



Wsparcie i anonimowość

## Skorzystaj z pomocy

Darmowa rejestracja



Fundacja ADRA Polska i należący do niej portal Grupawsparcia.pl wraz z partnerem akcji: Fundacją PZU serdecznie zapraszają mieszkańców województwa zachodniopomorskiego do udziału w grupach wsparcia online w celu zadbania o kondycję psychiczną i ogólne samopoczucie. Możliwe jest również przeprowadzenie indywidualnego poradnictwa i konsultacji psychologicznych.

### Darmowe grupy wsparcia online

Grupy wsparcia online, do udziału w których zaprasza Fundacja ADRA Polska, portal GrupaWsparcia.pl i Fundacja PZU są prowadzone przez ekspertów. Nabór do grupy wsparcia jest ciągły. Więcej informacji o naborze można znaleźć pod linkiem: <https://grupawsparcia.pl/portale/grupy/11/grupa-wsparcia-dla-wszystkich/78>

### Darmowe poradnictwo psychologiczne

W ramach uczestnictwa w grupie wsparcia istnieje możliwość przeprowadzenia indywidualnych rozmów psychologicznych z użytkownikami z województwa Zachodniopomorskiego, którzy zgłoszą takie zapotrzebowanie. Program poradnictwa indywidualnego obejmuje zagadnienia dotyczące radzenia sobie ze stresem i przezwycięzania problemów życiowych związanych z pandemią, wzmocnienie zdrowia psychicznego i poczucia własnej wartości.

### Promocja dla lokalnych grup wsparcia

Ponadto zachęcamy wszystkie lokalne grupy i ośrodki wsparcia działające w formie bezpośredniego kontaktu uczestników na terenie województwa zachodniopomorskiego do informowania lokalnej społeczności o swojej działalności za pośrednictwem darmowej reklamy na portalu GrupaWsparcia.pl pod linkiem: <https://grupawsparcia.pl/lokalneGrupyWsparcia>

Projekt ten sfinansowano ze Środków Fundacji PZU

Więcej informacji można otrzymać za pośrednictwem e-maila: [kontakt@grupawsparcia.pl](mailto:kontakt@grupawsparcia.pl)

Osoba do kontaktu:

Jakub Juszczyk

ADRA Polska

+ 48 690 890 690

[kontakt@grupawsparcia.pl](mailto:kontakt@grupawsparcia.pl)

ADRA Polska | [www.adra.pl](http://www.adra.pl)

[PDF](#)

[Następny wpis](#)

[Poprzedni wpis](#)

