



 Fundacja UNA zaprasza osoby, które znalazły się w trudnej, kryzysowej, sytuacji, zmagają się z trudnościami wychowawczymi, problemem uzależnienia i współuzależnienia (DDA, DDD) lub / i przemocą do udziału w nieodpłatnych programach wsparcia psychologicznego. Aktualnie trwa nabór do ostatniego w tym roku, jesiennego cyklu pomocowo-warsztatowego dla mieszkańców m.st. Warszawy!

Programy są skoncentrowane na budowaniu rozwiązań. Dają możliwość korzystania z indywidualnego wsparcia psychologicznego, warsztatów, grup wsparcia i wykładów specjalistycznych. Zajęcia umożliwiają lepsze poznanie siebie, swoich emocji i radzenia sobie z nimi, a także radzenia sobie z trudnościami codzienności oraz doświadczeniami z przeszłości. Programy są nastawione na wzmacnianie i motywowanie uczestników, doskonalenie umiejętności komunikacji, asertywności, planowania i realizowania celów - by w sposób bezkonfliktowy, nie rezygnując z siebie, zaspokajać potrzeby własne i innych.

Zgłoszenia są przyjmowane telefonicznie: 665 830 618 lub e-mailowo: [poradnia@fundacjauna.pl](mailto:poradnia@fundacjauna.pl).

Zajęcia są prowadzone w Pracowni Fundacji UNA przy ulicy Nowolipki 19/1 (w zależności od okoliczności również w formie zdalnej).

Oferta jest skierowana do mieszkańców m.st. Warszawy.

Projekty są finansowane ze środków własnych Fundacji oraz ze środków m.st. Warszawy.



Oprac. na podstawie informacji organizatora.