

Fundacja

Oswoić Stres zaprasza warszawiaków 60+ do udziału w projekcie realizowanym od 1 października 2021 do 30 listopada 2022 na terenie m.st. Warszawy. Wszyscy, którzy borykają się z problemem alkoholowym, stykają się z nim bezpośrednio w swoim otoczeniu lub doświadczają kryzysu psychologicznego związanego np. z pandemią COVID-19, będą mogli bezpłatnie skorzystać z pomocy.

W ramach projektu będzie można skorzystać z:

- indywidualnych konsultacji psychologicznych dla osób uzależnionych, współuzależnionych oraz szkodliwie pijących;
- infolinii dla osób uzależnionych, współuzależnionych oraz zagrożonych uzależnieniem z powodu pandemii;
- infolinii dla osób znajdujących się w kryzysie m.in. z powodu pandemii Covid-19;
- wykładów z zakresu profilaktyki uzależnień skierowanych szczególnie do osób współuzależnionych;
- wykładów z zakresu promocji zdrowego stylu życia oraz alternatywnych form spędzania wolnego czasu;
- zajęć grupowych, warsztatowo-treningowych kształtowania umiejętności psychospołecznych i osobistych dla osób współuzależnionych oraz znajdujących się w kryzysie;
- kampanii profilaktycznej w postaci eventu „Wieczór w kinie” ukierunkowanej na profilaktykę uzależnień;
- spotkań integracyjnych „Ćwicz z nami” i „Relaks z Beatą” realizowanych raz w roku kalendarzowym w Warszawskie Dni Seniora
- kampanii prowadzonej na stronie facebooka Fundacji dotyczącej kryzysu psychologicznego.

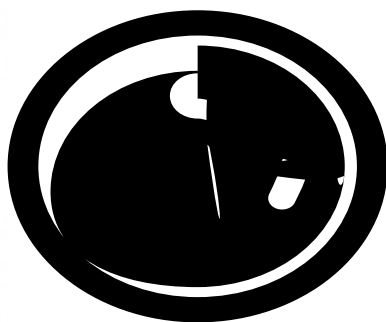
Informacje organizacyjne:

- Konsultacje indywidualne, infolinie, zajęcia warsztatowo-treningowe, wykłady prowadzone będą przez wykwalifikowanych psychoterapeutów lub/i psychologów lub zajmujących się terapią uzależnień.
- Spotkania indywidualne i grupowe prowadzone będą w reżimie sanitarnym.
- W sytuacji trudnej epidemiologicznie działania prowadzone będą hybrydowo lub całkowicie online.
- Działania prowadzone będą w różnych lokalizacjach na terenie m.st. Warszawy.
- Wszystkie działania są dla uczestników bezpłatne.
- Fundacja zapewnia środki ochrony osobistej.

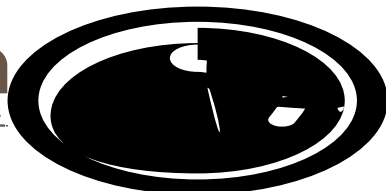
Szczegółowe informacje, regulamin uczestnictwa oraz formularz zgłoszeniowy dostępne na stronie [www.fos.org.pl](http://www.fos.org.pl)

Powyższe działania będą prowadzone zgodnie ze standardami poradnictwa tj. poufności, bezpłatności, rzetelności, profesjonalizmu, autonomii klienta i dostępności.

Projekt finansowany przez m.st. Warszawa.



Współpraca:



Oprac. na podstawie informacji organizatora.

Fot. Ravi Patel, Unsplash.com