

# **Spotkania grupowe o charakterze terapeutycznym dla osób dorosłych z objawami o charakterze lękowym, depresyjnym i nerwicowym**

Zespół Pomocy Psychologicznej Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej zaprasza na grupę terapeutyczną w nurcie psychodynamicznym ma na celu stworzenie bezpiecznej przestrzeni do wspólnych rozważań, wymiany oraz rozumienia doświadczanych trudności w życiu codziennym oraz skierowana jest do osób dorosłych z objawami o charakterze lękowym, depresyjnym i nerwicowym zmotywowanych do podjęcia pracy terapeutycznej.

Spotkania będą się odbywały raz w tygodniu w poniedziałki w godzinach przedpołudniowych.

Przewidziany czas trwania sesji grupowej to 1,5 godziny.

Osoby chętne do skorzystania z proponowanej przez nas formy wsparcia zapraszamy na konsultację wstępną prowadzoną przez terapeutki.

Mgr psycholog Anna Orzołek tel. Kontaktowy 785 951 005

Mgr psycholog Maria Kapuścińska tel. Kontaktowy 789 293 906

---

## **W ramach projektu Kręgi na wodzie – Widzę- Rozumiem- Działam funkcjonują dwie grupy wsparcia dla rodzin i osób bliskich, których dotknęła śmierć samobójcza lub dokonana próba samobójcza**

Obie grupy spotykają się w Centrum Aktywności Rodziny ( ul. Świętojańska 1).

Grupa wsparcia dla rodzin, które doświadczyły śmierci samobójczej, spotykać się będzie w **1. czwartek miesiąca o godz. 18.00**

Grupa wsparcia dla rodzin osób po próbach samobójczych spotykać się będzie w **3. czwartek miesiąca o godz. 18.00**

W okresie pandemii można również dołączyć online po bliższe informacje zapraszamy do koordynatorów projektu

Anna Andrzejewska-Cioch, T: 789 294 073

Barbara Szymoniak- Wawrzyk, T: 789 294 093

---

## „Wspieranie i rozwijanie” - gdyński projekt dla dzieci i młodzieży

Masz problem i sobie z nim nie radzisz? Potrzebujesz wsparcia psychologa lub psychiatry? Weź udział w projekcie „Wspieranie i rozwijanie - WiR”. Jest on przeznaczony dla dzieci i młodzieży oraz finansowany z budżetu miasta.

Mieszkańcy Gdyni mogą korzystać z niego bezpłatnie.

W Gdyni kontynuuje działalność nowy ośrodek profilaktyki, diagnozy i leczenia problemów dzieci i młodzieży oraz ich rodzin, który realizuje projekt „**Wspieranie i rozwijanie - WiR**”. Program jest skierowany do dzieci i młodzieży do 18. roku życia i w całości finansowany z budżetu miasta. Mieszkańcy biorą w nim udział bezpłatnie.

W ramach projektu „Wspieranie i rozwijanie - WiR” można skorzystać z następującej oferty:

- wsparcia psychologicznego,
- konsultacji rodzinnej /psychoedukacyjnej,
- konsultacji psychiatrycznej,
- diagnozy integracji sensorycznej,
- treningu umiejętności społecznych,
- EEG biofeedbacku.

Gdzie się umówić na konsultację?

„Wspieranie i rozwijanie WiR” - ośrodek profilaktyki, diagnozy i leczenia problemów dzieci i młodzieży oraz ich rodzin mieści się przy **ul. Śmidowicza 49**. Warunkami przyjęcia do ośrodka są: telefoniczne zgłoszenie pod nr tel. **531 255 697**, konsultacja kwalifikacyjna oraz zgoda na oddziaływanie specjalistyczne.

W Gdyni cały czas działają także placówki udzielające świadczeń w obszarze zdrowia psychicznego w ramach ubezpieczenia w NFZ:

- poradnia psychologiczna dla dzieci przy **ul. Wioślarskiej 12**, nr tel. **58 727 29 17**,
- poradnia zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży przy **ul. Traugutta 9**, nr tel. **58 727 29 17**.

Rodzice lub opiekunowie prawni mają także możliwość skorzystania z pomocy w jednej z trzech poradni psychologiczno-pedagogicznych na terenie naszego miasta.

---

## Warsztaty „Szkoly dla Rodzicow”

NABÓR TRWA CAŁY ROK – KOLEJNA GRUPA RUSZA 26.10.2021 r.

### Forma

Spotkania grupowe poprzedzane/uzupełniane konsultacjami indywidualnymi

### Dla kogo

Dla wszystkich rodziców, poszukujących wskazówek do poprawy kontaktu ze swoimi dziećmi oraz bardziej skutecznych metod wychowania

### Okres trwania

Cykl dwunastu spotkań grupowych (ok. 3 m-cy); możliwość odbywania konsultacji indywidualnych przez cały rok

### Dni i godziny

Grupa: wtorek w godz.: 17.00-19.00; konsultacje indywidualne uzgadniane z klientem

### Warunki skorzystania

[Zespół Placówek Specjalistycznych w Gdyni](#)

Telefoniczne uzgodnienie terminu spotkania; tel. 606977491

adres:

ul. Wejherowska 65, 81-049 Gdynia

e-mail:

[h.kaczmarek@zpsgdynia.pl](mailto:h.kaczmarek@zpsgdynia.pl)

www:

[zpsgdynia.pl](http://zpsgdynia.pl)