

Oferta Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Kobierzycach

Pomoc psychologiczna w związku z epidemią korona wirusa

- wsparcie telefoniczne i online

Trudna sytuacja spowodowana epidemią korona wirusa nie jest obojętna dla naszego samopoczucia. Strach wywołany możliwością zakażenia, lęk o przyszłość, lęk o bliskich, nadchodzący kryzys dla niektórych osób, to stres który zakłóca nam spokój, prawidłowe funkcjonowanie. Często trudno sobie poradzić z tą sytuacją. Potrzebujemy pomocy psychologicznej, ale takiej bez konieczności wychodzenia z domu.

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej ponownie wychodzi z inicjatywą darmowej pomocy psychologicznej dla mieszkańców Gminy Kobierzyce.

Pomoc kierowana jest do:

- osób będących w kryzysie psychicznym,
- osób objętych kwarantanną ,
- osób, które nie mają dostępu do innej pomocy psychologicznej ze względu na epidemię.

Aby nie zarazić siebie i innych warto jest decydować się na porady online zamiast kontaktu osobistego. Dowiedzieć się jak sobie radzić ze stresem i trudną sytuacją podczas epidemii.

Lp.	Dzień tygodnia	Godziny, psycholog	Telefon	Skype, Messenger
1	poniedziałek	15.00 – 19.00 Anna Lazar Anna Czerniejewska	792 058 112 603 641 663	czerniejewskanna
2	Wtorek	15.00 – 20.00 Dariusz Boryczka	605 179 082	
3	Środa	17.30 – 20.30 Andżelika Kwaśnik	601 212 288	andzelika.kwasnik lub a.kwasnik6@gmail.com
4	Czwartek	13.30 - 19.30 Anna Przybylska - Stasiak, Anna Czerniejewska 15.00 - 20.00 Wioletta Gadomska	604 117 107 603 641 663 600 398 022	czerniejewskanna
5	Piątek	14.00 - 17.00 Joanna Szuszkiewicz, Anna Czerniejewska 17.30 -20.30 Wojciech Kieszkowski	501 498 181 603 641 663 603 074 280	czerniejewskanna Messenger: Wojtek Kieszkowski

Jest ci trudno, po prostu dzwoń!!!

Opracowała: Bożena Noga