



Bezpłatne porady psychologiczne

dla Seniorów! Już 22 maja

Konsultacja psychologiczna adresowana jest do osób dorosłych, będących aktualnie w trudnym momencie życiowym. Ma ona na celu określenie charakteru problemów oraz wypracowanie odpowiednich metod pracy nad ich rozwiązaniem. Podczas konsultacji można też uzyskać doraźną pomoc psychologiczną.

Zgłoś się jeśli:

- znalazłeś się w trudnej sytuacji rodzinnej, zawodowej lub osobistej
- czujesz, że nie rozumiesz swoich emocji, reakcji, zachowań
- masz problemy lub przeżywasz kryzys w relacjach z innymi ludźmi – z partnerem, rodziną, współpracownikami
- nie radzisz sobie z napotykanymi trudnościami w domu i pracy
- nie masz siły stawiać czoła codziennym obowiązkom
- stajesz przed trudnymi życiowymi wyborami i nie wiesz, którą pójść drogą
- chciałbyś lepiej poznać i zrozumieć samego siebie

Kiedy: każdy czwarty piątek miesiąca godz. 10.00-15.00

Gdzie: Zwycięstwa 1, Centrum Wolontariatu

Zapisy: seniorzy@gcop.gliwice.pl, 32 775 01 78.

Czas trwania sesji: 45 minut.