

BEZPŁATNE PORADY PSYCHOLOGICZNE I WARSZTATY EDUKACYJNO-ROZWOJOWE

Jeśli jesteś mieszkańcem województwa łódzkiego, który doświadcza trudności i zaburzeń psychicznych skorzystaj z **bezpłatnego** wsparcia psychologicznego w ramach zadania: „**Łódzkie promuje zdrowie psychiczne - wsparcie i profesjonalna pomoc psychologiczna**”:

Indywidualne poradnictwo psychologiczne – możliwość skorzystania z **6 indywidualnych konsultacji psychologicznych** przez mieszkańców województwa łódzkiego bez względu na wiek.

Istnieje możliwość udzielenia porad telefonicznych lub za pomocą popularnych środków telekomunikacji takich jak np.: Messenger, WhatsApp, Skype.

MIEJSCA REALIZACJI

Łódź

Pracownia Psychoterapii Cztery Maski
mgr Agnieszka Więcek

ul. Konstantynowska 34 lok. 217, 94-303 Łódź
tel.: 600-375-801

e-mail: pracownia4maski@op.pl

- dla osób dorosłych, młodzieży i dzieci

Medycyna Grabieniec sp. z o.o.

Przychodnia Rehabilitacyjno-Specjalistyczna

ul. Brzozowskiego 2, 93-552 Łódź

tel.: 42/237-16-27 wew.5

e-mail: brzozowskiego@grabieniec.pl

- dla osób dorosłych

PSYCHE JOANNA SZELĄG

al. Wyszyńskiego 25, 94-048 Łódź

tel. 791-968-462

e-mail: psyche.joanna.szelag@gmail.com

- dla młodzieży i dzieci

Anna Musiał

ul. Kościuszki 106/116 lok. 1U, 90-442 Łódź

tel.: 501-988-014

e-mail: covidlodzkie@gmail.com

- dla osób dorosłych

DiaTera PORADNIA PSYCHOLOGICZNA

Maciej Milczarek

ul. Olsztyńska 22 lok. 80, 91-327 Łódź

tel. 531-305-070

e-mail: poradnia@diatera.pl

- dla młodzieży i dzieci

SUBVENIO Fundacja Interwencji Kryzysowej i Pomocy Psychologicznej

ul. Kościuszki 106/116 lok. 1U, 90-442 Łódź

tel.: 699-944-222

e-mail: kontakt@subvenio.org.pl

- dla osób dorosłych, młodzieży i dzieci

PROFAMILIA ANNA LESIEIW CZ-KSYCIŃSKA, LIDIA
ZWIERZAK, MARCIN ZIW ERZAK sp. j.

ul. Stefana 2, 91-463 Łódź

tel. 881-437-777

e-mail: psycholog@profamilia.net.pl;

www.profamilia.net.pl

- dla młodzieży i dzieci

„ADAMED” sp. z o.o.

ul. Paderewskiego 11, 93-530 Łódź

tel. 42/640-37-38

e-mail: paderewskiego@przychodnia-adamed.pl

al. Politechniki 5, 93-590 Łódź

tel. 42/636-84-62

e-mail: politechniki@przychodnia-adamed.pl

- dla osób dorosłych

Pabianice

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej MAC-MED
Małgorzata Maciejewska-Franczak

ul. Podleśna 4, 95-200 Pabianice

tel. 42/213-31-16

- dla osób dorosłych

Poddębice

PPHU „TOMKAR” s.c. Halina Styśko, Piotr Styśko, Michał Styśko ZLZP „Zdrowie”

ul. Zielona 2a, 99-200 Poddębice

tel. 43/ 678-95-00, 43/ 678-95-30, 605-639-100

e-mail: zdrowiepoddebice@poczta.onet.pl

- dla osób dorosłych

Rawa Mazowiecka

STOWARZYSZENIE „Nowe Życie w Rawie”

ul. T. Kościuszki 5, 96-200 Rawa Mazowiecka

tel. 691-113-002

e-mail: anna.seliga99@gmail.com

- dla osób dorosłych

STOWARZYSZENIE HOSPICJUM

ul. Tomaszowska 10J, 96-200 Rawa Mazowiecka

tel. 46/814-58-59

e-mail: pdoh@op.pl

- dla osób dorosłych

Piotrków Trybunalski

RAZEMQ sp. z o.o.

ul. Polna 13/13A, 97-300 Piotrków Trybunalski

tel. 533-983-934

- dla osób dorosłych

Warsztaty psychologiczno-edukacyjne – skierowane do dzieci i młodzieży będącej mieszkańcami województwa łódzkiego. W ramach działania **cykl 5 dwugodzinnych zajęć warsztatowych**, na każdy z tematów:

1. Emocje, myśli i zachowania.
2. Relacje społeczne i komunikacja interpersonalna.
3. Konflikty i sposoby ich rozwiązywania.
4. Stres i radzenie sobie z jego negatywnymi skutkami.
5. Wyznaczanie i osiąganie celów.

MIEJSCA REALIZACJI

Łódź

SUBVENIO Fundacja Interwencji Kryzysowej i Pomocy Psychologicznej

ul. Kościuszki 106/116 lok. 1U, 90-442 Łódź

tel.: 699-944-222

e-mail: kontakt@subvenio.org.pl

- dla młodzieży w wieku 14-17 lat

Fundacja Edukacyjna SIŁACZKA

ul. Pługowa 21, 94-238

tel. 513-931-905

e-mail: kontakt@silaczka.org.pl

- dla dzieci w wieku 11-13 lat oraz młodzieży w wieku 14-17 lat

Anna Musiał

ul. Kościuszki 106/116 lok. 1U, 90-442 Łódź

tel.: 501-988-014

e-mail: covidlodzkie@gmail.com

- dla młodzieży w wieku 14-17 lat

Poddębice

PPHU „TOMKAR” s.c. Halina Styśko, Piotr Styśko, Michał Styśko ZLZP „Zdrowie”

ul. Zielona 2a, 99-200 Poddębice

tel. 43/ 678-95-00

e-mail: zdrowiepoddebice@poczta.onet.pl

- dla młodzieży w wieku 14-17 lat

NIE JEST wymagane skierowanie.

Termin wizyty/warsztatów będzie uzależniony od kolejności zapisów.

Zadanie w całości finansowane ze środków Samorządu Województwa Łódzkiego.

Realizacja Zadania trwa do **końca listopada 2024 roku** lub do wyczerpania środków finansowych.