



Bezpłatna pomoc. Zadzwoń lub napisz do psychoterapeutów z Fundacji Motywacja i Działanie

Data publikacji: 19 października 2021 godz. 08:40

Fundacja Motywacja i Działanie startuje z kolejnymi działaniami dla mieszkanki i mieszkańców Pomorza Zachodniego, które mają pomoc przezwyciężyć stres związany z pandemią. Zaplanowano bezpłatne konsultacje psychologiczne oraz zajęcia dla uczniów. Projekt „Motywacja dla zdrowia edycja 4” otrzymał dofinansowanie ze środków Samorządu Województwa Zachodniopomorskiego.

Fundacja Motywacja i Działanie od początku pandemii wspiera mieszkańców, oferując profesjonalną pomoc psychologiczną, m.in. pod hasłem „Motywacja dla zdrowia”. Dzięki dotacjom przyznany w Urzędzie Marszałkowskim psychoterapeuci Karolina Flacht oraz Bartosz Ślaski uruchomili bezpłatne porady psychologiczne, stronę internetową z materiałami informacyjno-edukacyjnymi oraz prowadzili warsztaty dla uczniów i nauczycieli. Z pomocy skorzystało w sumie ponad 1000 osób. Byli to między innymi rodzice, którzy szukali wsparcia w relacjach rodzinnych, ponieważ w okresie lockdownu w ich domach działało się najwięcej. Mieszkania zamieniły się wtedy w biura, place zabaw, przedszkola i jednocześnie strefę wypoczynku. Po porady zwracali się też przedsiębiorcy, szczególnie związane z branżą turystyczną w regionie, zaniepokojeni przestojem w pracy i niepewną przyszłością. Fundacja Motywacja i Działanie obecna była też w szkołach online, prowadząc zajęcia antystresowe dla uczniów oraz szkolenia dla kadry pedagogicznej z zakresu wspierania uczniów w kryzysie.

W październiku organizacja startuje z czwartą już edycją projektu „Motywacja dla zdrowia”.

Zaplanowano poradnictwo online dla mieszkanki i mieszkańców regionu i przygotowano materiały informacyjno-edukacyjne (dostępne na stronie www.motywacjadlazdrowia.pl). Będą też zajęcia stacjonarne dla uczniów „Jak i u kogo szukać pomocy”. W ich trakcie uczniowie dowiedzą się m.in. czym zajmuje się psycholog szkolny, psychoterapeuta, a czym psychiatra oraz w jaki sposób skorzystać z ich pomocy. W sumie 28 godzin.

Do psychoterapeutów (podobnie jak przy realizacji wcześniejszych edycji) będzie można zadzwonić lub napisać za pośrednictwem komunikatorów: Messenger, WhatsApp. Rozwijana będzie także strona internetowa dostępna pod adresem: www.motywacjadlazdrowia.pl oraz fanpage w mediach społecznościowych @motywacjaidzialanie

Organizacja na dalsze działania związane z udzielaniem bezpłatnej pomocy psychologicznej otrzymała „mały grant” (10 tys. zł) z budżetu Województwa Zachodniopomorskiego.

Z psychoterapeutami można skontaktować się pod numerami telefonów:

- Karolina Flacht, telefon: 506 591 164
- Bartosz Ślaski, telefon: 504 587 341

Porady udzielane są nieodpłatnie.

Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.

Profil na portalu Facebook: [@motywacjaidzialanie](https://www.facebook.com/motywacjaidzialanie)

Strona internetowa: <http://motywacjadlazdrowia.pl/>

Messenger, WhatsApp (login1: Karolina Flacht, login 2: Bartosz Ślaski)

Zdjęcia dodane do wiadomości

