20 lipca 2020

Bezpłatna Grupa wsparcia „Równoważnia”

Fundacja ADRA Polska, wychodząc naprzeciw rosnącym potrzebom społecznym, w tym lęku wywołanego pandemią koronawirusa, uruchamia grupy wsparcia online organizowanych w ramach projektu „Równoważnia”, prowadzone przez wykwalifikowanych specjalistów.

Do udziału w grupie może zgłosić się każda osoba, odczuwająca trudności związane z okresem pandemii, stresu oraz zmaganiom, które mogą prowadzić do wzmożonego napięcia emocjonalnego, z którym bardzo trudno jest sobie poradzić. Dzięki grupie anonimowo można podzielić się własnymi przeżyciami, wymienić doświadczeniami, pomysłami, otrzymać wsparcie.

Grupy wsparcia będą odbywały się pod opieka specjalistów: psychologów, trenerów, doradców zawodowych, terapeutów i coachów. Grupy działać będą działać w oparciu o model, dzięki któremu pod „skrzydłami” jednego z ekspertów mogą zostać objęte nawet 144 osoby. – Już teraz dostajemy dużo zgłoszeń, co pokazuje, jak wielkie jest zapotrzebowanie na tego typu pomoc. – dodaje Magda Matuszewska z Fundacji ADRA Polska.

Aby dołączyć do grupy wsparcia „Równoważnia” należy wejść na stronę www.adra.pl/kryzys, wypełnić krótki formularz, poczekać na kontakt ze strony fundacji.

Spotkania będą odbywać się online wymagają jedynie komputera i dostępu do Internetu. Udział jest bezpłatny.

Osoba do kontaktu:

Magda Matuszewska
+ 48 691 394 950
mmatuszewska@adra.pl
ADRA Polska | www.adra.pl

Grupy wsparcia