

## Darmowe grupy wsparcia online dla mieszkańców województwa zachodniopomorskiego



[1]

Fundacja ADRA Polska i należący do niej portal Grupawsparcia.pl wraz z partnerem akcji: Fundacją PZU serdecznie zapraszają mieszkańców województwa zachodniopomorskiego do udziału w grupach wsparcia online w celu zadbania o kondycję psychiczną i ogólne samopoczucie. Możliwe jest również przeprowadzenie indywidualnego poradnictwa i konsultacji psychologicznych.

### Darmowe grupy wsparcia online

Grupy wsparcia online, do udziału w których zaprasza Fundacja ADRA Polska, portal GrupaWsparcia.pl i Fundacja PZU są prowadzone przez ekspertów. Nabór do grupy wsparcia jest ciągły. Więcej informacji o naborze otworzy się w nowym oknie po kliknięciu w

link: <https://grupawsparcia.pl/portal/grupy/11/grupa-wsparcia-dla-wszystkich/78> [2] [3]

### Darmowe poradnictwo psychologiczne

W ramach uczestnictwa w grupie wsparcia istnieje możliwość przeprowadzenia indywidualnych rozmów psychologicznych z użytkownikami z województwa zachodniopomorskiego, którzy zgłoszą takie zapotrzebowanie. Program poradnictwa indywidualnego obejmuje zagadnienia dotyczące radzenia sobie ze stresem i przezwyciężania problemów życiowych związanych z pandemią, wzmocnienie zdrowia psychicznego i poczucia własnej wartości.

### Promocja dla lokalnych grup wsparcia

Ponadto zachęcamy wszystkie lokalne grupy i ośrodki wsparcia działające w formie bezpośredniego kontaktu uczestników na terenie województwa zachodniopomorskiego do informowania lokalnej społeczności o swojej działalności za pośrednictwem darmowej reklamy na portalu GrupaWsparcia.pl. Klikając w link w nowym oknie otworzy się mapa, do której możecie dodać swoją grupę wsparcia lub znaleźć już otwarte grupy: <https://grupawsparcia.pl/lokalneGrupyWsparcia> [4]

Projekt ten sfinansowano ze Środków Fundacji PZU

Więcej informacji można otrzymać za pośrednictwem e-maila: [kontakt@grupawsparcia.pl](mailto:kontakt@grupawsparcia.pl) [5]

### **Osoba do kontaktu:**

Jakub Juszczyk

ADRA Polska

+ 48 690 890 690

[kontakt@grupawsparcia.pl](mailto:kontakt@grupawsparcia.pl)

ADRA Polska | [www.adra.pl](http://www.adra.pl) [6]

### **Kontakt dla mediów:**

Urszula Hajn

ADRA Polska

+ 48 790 796 718

[uhajn@adra.pl](mailto:uhajn@adra.pl)

ADRA Polska | [www.adra.pl](http://www.adra.pl) [6]

- [More news](#) [7]
- [Archive](#) [8]

---

**Source URL:** <https://www.koszalin.pl/en/node/7360>

### **Links**

[1] <https://www.koszalin.pl/sites/default/files/field/image/banner.jpg>

[2] <https://grupawsparcia.pl/portal/grupy/11/grupa-wsparcia-dla-wszystkich/78>

[3] <https://grupawsparcia.pl/portal/grupy/9/województwo-slaskie/72>

[4] <https://grupawsparcia.pl/lokalneGrupyWsparcia>

[5] <mailto:kontakt@grupawsparcia.pl>

[6] <http://www.adra.pl/>

[7] <https://www.koszalin.pl/en/aktualnosci>

[8] <https://www.koszalin.pl/en/archiwum>