

HARMONOGRAM

3 TYDZIEŃ WALKI Z DEPRESJĄ



KONSULTACJE | WYKŁADY | ROZMOWY
bezpłatne

21 – 27 LUTY 2022

WYKŁADY

PREMIERY YOUTUBE

PONIEDZIAŁEK 21 luty 2022
godz. 17.00

Równowaga cyfrowa. Jak technologie i tempo życia wpływają na nasze samopoczucie.

WTOREK 22 luty 2022
godz. 17.00

Elżbieta Osowicz i Edyta Rząsa rozmawiają o depresji poporodowej

CZWARTEK 24 luty 2022
godz. 17.00

Elżbieta Osowicz i Magdalena Wróbel w rozmowie o wypaleniu zawodowym

PIĄTEK 25 luty 2022
godz. 17.00

Elżbieta Osowicz w rozmowie, z Martą Kaszubą oraz Małgorzatą Szychowską, o walce o życie dziecka i zmaganiu się ze śmiertelną chorobą.

NIEDZIELA 27 luty 2022
godz. 17.00

Premiera filmu o depresji dzieci i młodzieży pt. "LIST"

STACJONARNE

ŚRODA 23 luty 2022 godz. 17.00

Rozwód? Nie, dziękuję! Jak przetrwać kryzys w relacji i wyciągnąć z niego to, co najlepsze?"

Centrum Formacji Rodziny im. Jana Pawła II 58, 59-300 Lubin
wykład będzie nagrany
i dostępny także online

PIĄTEK 25 luty 2022 godz. 17.00

Komunikacja z (trudnymi) dziećmi i młodzieżą - profilaktyka depresji w szkole.

Centrum Formacji Rodziny im. Jana Pawła II 58, 59-300 Lubin
wykład będzie nagrany
i dostępny także online

SOBOTA 26 luty 2022 godz. 17.00

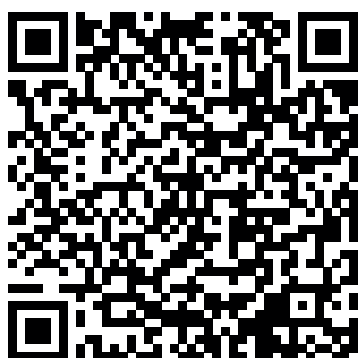
Mobbing - przejawy, skutki i przeciwdziałanie

Centrum Formacji Rodziny im. Jana Pawła II 58, 59-300 Lubin
wykład będzie nagrany
i dostępny także online

100 BEZPŁATNYCH KONSULTACJI

ONLINE ORAZ STACJONARNE W LUBINIE I W GŁOGOWIE

100 Bezpłatnych konsultacji ze specjalistami (psychoterapeuci, psychologowie, pedagodzy, terapeuci dzieci i młodzieży, terapeuci uzależnień). Konsultacje będą odbywać się codziennie, od 21.02 – 11.03.2022 stacjonarnie oraz online.



ZAPISZ SIĘ!
ZRÓB PIERWSZY KROK :)

LUBIN



**ANNA
MIGALSKA**

Psychoterapia Dorosłych,
Par I Rodzinna, Psychoedukacja



**EDYTA
RZAŚA**

Psychoterapia dorosłych, par,
rodzinna, psychoedukacja

LUBIN

Centrum Formacji
Rodziny im. Jana
Pawła II

ul. Jana Pawła II 58,
59-300 Lubin
nr telefonu:
511 833 628



**ANNA
ŚLĘCZEK**

Psychoterapia młodzieży,
psychoedukacja



**KATARZYNA
FEDORCZAK**

Terapia dzieci i dorosłych,
psychoedukacja



**JAROSŁAW
GRĘBOWSKI**

Specjalista terapii uzależnień,
terapia indywidualna i grupowa



**MAGDALENA
PTASZEWSKA**

Dietetyk kliniczny

GŁOGÓW

Głogowskie
Stowarzyszenie
„Otwarte Drzwi”

ul. Kosmonautów
Polskich 30/1,
67-200 Głogów
nr telefonu:
508 192 741



**KRZYSZTOF
PAŃCZYK**

Psycholog, konsultacje osób
dorosłych.



**AGNIESZKA
HASS**

Psycholog, psychoterapeutka,
konsultacje dla osób dorosłych,
młodzieży i par.



**AGNIESZKA
SKIBA**

Psycholog, psychoterapeuta
dzieci i młodzieży, konsultacje
dzieci i młodzieży, osób
dorosłych.



**ANNA
MAZURKIEWICZ**

Pedagog, socjoterapeutka,
konsultacje rodzicielskie, rodzice
borykający się z problemami
wychowawczymi, dzieci w
obecności rodzica - konsultacje
do zajęć socjoterapeutycznych.

INNE W PROGRAMIE

Kampania: Usłysz mnie

Przybliżenie na portalach społecznościowych codzienności związanej z „nie słyszeniem” osób cierpiących na zaburzenia związane ze zdrowiem psychicznym.

Kampania: Postaw na terapię

Kampania mająca na celu pobudzić wrażliwość mieszkańców Zagłębia Miedziowego na problemy depresji – wsparcie materialne w postaci ofiary na cele dofinansowania terapii mieszkańcom przez rok 2022.

Dołącz do bohaterów walki z depresją, ufunduj sesję!

Pomóż osobom chorującym na depresję, rozpocząć leczenie psychoterapeutyczne

Link do zrzutki: www.zrzutka.pl/z/ufunduj

Zostać fundatorem zmiany i lepszego życia

Badanie ankietowe

Celem badania jest zdobycie wiedzy, poprzez ankietyzację mieszkańców regionu w wieku 18 - 65+, na temat sposobów radzenia sobie ze stresem codziennym i zawodowym, a także wpływu pandemii na relacje rodzinne i partnerskie oraz skali występowania dwóch syndromów: syndromu wypalenia zawodowego, syndromu baby blues po porodzie/depresji poporodowej wśród kobiet i mężczyzn.

