

**Idę po-MOC - wsparcie psychologiczne dla osób dotkniętych  
negatywnymi skutkami wywołanymi Covid-19**



**DOFINANSOWANO  
ZE ŚRODKÓW  
PFRON**

**Idę po-MOC**

**WSPARCIE PSYCHOLOGICZNE DLA  
OSÓB DOTKNIĘTYCH NEGATYWNYMI  
SKUTKAMI WYWOŁANYMI COVID-19**

**DOFINANSOWANIE**

**111 950,00 zł.**

**CAŁKOWITA WARTOŚĆ**

**111 950,00 zł.**

**Caritas Diecezji Sandomierskiej realizuje zadanie finansowane ze  
środków PFRON zgodnie z umową nr ZZ0/000106/13/D**

**Rodzaj zadania: wsparcie psychologiczne osób niepełnosprawnych.**

**Tytuł zadania: "Idę po-MOC - wsparcie psychologiczne dla osób dotkniętych negatywnymi skutkami wywołanymi Covid-19".**

**Okres realizacji: od 01.03.2022 r. do 31.12.2022 r.**

Projekt realizowany jest przez Caritas Diecezji Sandomierskiej w Centrum Pielęgniarstwa Środowiskowo-Rodzinnego i Rehabilitacji przy Stacji Opieki Caritas w Sandomierzu na ul. Opatowskiej 10. Grupą docelową są dorośle osoby niepełnosprawne z województwa świętokrzyskiego i podkarpackiego, wykazujące potrzebę wsparcia psychologicznego, wynikającą z przedłużającej się i mocno obciążającej pandemii koronawirusa.

Głównym celem realizacji projektu jest udzielenie wsparcia psychologicznego osobom potrzebującym - dorosłym osobom niepełnosprawnym z województwa świętokrzyskiego i podkarpackiego. Realizacja celu głównego projektu przyczyni się również do wzmocnienia kondycji psychofizycznej uczestników projektu (poprawę samopoczucia i samooceny), podniesienia świadomości beneficjentów w zakresie oddziaływań medialnych na psychikę i samopoczucie człowieka, poszerzenia wiedzy dotyczącej higieny psychicznej (edukacja w zakresie wpływu stresu na człowieka oraz zachowań asertywnych), jak również poprawy relacji interpersonalnych i zwiększenia dostępu do usług psychologicznych.

Uczestnicy ze względu na przytłaczającą ilość negatywnych informacji płynących z mediów oraz brak umiejętności ich krytycznej oceny popadają w skrajne stany emocjonalne – pobudzenia i depresji, doznają wewnętrznego napięcia, z którym sobie nie radzą. Odreagowywanie na innych, agresja i autoagresja są często pojawiającymi zachowaniami zgłaszanymi przez rodziców i opiekunów jako reakcja na izolację i aktualną sytuację społeczną. Kontakt z psychologiem umożliwia uczestnikom odnalezienie się w nowej rzeczywistości, zrozumienie bieżących wydarzeń, wyciszenie negatywnych emocji, poradzenie sobie ze złością, osamotnieniem czy nudą w sposób akceptowany społecznie.

Izolacja społeczna ze względów pandemicznych przyczynia się do znaczącego regresu emocjonalnego, obniżenia nastroju i samooceny. W tym kontekście obserwowana jest silna potrzeba wzmożenia oddziaływań psychologicznych w zakresie poczucia bezpieczeństwa, wentylacji negatywnych emocji, radzenia sobie z niepewnością wynikającą z braku przewidywalności najbliższej przyszłości.

Ze względu na istniejącą potrzebę wsparcia psychologicznego i wzmożoną ilość zgłaszanych kryzysów psychicznych wśród osób niepełnosprawnych, projekt przewiduje możliwości wsparcia w trzech formach dostępności: stacjonarnej, zdalnej oraz Covidowego Telefonu Zaufania - dyżuru telefonicznego psychologów. Wspomniane wsparcie psychologiczne jest dostosowywane do potrzeb poszczególnych beneficjentów, w zakresie ilości godzin i zastosowanych metod pracy.

#### **Wsparcie psychologiczne prowadzą:**

Angelika Bąk - 790 825 024

Marta Śwircz - 660 462 896

Dorota Zybała - 503 312 288

**DYŻURY PSYCHOLOGICZNE COVIDOWEGO TELEFONU ZAUFANIA**

**Dorota Zybała – tel.:**  
**503 312 288**

**Angelika Bąk – tel.:**  
**790 825 024**

**Marta Śwircz – tel.:**  
**660 462 896**

**MARZEC**

08.03.2022 – godziny:  
15.00 – 20.00

15.03.2022 – godziny:  
15.00 – 20.00

22.03.2022 – godziny:  
15.00 – 20.00

24.03.2022 – godziny:  
15.00 – 20.00

25.03.2022 – godziny:  
15.00 – 20.00

29.03.2022 – godziny:  
15.00 – 20.00

31.03.2022 – godziny:  
15.00 – 20.00

**KWIECIEŃ**

05.04.2022 – godziny:  
15.00 – 20.00

19.04.2022 – godziny:  
15.00 – 20.00

26.04.2022 – godziny:  
15.00 – 20.00

**MARZEC**

06.03.2022 – godziny:  
13.00 – 21.00

13.03.2022 – godziny:  
18.00 – 21.00

20.03.2022 – godziny:  
10.00 – 21.00

17.03.2022 – godziny:  
18.00 – 21.00

**KWIECIEŃ**

10.04.2022 – godziny:  
9.00 – 21.00

17.04.2022 – godziny:  
8.00 – 21.00

**MARZEC**

13.03.2022 – godziny:  
10.00 – 18.00

20.03.2022 – godziny:  
16.00 – 20.00

26.03.2022 – godziny:  
12.00 – 20.00

27.03.2022 – godziny:  
16.00 – 20.00

**KWIECIEŃ**

23.04.2022 – godziny:  
16.00 – 20.00

24.04.2022 – godziny:  
14.00 – 20.00

skutkami wywołanymi Covid-19 relacja z marca 2022 roku

**Caritas Diecezji Sandomierskiej realizuje zadanie finansowane ze środków PFRON zgodnie z umową nr ZZ0/000106/13/D**

**Rodzaj zadania: wsparcie psychologiczne osób niepełnosprawnych.**

**Tytuł zadania: "Idę po-MOC - wsparcie psychologiczne dla osób dotkniętych negatywnymi skutkami wywołanymi Covid-19".**

**Okres realizacji: od 01.03.2022 r. do 31.12.2022 r.**

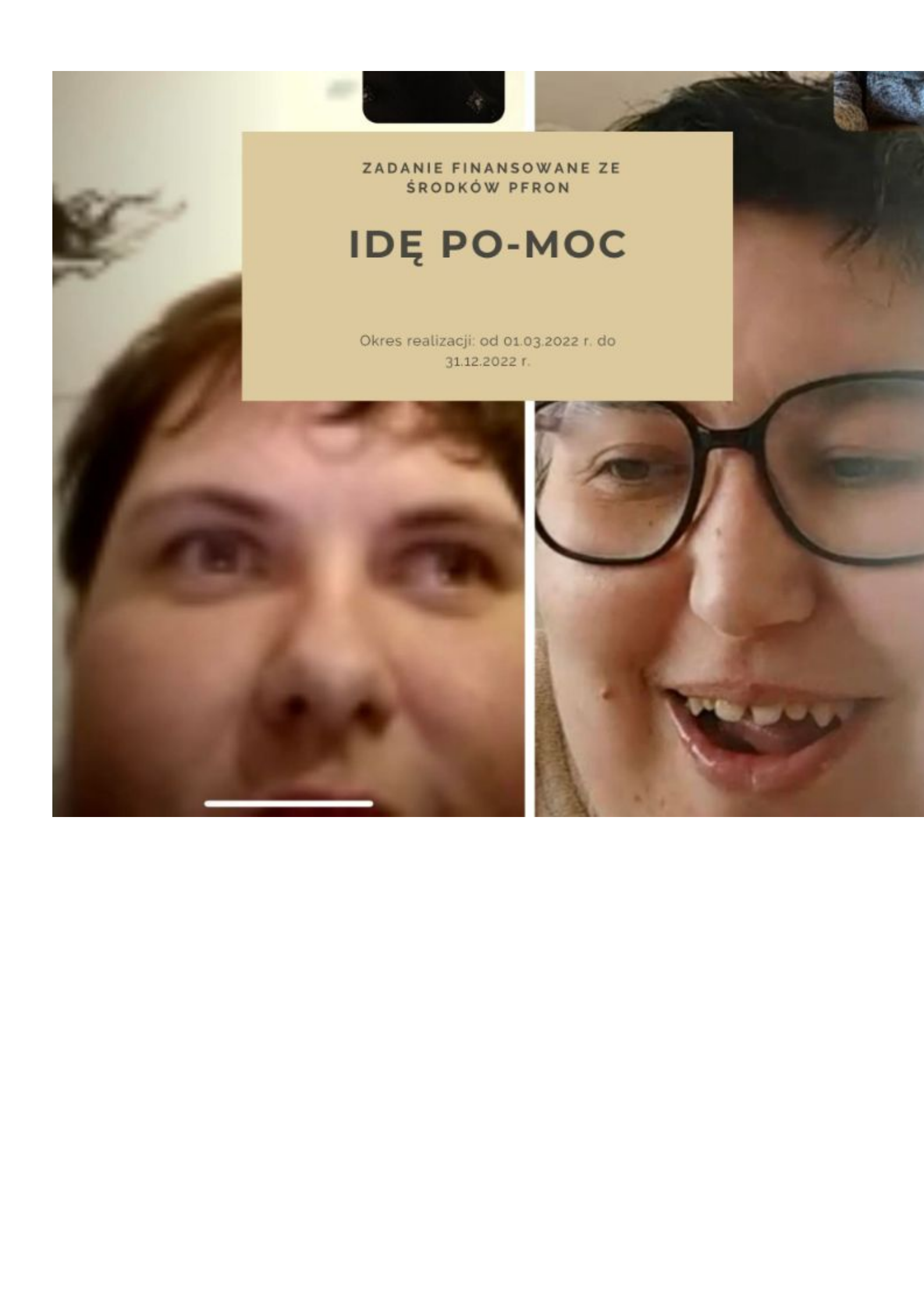
Głównym celem realizacji projektu jest udzielenie wsparcia psychologicznego osobom potrzebującym - dorosłym osobom niepełnosprawnym z województwa świętokrzyskiego i podkarpackiego. Realizacja celu głównego projektu przyczyni się również do wzmocnienia kondycji psychofizycznej uczestników projektu (poprawę samopoczucia i samooceny), podniesienia świadomości beneficjentów w zakresie oddziaływań medialnych na psychikę i samopoczucie człowieka, poszerzenia wiedzy dotyczącej higieny psychicznej (edukacja w zakresie wpływu stresu na człowieka oraz zachowań asertywnych), jak również poprawy relacji interpersonalnych i zwiększenia dostępu do usług psychologicznych.

---

Ze względu na istniejącą potrzebę wsparcia psychologicznego i wzmożoną ilość zgłaszanych kryzysów psychicznych wśród osób niepełnosprawnych, projekt przewiduje możliwości wsparcia w trzech formach dostępności: stacjonarnej, zdalnej oraz Covidowego Telefonu Zaufania - dyżuru telefonicznego psychologów. Wspomniane wsparcie psychologiczne jest dostosowywane do potrzeb poszczególnych beneficjentów, w zakresie ilości godzin i zastosowanych metod pracy.

Poniżej fotorelacja z marcowych konsultacji psychologicznych uczestników projektu.

Galeria:



ZADANIE FINANSOWANE ZE  
ŚRODKÓW PFRON

# IDEĘ PO-MOC

Okres realizacji: od 01.03.2022 r. do  
31.12.2022 r.



Terminy dyżurów psychologicznych projektu Idę po-MOC - wsparcie psychologiczne dla osób dotkniętych negatywnymi skutkami wywołanymi Covid-19

Caritas Diecezji Sandomierskiej, w związku z realizacją projektu Idę po-MOC - wsparcie psychologiczne dla osób dotkniętych negatywnymi skutkami wywołanymi Covid-19, przekazuje aktualne terminy dyżurów psychologów w miesiącach marzec oraz kwiecień.

## **DYŻURY PSYCHOLOGICZNE COVIDOWEGO TELEFONU ZAUFANIA**

**Dorota Zybała – tel.: 503 312 288.**

MARZEC

08.03.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

15.03.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

22.03.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

24.03.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

25.03.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

29.03.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

31.03.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

KWIECIEŃ

05.04.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

25.04.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

26.04.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

**Angelika Bąk – tel.: 790 825 024**

MARZEC

06.03.2022 – godziny: 13.00 – 21.00

13.03.2022 – godziny: 18.00 – 21.00

20.03.2022 – godziny: 10.00 – 21.00

27.03.2022 – godziny: 18.00 – 21.00



## KWIECIEŃ

**10.04.2022** – godziny: 9.00 – 21.00

**17.04.2022** – godziny: 8.00 – 21.00

**Marta Śwircz – tel.: 660 462 896**

## MARZEC

**13.03.2022** – godziny: 10.00 – 18.00

**20.03.2022** – godziny: 16.00 – 20.00

**26.03.2022** – godziny: 12.00 – 20.00

**27.03.2022** – godziny: 16.00 – 20.00

## KWIECIEŃ

**13.04.2022** – godziny: 16.00 – 20.00

**24.04.2022** – godziny: 14.00 – 20.00

Idę po-MOC - wsparcie psychologiczne dla osób dotkniętych negatywnymi skutkami wywołanymi Covid-19 relacja z kwietnia 2022 roku  
Głównym celem realizacji projektu jest udzielenie wsparcia psychologicznego osobom potrzebującym - dorosłym osobom niepełnosprawnym z województwa świętokrzyskiego i podkarpackiego. Realizacja celu głównego projektu przyczyni się również do wzmocnienia kondycji psychofizycznej uczestników projektu (poprawę samopoczucia i samooceny), podniesienia świadomości beneficjentów w zakresie oddziaływań medialnych na psychikę i samopoczucie człowieka, poszerzenia wiedzy dotyczącej higieny psychicznej (edukacja w zakresie wpływu stresu na człowieka oraz zachowań asertywnych), jak również poprawy relacji interpersonalnych i zwiększenia dostępu do usług psychologicznych.

Poniżej fotorelacja z kwietniowych konsultacji psychologicznych

uczestników projektu.



13:42

LTE

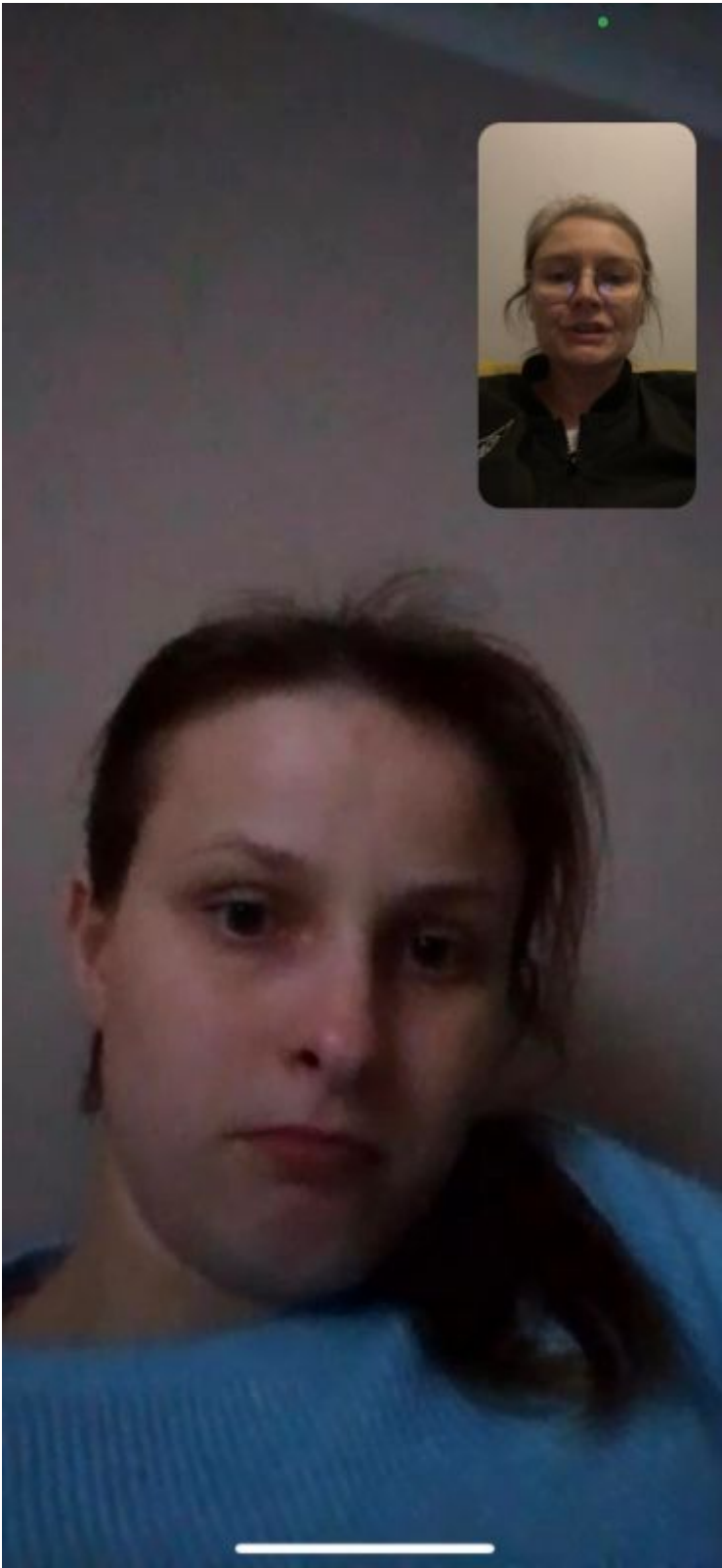
▼ Krystian Kadela

















Idę po-MOC - wsparcie psychologiczne dla osób dotkniętych negatywnymi skutkami wywołanymi Covid-19 terminy dyżurów w maju 2022r.

**DYŻURY PSYCHOLOGICZNE COVIDOWEGO TELEFONU ZAUFANIA**

**Dorota Zybała – tel.: 503 312 288.**

MAJ

09.05.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

10.05.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

16.05.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

23.05.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

30.05.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

**Angelika Bąk – tel.: 790 825 024**

MAJ

15.05.2022 – godziny: 09.00 – 21.00

22.05.2022 – godziny: 08.00 – 21.00

**Marta Śwircz – tel.: 660 462 896**

MAJ

02.05.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

22.05.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

29.05.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

Relacja fotograficzna z majowych spotkań z psychologiem w związku z realizacją projektu Idę po-MOC

**Caritas Diecezji Sandomierskiej realizuje zadanie finansowane ze środków PFRON zgodnie z umową nr ZZ0/000106/13/D**

**Rodzaj zadania: wsparcie psychologiczne osób niepełnosprawnych.**

**Tytuł zadania: "Idę po-MOC - wsparcie psychologiczne dla osób dotkniętych negatywnymi skutkami wywołanymi Covid-19".**

**Okres realizacji: od 01.03.2022 r. do 31.12.2022 r.**

Głównym celem realizacji projektu jest udzielenie wsparcia psychologicznego osobom potrzebującym - dorosłym osobom niepełnosprawnym z województwa świętokrzyskiego i podkarpackiego. Realizacja celu głównego projektu przyczyni się również do wzmocnienia kondycji psychofizycznej uczestników projektu (poprawę samopoczucia i samooceny), podniesienia świadomości beneficjentów w zakresie oddziaływań medialnych na psychikę i samopoczucie człowieka, poszerzenia wiedzy dotyczącej higieny psychicznej (edukacja w zakresie wpływu stresu na człowieka oraz zachowań asertywnych), jak również poprawy relacji interpersonalnych i zwiększenia dostępu do usług psychologicznych.

---

Ze względu na istniejącą potrzebę wsparcia psychologicznego i wzmożoną ilość zgłaszanych kryzysów psychicznych wśród osób niepełnosprawnych, projekt przewiduje możliwości wsparcia w trzech formach dostępności: stacjonarnej, zdalnej oraz Covidowego Telefonu Zaufania - dyżuru telefonicznego psychologów. Wspomniane wsparcie psychologiczne jest dostosowywane do potrzeb poszczególnych beneficjentów, w zakresie ilości godzin i zastosowanych metod pracy.

Poniżej fotorelacja z majowych konsultacji psychologicznych uczestników projektu.

















Terminy dyżurów psychologicznych projektu Idę po-MOC - wsparcie psychologiczne dla osób dotkniętych negatywnymi skutkami wywołanymi Covid-19 w czerwcu 2022 roku

**DYŻURY PSYCHOLOGICZNE COVIDOWEGO TELEFONU ZAUFANIA**

**Dorota Zybała – tel.: 503 312 288.**

**CZERWIEC**

06.06.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

07.06.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

20.06.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

21.06.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

27.06.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

28.06.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

**Angelika Bąk – tel.: 790 825 024**

#### CZERWIEC

05.06.2022 – godziny: 10.00 – 18.00

12.06.2022 – godziny: 11.00 – 17.00

19.06.2022 – godziny: 11.00 – 17.00

26.06.2022 – godziny: 12.00 – 17.00

**Marta Śwircz – tel.: 660 462 896**

#### CZERWIEC

03.06.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

08.06.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

16.06.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

21.06.2022 – godziny: 16.00 – 20.00

Idę po-MOC - wsparcie psychologiczne dla osób dotkniętych negatywnymi skutkami wywołanymi Covid-19 relacja z czerwca 2022 roku

**Caritas Diecezji Sandomierskiej realizuje zadanie finansowane ze środków PFRON zgodnie z umową nr ZZ0/000106/13/D**

**Rodzaj zadania: wsparcie psychologiczne osób niepełnosprawnych.**

**Tytuł zadania: "Idę po-MOC - wsparcie psychologiczne dla osób dotkniętych negatywnymi skutkami wywołanymi Covid-19".**

**Okres realizacji: od 01.03.2022 r. do 31.12.2022 r.**

Głównym celem realizacji projektu jest udzielenie wsparcia psychologicznego osobom potrzebującym - dorosłym osobom niepełnosprawnym z województwa świętokrzyskiego i podkarpackiego. Realizacja celu głównego projektu przyczyni się również do wzmocnienia kondycji psychofizycznej uczestników projektu (poprawę samopoczucia i samooceny), podniesienia świadomości beneficjentów w zakresie oddziaływań medialnych na psychikę i samopoczucie człowieka, poszerzenia wiedzy dotyczącej higieny psychicznej (edukacja w zakresie wpływu stresu na człowieka oraz zachowań asertywnych), jak również poprawy relacji interpersonalnych i zwiększenia dostępu do usług psychologicznych.

Ze względu na istniejącą potrzebę wsparcia psychologicznego i wzmózoną ilość zgłaszanych kryzysów psychicznych wśród osób niepełnosprawnych, projekt przewiduje możliwości wsparcia w trzech formach dostępności: stacjonarnej, zdalnej oraz Covidowego Telefonu Zaufania - dyżuru telefonicznego psychologów. Wspomniane wsparcie psychologiczne jest dostosowywane do potrzeb poszczególnych beneficjentów, w zakresie ilości godzin i zastosowanych metod pracy.

Poniżej fotorelacja z czerwcowych konsultacji psychologicznych uczestników projektu.

Terminy dyżurów psychologicznych projektu Idę po-MOC - wsparcie psychologiczne dla osób dotkniętych negatywnymi skutkami wywołanymi Covid-19 w lipcu 2022 roku

## DYŻURY PSYCHOLOGICZNE COVIDOWEGO TELEFONU ZAUFANIA

**Dorota Zybała – tel.: 503 312 288.**

### LIPIEC

01.07.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

04.07.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

05.07.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

11.07.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

12.07.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

**Angelika Bąk – tel.: 790 825 024**

### LIPIEC

03.07.2022 – godziny: 10.00 – 18.00

10.07.2022 – godziny: 11.00 – 17.00

17.07.2022 – godziny: 11.00 – 17.00

24.07.2022 – godziny: 12.00 – 17.00

**Marta Śwircz – tel.: 660 462 896**

## LIPIEC

08.07.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

17.07.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

23.07.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

26.07.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

30.07.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

**IDĘ-PO-MOC - fotorelacja z dyżurów psychologicznych w lipcu 2022 roku Caritas Diecezji Sandomierskiej realizuje zadanie finansowane ze środków PFRON zgodnie z umową nr ZZ0/000106/13/D**

**Rodzaj zadania: wsparcie psychologiczne osób niepełnosprawnych.**

**Tytuł zadania: "Idę po-MOC - wsparcie psychologiczne dla osób dotkniętych negatywnymi skutkami wywołanymi Covid-19".**

**Okres realizacji: od 01.03.2022 r. do 31.12.2022 r.**

Głównym celem realizacji projektu jest udzielenie wsparcia psychologicznego osobom potrzebującym - dorosłym osobom niepełnosprawnym z województwa świętokrzyskiego i podkarpackiego. Realizacja celu głównego projektu przyczyni się również do wzmocnienia kondycji psychofizycznej uczestników projektu (poprawę samopoczucia i samooceny), podniesienia świadomości beneficjentów w zakresie oddziaływań medialnych na psychikę i samopoczucie człowieka, poszerzenia wiedzy dotyczącej higieny psychicznej (edukacja w zakresie wpływu stresu na człowieka oraz zachowań asertywnych), jak również poprawy relacji interpersonalnych i zwiększenia dostępu do usług psychologicznych.

---

Ze względu na istniejącą potrzebę wsparcia psychologicznego i wzmogoną ilość zgłaszanych kryzysów psychicznych wśród osób niepełnosprawnych,

projekt przewiduje możliwości wsparcia w trzech formach dostępności: stacjonarnej, zdalnej oraz Covidowego Telefonu Zaufania - dyżuru telefonicznego psychologów. Wspomniane wsparcie psychologiczne jest dostosowywane do potrzeb poszczególnych beneficjentów, w zakresie ilości godzin i zastosowanych metod pracy.

Poniżej fotorelacja z lipcowych konsultacji psychologicznych uczestników projektu.

Terminy dyżurów psychologicznych w miesiącu sierpniu 2022 roku  
**DYŻURY PSYCHOLOGICZNE COVIDOWEGO TELEFONU ZAUFANIA**

**Dorota Zybała – tel.: 503 312 288.**

#### **SIERPIEŃ**

01.08.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

02.08.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

08.08.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

29.08.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

**Angelika Bąk – tel.: 790 825 024**

#### **SIERPIEŃ**

07.08.2022 – godziny: 10.00 – 18.00

14.08.2022 – godziny: 11.00 – 17.00

21.08.2022 – godziny: 11.00 – 17.00

28.08.2022 – godziny: 12.00 – 17.00

**Marta Śwircz – tel.: 660 462 896**

## SIERPIEŃ

07.08.2022 – godziny: 10.00 – 20.00

13.08.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

28.08.2022 – godziny: 10.00 – 20.00

IDEŃ-PO-MOC - fotorelacja z dyżurów psychologicznych w sierpniu 2022 roku  
Terminy dyżurów psychologicznych Covidowego Telefonu Zaufania w miesiącu wrześniu 2022 roku

### **DYŻURY PSYCHOLOGICZNE COVIDOWEGO TELEFONU ZAUFANIA**

**Dorota Zybała – tel.: 503 312 288.**

## WRZESIEŃ

05.09.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

12.09.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

19.09.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

26.09.2022 – godziny: 15.00 – 20.00



**Angelika Bąk – tel.: 790 825 024**

**WRZESIEŃ**

04.09.2022 – godziny: 10.00 – 18.00

11.09.2022 – godziny: 11.00 – 17.00

18.09.2022 – godziny: 11.00 – 17.00

25.09.2022 – godziny: 12.00 – 17.00

**Marta Śwircz – tel.: 660 462 896**

**WRZESIEŃ**

11.09.2022 – godziny: 10.00 – 20.00

18.09.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

25.09.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

Terminy dyżurów psychologicznych Covidowego Telefonu Zaufania w  
miesiącu października 2022 roku

**DYŻURY PSYCHOLOGICZNE COVIDOWEGO TELEFONU ZAUFANIA**

**Dorota Zybała – tel.: 503 312 288.**

## PAŹDZIERNIK

03.10.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

10.10.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

17.10.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

24.10.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

31.10.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

**Angelika Bąk – tel.: 790 825 024**

## PAŹDZIERNIK

02.10.2022 – godziny: 10.00 – 18.00

09.10.2022 – godziny: 10.00 – 18.00

16.10.2022 – godziny: 16.00 – 20.00

23.10.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

**Marta Śwircz – tel.: 660 462 896**

## PAŹDZIERNIK

02.10.2022 – godziny: 10.00 – 20.00

30.10.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

IDĘ-PO-MOC - fotorelacja z dyżurów psychologicznych we wrześniu 2022  
roku IDĘ-PO-MOC - fotorelacja z dyżurów psychologicznych w październiku  
2022 roku DYŻURY PSYCHOLOGICZNE COVIDOWEGO TELEFONU ZAUFANIA

**Dorota Zybała – tel.: 503 312 288.**

### **LISTOPAD**

07.11.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

14.11.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

21.11.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

28.11.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

**Angelika Bąk – tel.: 790 825 024**

### **LISTOPAD**

06.11.2022 – godziny: 09.00 – 18.00

20.11.2022 – godziny: 10.00 – 18.00

27.11.2022 – godziny: 10.00 – 18.00

**Marta Śwircz – tel.: 660 462 896**

**LISTOPAD**

06.11.2022 – godziny: 10.00 – 20.00

27.11.2022 – godziny: 10.00 – 20.00

IDEŃ-PO-MOC - fotorelacja z dyżurów psychologicznych w listopadzie 2022 roku  
DYŻURY PSYCHOLOGICZNE COVIDOWEGO TELEFONU ZAUFANIA W MIESIĄCU GRUDNIU 2022 ROKU

**DYŻURY PSYCHOLOGICZNE COVIDOWEGO TELEFONU ZAUFANIA**

**Dorota Zybała – tel.: 503 312 288.**

**GRUDZIEŃ**

05.12.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

10.12.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

12.12.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

19.12.2022 – godziny: 15.00 – 20.00

**Angelika Bąk – tel.: 790 825 024**

**GRUDZIEŃ**

04.12.2022 – godziny: 13.00 – 20.00

11.12.2022 – godziny: 10.00 – 19.00

18.12.2022 – godziny: 10.00 – 19.00

**Marta Śwircz – tel.: 660 462 896**

## **GRUDZIEŃ**

11.12.2022 – godziny: 10.00 – 15.00

IDEŃ-PO-MOC - fotorelacja z dyżurów psychologicznych w grudniu 2022 roku  
Zapraszamy do zapoznania się z fotorelacją z dyżurów psychologicznych w ramach projektu w grudniu 2022 roku

Jednocześnie informujemy, że projekt wraz z ostatnim miesiącem roku został zakończony.



