Konsultacje ze specjalistami – Centrum Integracji i Rozwoju „Stara Mleczarnia”



Dużo stresu i coraz trudniej go udźwignąć? Emocje wymykają się spod kontroli? A może ktoś bliski zmaga się z uzależnieniem lub przemocą fizyczną albo psychiczną, a Ty nie wiesz jak sobie z tym poradzić?

W takich sytuacjach możesz skorzystać z pomocy psychologa i terapeuty uzależnień, którzy są dostępni w punkcie konsultacyjnym **Centrum Integracji i Rozwoju „Stara Mleczarnia”** .

Specjaliści pomagają przy:

- nadmiernym stresie, napięciu i przeciążeniu emocjonalnym,
- trudnych relacjach, konfliktach i poczuciu bezradności,
- sytuacjach przemocy — psychicznej, fizycznej lub ekonomicznej,
- problemach z uzależnieniem lub współuzależnieniem,
- spadkiem nastroju, brakiem motywacji, poczuciem przeciążenia,
- trudnościami w codziennym funkcjonowaniu, które zaczynają odbierać spokój.

To przestrzeń, w której możesz mówić otwarcie, bez ocen i bez presji. Profesjonalne wsparcie pomaga odzyskać równowagę, zrozumieć własne reakcje i znaleźć konkretne sposoby działania.

Konsultacje z psychologiem w najbliższych miesiącach będą realizowane w następujących terminach i godzinach:

5 i 8 sierpnia (8:00-11:00)

9 i 23 września (9:00-12:00)

7 i 21 października (9:00-12:00)

4 i 18 listopada (9:00-12:00)

Konsultacja wymaga wcześniejszej rejestracji pod numerem: 692 416 047

Konsultacje z terapeutą ds. uzależnień odbędą się:

10 i 17 sierpnia (7:30 – 11:30)

7 i 14 września (7:30 – 11:30)

5 i 12 października (7:30 – 11:30)

2 i 9 listopada (7:30 – 11:30)

Wizytę można umówić pod numerem telefonu: 579 470 813

Zachęcamy do skorzystania z bezpłatnych porad — to dobra okazja, by zadbać o swoje zdrowie i samopoczucie.