Padroneggiare una terza o una quarta lingua. Crescere figli il cui accento non è più il loro. E, molto in silenzio, cominciare a chiedersi se hanno il diritto di sentirsi di nuovo pienamente vive. Se hanno il diritto di amare di nuovo.

Questo documento si basa su due fonti. La prima è la letteratura istituzionale sull'esodo ucraino: UNHCR, OCSE, agenzie dell'UE e studi sottoposti a revisione paritaria pubblicati tra il 2022 e il 2026. La seconda è più vicina: un'indagine su 215 donne ucraine stabilite in 18 paesi europei, che ho condotto con la comunità EU4UA nella primavera del 2026.

Non sono un sociologo e non sono un terapeuta. Quello che ho è una domanda che continuo a sentire e un filo comune nelle risposte. Questo studio è il mio tentativo di condividere ciò che ho imparato, in sette capitoli: uno per ciascun grande terreno che a una donna ucraina in Europa viene chiesto di attraversare contemporaneamente.

Spero che vi sia utile. Se non lo è, mettetelo da parte. Non dovete la vostra attenzione a nessuno, tanto meno a me.

— Arnaud Devigne, maggio 2026

IL CONTESTO

La rivoluzione silenziosa in cifre.

I numeri senza volti si dimenticano facilmente; i volti senza numeri si sottovalutano facilmente. Servono entrambi.

5,9 mln

rifugiati ucraini registrati nel mondo all'inizio del 2026: la più grande crisi di sfollamento in Europa dalla Seconda guerra mondiale.

76%

di chi fugge dalla guerra sono donne e bambini. Questa dimensione di genere dell'esodo non ha precedenti nella storia europea moderna.

90%

dei rifugiati ucraini nel mondo è oggi accolto in paesi europei. Germania e Polonia da sole ne ospitano oltre 2,2 milioni.

57%

dei rifugiati ucraini tra 20 e 64 anni in Europa lavora: ancora 22 punti percentuali sotto i cittadini del paese ospitante.

40%+

delle rifugiate ucraine intervistate ha una laurea magistrale o un titolo superiore: ben oltre la media UE delle popolazioni migranti.

60%

dei rifugiati occupati dichiara di lavorare al di sotto della propria reale qualifica. Il sottoimpiego è il costo silenzioso dell'esodo.

LA NOSTRA INDAGINE

Che cosa ci hanno detto 215 donne.

Tra marzo e maggio 2026, 215 donne ucraine in 18 paesi europei hanno risposto a un questionario approfondito diffuso attraverso la comunità EU4UA.

DOVE VIVONO

I cinque gruppi più numerosi sono in Germania (18%), Francia (13%), Polonia (10%), Regno Unito (9%) e Spagna (7%), ma i paesi europei rappresentati sono 18.

LAVORO

Il 36% ha un lavoro stabile. Il 29% cerca ancora. Il 16% lavora con contratti a termine. Nel complesso, più di quattro intervistate su cinque sono attive sul mercato del lavoro, ma la stabilità resta disomogenea.

FIGLI

Il 54% ha almeno un figlio a carico. Il 20% ne ha due o più. Crescere i figli da sole, spesso a cavallo di più confini, è la struttura familiare prevalente.

SITUAZIONE PERSONALE

Il 48% ha una relazione. Il 52% no. Tra chi non ce l'ha, solo il 25% cerca attivamente; le altre si prendono tempo, stanno guarendo o non sanno ancora.

APP DI INCONTRI

L'87% non usa attivamente app di incontri. Tra chi le ha provate, il 32% indica come delusione principale il fatto che gli uomini non cercassero una relazione seria. Soddisfazione media: 2,8 su 5.

CHE COSA CONTA IN UN PARTNER

Prima la stabilità e la sicurezza (68%), poi il rispetto e la gentilezza (54%) e l'impegno (48%). Apertura culturale e progetti familiari comuni vengono dopo, ma non mancano mai.

CAPITOLO 01

Dove vi trovate.

La geografia non è più una questione di distanza. È una questione di quale vita siete disposte a costruire adesso, sapendo che la versione che immaginavate tre anni fa non è più l'unica possibile.

Secondo l'UNHCR, nel 2026 le maggiori comunità di rifugiati ucraini si trovano in Germania (~1,2 mln), Polonia (~1 mln), Repubblica Ceca, Regno Unito, Spagna e Italia. Il paese in cui siete fuggite potrebbe non essere quello a cui appartenete nel lungo periodo, ed è legittimo porsi seriamente questa domanda.

Un'indagine UNHCR sulle famiglie del 2024 ha rilevato che il 65% esprimeva ancora il desiderio di tornare un giorno in Ucraina. Ma questa cifra scende costantemente. Nella nostra indagine del 2026, il 37% ha detto chiaramente di voler restare dove si trova. Ogni anno una parte silenziosa del «tornerò» diventa «verrò in visita, ma ormai la mia vita è qui». Quella frase non è un tradimento. È un riconoscimento.

PRIMA OSSERVAZIONE

Il paese che vi ha accolte è stato una scelta fatta sotto pressione

La maggior parte delle donne ha scelto il paese di accoglienza in base a tre criteri: quale confine era più vicino, dove avevano un contatto e a quale lingua avevano un minimo di accesso. Sono ragioni di urgenza, non di adattamento a lungo termine. Riporsi oggi la domanda, con calma, non è slealtà verso il luogo che vi ha accolte. È maturità.

SECONDA OSSERVAZIONE

Europa occidentale ed Europa orientale sono due esperienze diverse

In Polonia, Cechia e Slovacchia la distanza culturale e linguistica è minore e il lavoro arriva prima, ma i tetti professionali sono più bassi. In Germania, Francia, Regno Unito e nei paesi nordici la distanza culturale è maggiore, ma i tetti sono più alti. Sapere quale compromesso si addice alla vostra fase di vita conta più che sapere quale sia il migliore.

TERZA OSSERVAZIONE

Spostarvi all'interno dell'UE è un vostro diritto

La protezione temporanea, prorogata fino al 2027, vi dà il diritto di spostarvi tra gli Stati membri dell'UE. Nella nostra indagine, il 63% delle donne ha detto che prenderebbe in considerazione un trasferimento per amore. La maggior parte non esercita mai questo diritto perché trasferirsi sembra enorme. Ma restare cinque anni nel posto sbagliato costa di più.

CAPITOLO 02

Il lavoro, e la lunga risalita.

Siete arrivate con titoli, esperienza e una professione. Ora vi si chiede di dimostrare tutto da zero, in una lingua che non avete scelto, secondo categorie che nel vostro paese non esistono. La vostra impazienza non è un difetto.

L'analisi dell'UNHCR pubblicata a gennaio 2026, basata su oltre 6.000 osservazioni di indagine, offre un quadro chiaro. Circa il 57% dei rifugiati ucraini tra 20 e 64 anni lavora. Ma quasi il 60% degli occupati dichiara di lavorare al di sotto della propria qualifica: il doppio della probabilità dei cittadini del paese ospitante di trovarsi in lavori poco qualificati.

La nostra indagine lo conferma. Il 36% ha un lavoro stabile, ma il 16% lavora ancora con contratti a termine e il 29% cerca attivamente. Il divario tra avere un lavoro e fare il lavoro per cui ci si è formate è il grande progetto pratico dei prossimi tre-cinque anni.

PRIMO CONSIGLIO

Fate riconoscere formalmente i vostri titoli

Nel 2022 la Commissione europea ha emanato raccomandazioni specifiche per il riconoscimento rapido delle qualifiche ucraine. Lo strumento UE di profilazione delle competenze per i cittadini di paesi terzi è gratuito e disponibile nella maggior parte degli Stati membri. Tra un titolo riconosciuto e nessun riconoscimento formale possono passare cinque anni di sottoimpiego.

SECONDO CONSIGLIO

Accettate il primo lavoro sotto il vostro livello, con una data d'uscita scritta

L'errore non è accettare un lavoro sotto il proprio livello: è restarci senza un piano scritto e datato per uscirne. Scrivete una riga: «Gli do 12 mesi, ed entro il [data] mi sarò candidata a [X] posizioni al mio vero livello». Una scadenza trasforma il sottoimpiego da sconfitta in pista di decollo.

TERZO CONSIGLIO

I settori in cui i titoli pesano meno

Quattro settori assorbono ovunque le competenze professionali ucraine con poco attrito: informatica e tecnologia, sanità nei paesi con carenza di personale, istruzione per i bambini ucraini e lavoro da remoto per aziende internazionali in cui l'inglese sostituisce la lingua del paese.

QUARTO CONSIGLIO

Il lavoro autonomo è poco sfruttato e spesso è la via più rapida

La protezione temporanea dell'UE dà diritto al lavoro autonomo. Per le donne con competenze professionali (consulenza, design, traduzione, contabilità, coaching, terapia per clienti ucraini) mettersi in proprio è spesso più rapido che farsi strada nella gerarchia di un'azienda. Ed è anche più flessibile con figli piccoli.

CAPITOLO 03

La lingua, il ponte più lungo.

La lingua del paese ospitante non è una salita da affrontare. È un ponte che richiede dieci anni per essere attraversato del tutto, e gran parte di quel decennio non si vede da fuori. Siate gentili con voi stesse e serie nel metodo.

In un'indagine OIM del 2022 in Germania, il 60% ha indicato la lingua come la sfida più grande, prima di casa, lavoro e burocrazia. Secondo l'EUAA, i rifugiati ucraini parlano soprattutto ucraino (98%), russo (88%) e inglese (50%), con la lingua del paese ospitante molto più indietro.

Dopo tre anni di esilio, la maggior parte delle donne descrive la lingua del paese ospitante come funzionale ma faticosa. Funzionale significa spesa, burocrazia, chiacchiere al lavoro. Faticosa significa che la lingua occupa ancora una parte del cervello che non ha costruito automatismi. Quella fatica è il vero motivo per cui la vita sociale si restringe, non la mancanza di occasioni.

PRIMA OSSERVAZIONE

Al secondo anno vi fermerete su un plateau, e non è un fallimento

Quasi tutte raggiungono un plateau dopo circa 18-24 mesi di studio intensivo. Il vocabolario smette di raddoppiare ogni settimana. La grammatica smette di sorprendere. In realtà il cervello sta consolidando: costruisce automatismi al di sotto di ciò che potete misurare consapevolmente.

SECONDA OSSERVAZIONE

Parlare è un'abilità diversa dal leggere o dall'ascoltare

L'abilità che decide l'integrazione sociale e professionale è la conversazione: la scioltezza sotto pressione sociale, con umorismo, con la capacità di interrompere con garbo. Si acquisisce solo parlando, male e spesso. Trovate una persona con cui conversare ogni settimana, a pagamento o gratis, e proteggete quell'ora come una visita medica.

TERZA OSSERVAZIONE

L'inglese è una porta di servizio, soprattutto nell'Europa occidentale

La metà dei rifugiati ucraini parla inglese. In Germania, nei Paesi Bassi, nei paesi nordici e sempre più in Francia, gran parte della vita professionale si svolge in inglese. Se la lingua del paese richiede più tempo del previsto, investire in parallelo in un inglese professionale fluente può aprire porte tre anni prima.

CAPITOLO 04

Il peso che nessuno nomina.

La solitudine dei rifugiati non è un fallimento personale. È un tratto strutturale dell'esilio, riconosciuto da decine di studi sottoposti a revisione paritaria come un fattore determinante per la salute mentale e fisica. Nominarla è il primo passo della guarigione.

Uno studio del 2025 su Frontiers in Public Health ha rilevato punteggi di solitudine significativamente più alti e reti sociali frammentate tra i rifugiati ucraini. Un altro studio polacco ha rilevato che il 77% dei rifugiati ucraini dichiarava di sentirsi solo, anche con un lavoro. Le rifugiate riferiscono tassi di ansia e depressione più alti degli uomini della stessa popolazione.

La letteratura medica è concorde: la solitudine prolungata aumenta il rischio cardiovascolare, compromette le funzioni cognitive ed è un fattore predittivo di mortalità prematura a livello di popolazione. Trattare la solitudine come una questione di salute e non come un difetto di carattere è uno dei cambi di prospettiva più importanti che una donna rifugiata possa fare per sé.

PRIMA VIA

Il cortile della scuola è un'infrastruttura sociale sottovalutata

Per le madri rifugiate con figli in età scolare, è intorno alla scuola che nascono la maggior parte delle prime amicizie. Prendere i bambini, le riunioni dei genitori, le feste scolastiche: sono le occasioni sociali che chiedono meno sforzo e restituiscono di più. Siate presenti con costanza per sei mesi e la rete si costruisce da sola.

SECONDA VIA

Un'amica ucraina, un'amica del posto: la regola asimmetrica

La regola che funziona è asimmetrica: un'amica ucraina con cui potete crollare nella vostra lingua, un'amica del posto con cui ricostruirvi nella sua. Due relazioni, non venti.

TERZA VIA

Diffidate della solitudine che si maschera da agenda piena

Le donne più isolate raramente erano quelle senza lavoro. Erano quelle che avevano riempito ogni ora (lavoro, figli, corso di lingua, commissioni) senza lasciare uno spazio protetto in cui le relazioni potessero approfondirsi. Essere occupate è la forma di evitamento più accettata socialmente. Se non ricordate l'ultima conversazione che contava davvero, quello è il segnale, non il sintomo.

QUARTA VIA

Il sostegno professionale non è un lusso, è un'infrastruttura

La maggior parte dei paesi dell'UE offre ai rifugiati un sostegno psicologico gratuito o agevolato, e i terapeuti di lingua ucraina sono sempre più disponibili a distanza. Ricorrervi non è debolezza; rifiutarlo davanti a un disagio prolungato, sì.

CAPITOLO 05

Quando si portano due vite.

La letteratura lo chiama «maternità solitaria forzata». Le donne con cui ho parlato lo dicevano in modo più semplice: «Ora sono madre e padre, e mio marito è ancora mio marito, ma è a duemila chilometri». Entrambe le descrizioni sono vere.

Solo il 23% delle rifugiate ucraine in Germania è arrivato con il partner. Il 35% è arrivato senza (rimasto in Ucraina, spesso per i vincoli della mobilitazione) e il 42% è arrivato da sola. Nella nostra indagine, il 54% delle intervistate ha almeno un figlio a carico.

Uno studio ceco del 2024 ha rilevato un tasso di separazioni o divorzi del 74% nelle famiglie d'origine, contando non solo le separazioni formali ma anche il lento logoramento delle coppie a distanza. Tre anni di esilio bastano perché due vite crescano in direzioni diverse.

PRIMA COSA NON DETTA

L'integrazione di vostro figlio può superare la vostra, ed è un bene

Molte madri mi hanno detto una versione di: «mia figlia ormai parla tedesco meglio di me, e ha amiche che non capisco». Può sembrare di perdere un figlio. In realtà è il successo dell'intera ragione per cui siete partite. Accettate il disagio e fidatevi del risultato.

SECONDA COSA NON DETTA

Avete il diritto di interrogarvi onestamente sul vostro matrimonio

I matrimoni nati prima del 2022 sono nati per un certo insieme di circostanze. Le donne che sono state sincere con me mi hanno detto che ciascuna, per conto suo, si era chiesta se la relazione di allora fosse quella che costruirebbe oggi, sapendo ciò che sa. Entrambe le risposte, sì e no, sono permesse.

TERZA COSA NON DETTA

Costruite un piccolo villaggio prima di averne bisogno

Il fattore di protezione più importante per le madri rifugiate sole è avere una rete piccola e affidabile di tre-cinque persone che possano prendere vostro figlio, badare alla casa per due giorni o restarvi accanto in una sera difficile. La maggior parte delle donne si accorge di averne bisogno solo nel mezzo di una crisi. Costruitela adesso, piano piano, prima che la crisi arrivi.

CAPITOLO 06

Diventare, senza smettere di essere.

Potete diventare una donna che vive a Berlino, a Lisbona o a Tallinn senza smettere di essere una donna di Leopoli, di Odesa o di Kharkiv. Le due non sono in competizione. Si sovrappongono. Il lavoro è integrarle, non scegliere tra loro.

Un articolo del 2025 sulla rivista Global Networks (Wiley) ha individuato nelle risorse interiori e nei sistemi di sostegno esterni i due fattori predittivi della resilienza. Tra le risorse interiori figuravano il legame con la fede, l'espressione artistica, il contatto con la natura e il senso di un futuro personale. Il quadro era chiaro: le donne che stavano meglio non avevano abbandonato la loro identità ucraina per integrarsi. L'avevano stratificata.

PRIMA PRATICA

Mantenete intoccabile un rito ucraino

Ogni donna con cui ho parlato e che diceva di stare bene aveva almeno un'abitudine ucraina che proteggeva dalla traduzione. A volte era la cena della Vigilia di Natale. A volte una telefonata domenicale alla madre. A volte leggere ad alta voce in ucraino a suo figlio per 15 minuti al giorno. L'abitudine in sé conta meno del gesto di rifiutarsi di lasciarla dissolvere.

SECONDA PRATICA

Scegliete che cosa tradurre, non che cosa perdere

C'è una differenza tra adattarsi, cioè scegliere che cosa tradurre, e assimilarsi, cioè lasciare che parti di sé si dissolvano perché tradurle è troppo faticoso. La prima cosa vi appartiene. La seconda è un furto che la stanchezza commette contro di voi. Osservate la differenza ogni settimana.

TERZA PRATICA

L'Ucraina che portate dentro non è l'Ucraina che avete lasciato

L'Ucraina che avete lasciato esisteva nel febbraio 2022. L'Ucraina di oggi è diversa: più segnata dalla guerra, più determinata politicamente, più orientata verso l'Europa. Anche l'Ucraina che portate dentro ha il diritto di evolvere. Aggiornarla non è un tradimento. Rifiutarsi di aggiornarla è ciò che vi trasforma in un museo di voi stesse invece che in una persona.

CAPITOLO 07

Ricostruire una vita personale, di nuovo.

Il capitolo più difficile da scrivere, perché è quello di cui si parla più di rado in pubblico. Eppure, questionario dopo questionario, è riaffiorato: spesso verso la fine, spesso sottovoce, spesso con la piccola confessione che la domanda conta più di quanto dovrebbe.

Delle 215 donne della nostra indagine, il 52% non ha una relazione stabile. Tra queste, solo il 25% dice di cercare attivamente. Le altre si prendono tempo, stanno guarendo o non sanno ancora. La questione del futuro personale non è scomparsa solo perché la guerra non è finita.

L'87% non usa attivamente app di incontri. Tra chi le ha provate: gli uomini non cercavano una relazione seria (32%), i profili non corrispondevano alla realtà (19%), l'esperienza è sembrata mercantile e svilente (18%). Soddisfazione media: 2,8 su 5.

> Avete il diritto di desiderare di nuovo una relazione. Avete il diritto di voler essere desiderate di nuovo. Avete il diritto di volere un partner che condivida la vostra quotidianità, che capisca ciò che avete attraversato e che tratti il vostro passato non come un bagaglio, ma come una ricchezza.

PRIMO PRINCIPIO

Le app sono quasi sempre lo strumento sbagliato per ciò che volete davvero

Le donne che avevano provato le app di incontri più diffuse le descrivevano soprattutto come «sfiancanti», «mercantili» o «non per donne come me». Quelle app sono state pensate per un altro pubblico, un'altra fase della vita. La vostra stanchezza non è un difetto personale. È un problema di adattamento.

SECONDO PRINCIPIO

La discrezione non è più un'opzione: è lo standard

Alla domanda su che cosa le attirerebbe di più in un nuovo tipo di servizio, «discreto e riservato» è arrivato secondo (45%), subito dopo «uomini preselezionati e seri» (50%). Le donne con figli e una vita professionale visibile non possono permettersi l'esposizione che le app di incontri richiedono.

TERZO PRINCIPIO

Non serve essere sicure per cominciare a esplorare

L'ostacolo più grande nella nostra indagine non era «non voglio una relazione». Era «non ne sono ancora sicura, quindi non faccio nulla». Ma esiste una via di mezzo tra non fare nulla e buttarsi negli appuntamenti: costruire, piano piano e con discrezione, le condizioni in cui una relazione futura potrebbe nascere. La maggior parte delle donne non si concede mai il permesso di percorrerla. Voi potete.

CE LO AVETE DETTO

Ci avete detto che cosa volevate.

In 215 risposte approfondite è emerso con chiarezza un filo comune. Non un filo di marketing. Un filo umano.

68%	ha detto che stabilità e sicurezza contano più di tutto in un partner.
54%	ha detto rispetto e gentilezza.
48%	ha detto impegno e serietà.
87%	non usa app di incontri.
50%	vuole uomini preselezionati e seri.
45%	vuole un servizio discreto e riservato.

Abbiamo ascoltato. Poi abbiamo costruito qualcosa che rispondesse a ciascuno di questi punti, uno per uno. Si chiama Adorée.

UN INVITO

Se qualcosa di tutto questo vi ha toccate.

Mi chiamo Arnaud Devigne. Sono la stessa persona che ha fondato EU4UA.org nei primi giorni dell'invasione su vasta scala dell'Ucraina da parte della Russia e che ha aiutato la vostra comunità a trovare rifugio in Europa. Non mi nascondo dietro un logo o una ragione sociale. Il mio volto, la mia voce e la mia email sono pubblici, perché nella nostra indagine il timore più frequente verso un servizio simile era, semplicemente: chi c'è dietro?

Adorée è una piattaforma privata di presentazioni, curate da persone, che esiste per una sola ragione: offrire alle donne di questo studio una possibilità seria, dignitosa e del tutto riservata per il settimo capitolo della loro vita europea. È sempre gratuita per le donne. Ogni uomo viene verificato a mano prima di essere accettato. Nessun profilo è mai pubblico. Niente swipe, niente scorrimento infinito, nessun algoritmo pensato per distrarre.

Non dovete essere pronte. Non dovete essere sicure. Non dovete nemmeno creare un profilo oggi. Guardate, prendetevi il vostro tempo, non decidete nulla, oppure decidete quando sarete pronte. La porta non si chiude.

CLUBADOREE.COM

Prendetevi il vostro tempo.
La porta è aperta quando sarete pronte.

Arnaud Devigne

arnaud@eu4ua.org · Fondatore, EU4UA.org e Adorée

RIFERIMENTI

Fonti.

Ogni dato numerico di questo documento proviene da una delle fonti seguenti. Una nota sull'indagine EU4UA / Adorée: 215 intervistate, il 94% delle quali vive in 18 paesi europei. L'indagine non è statisticamente rappresentativa dell'intera popolazione di rifugiate ucraine in Europa: è un campione autoselezionato di donne legate alla comunità EU4UA. Le percentuali citate in questo documento descrivono soltanto il campione. I titoli delle fonti sono citati nella lingua di pubblicazione.

01 UNHCR Operational Data Portal — Ukraine Refugee Situation. Regular updates 2022–2026.

02 UNHCR. "Labor Market Integration of Ukrainian Refugees in Europe." January 2026. Based on more than 6,000 survey observations across European host countries.

03 European Union Agency for Asylum (EUAA). "Survey of Arriving Migrants from Ukraine (SAM-UKR)." 2023–2025.

04 OECD / European Migration Network. "Labour market integration of beneficiaries of temporary protection from Ukraine." Information Paper, 2024.

05 OECD. "What we know about the skills and early labour market outcomes of refugees from Ukraine." 2023.

06 IOM. "Survey on Ukrainian Refugees." 2022 and follow-ups 2023–2024.

07 Jaworski A. et al. Comparison of psychological distress, loneliness, and social network structure between Ukrainian war refugees and Polish citizens. Frontiers in Public Health, 2025.

08 Mental health, psychological wellbeing, and coping with stress by Ukrainian war refugees staying in Poland. PMC, 2024–2025.

09 Mental health outcomes and quality of life of Ukrainian refugees in Germany. PMC, 2023.

10 War and women: An analysis of Ukrainian refugee women staying in the Czech Republic. PMC, 2024.

11 IAB-BiB/FReDA-BAMF-SOEP-Survey. "Ukrainian Refugees in Germany." First wave.

12 Schrooten M. Navigating Displacement: The Ukrainian Refugee Crisis in Europe. Global Networks (Wiley), 2025.

13 Together We Stand: Enforced Single Motherhood and Ukrainian Refugees Care Networks. Lefteast, November 2025.

14 Loneliness among refugees: a neglected crisis in need of scalable innovation. PMC, 2025.

15 European Commission. EU Recommendation 2022/554 on the recognition of qualifications for people fleeing Ukraine.

16 Council of the EU. Decisions on the extension of Temporary Protection Directive, 2022–2027.

17 Migration Policy Institute. Displaced Ukrainians in European Labor Markets. 2023.

18 EU4UA / Adorée. Survey of 215 Ukrainian women established in Europe. Conducted March–May 2026.

Restart.

UNO STUDIO DI ADORÉE — MAGGIO 2026

CLUBADOREE.COM