



Towarzyst

wo Pomocy Młodzieży prowadzi nabór do grupy wsparcia dla osób w wieku 18 - 24 lata z woj. Mazowieckiego. Podczas spotkań uczestnicy będą pracować m.in. nad poprawą swoich kontaktów z innymi. Zajęcia rozpoczynają się 7 października 2020 i potrują do 6 stycznia 2021.

Jeśli:

- przeżywasz kryzys, utknąłeś/aś w swoim życiu i nie wiesz co dalej;
- masz wrażenie, że właściwie nikt Cię nie rozumie i czujesz się osamotniony/a;
- potrzebujesz zmiany i motywacji, by zrobić krok do przodu;
- szukasz inspiracji i innej perspektywy;
- chcesz lepiej poznać siebie i swoje zasoby;
- chcesz poprawić swoje kontakty z innymi...

Termin grupy i warsztatu:

październik - grudzień 2020 r., środy po południu + sobota

Spotkania mają charakter interaktywny, wsparciowo-warsztatowy z elementami psychoedukacji; będą prowadzone w trybie online (np. przez aplikacje zoom, google meets itp.).

Prowadzące:

Anna Przeradzka, Dorota Gąsiorowska - psycholożki, terapeutki

Zapisy i informacje:

mailem: [zapisy@tpm.org.pl](mailto:zapisy@tpm.org.pl) i/lub od września bezpośrednio u prowadzących w godz. 10.00 -

17.00 pod nr tel. 603 510 849, 608 738 485.

Oferta nieodpłatna współfinansowana w ramach programu „Pomoc i wsparcie w kryzysie psychicznym – program dla młodzieży doświadczającej zaburzeń psychicznych i ich rodzin” ze środków



Oprac. na podstawie informacji Towarzystwa Pomocy Młodzieży.