

Szanowna Pani/Szanowny Panie:

Fundacja ADRA Polska i należący do niej portal Grupawsparcia.pl wraz z partnerem akcji Fundacją PZU serdecznie zapraszają mieszkańców województwa mazowieckiego do wzięcia udziału w grupach wsparcia online, w celu zadbania o swoją kondycję psychiczną i dobre samopoczucie.

Działamy już na terenie województwa mazowieckiego w Warszawie, wspierając społeczność Dzielnicy Śródmieście w ramach projektu współfinansowanego ze środków Urzędu Miasta Stołecznego Warszawy. W trakcie realizacji projektu zdaliśmy sobie sprawę z tego jak ważne jest dotarcie z pomocą do osób w potrzebie, dlatego postanowiliśmy poszerzyć nasze działanie i dać możliwość realnego wsparcia wszystkim zainteresowanym mieszkańcom województwa mazowieckiego.

W ramach projektu świadczymy następujące wsparcie:

Darmowe grupy wsparcia online

Grupy wsparcia online, do udziału w których zaprasza Fundacja ADRA Polska, portal GrupaWsparcia.pl i Fundacja PZU są prowadzone przez ekspertów. Nabór do grupy wsparcia jest ciągły. Więcej informacji o naborze można znaleźć pod linkiem: <https://grupawsparcia.pl/portal/grupy/11/grupa-wsparcia-dla-wszystkich/78>

Darmowe poradnictwo psychologiczne

W ramach uczestnictwa w grupie wsparcia istnieje możliwość przeprowadzenia indywidualnych rozmów psychologicznych z użytkownikami z województwa Mazowieckiego, którzy zgłoszą takie zapotrzebowanie. Program poradnictwa indywidualnego obejmuje zagadnienia dotyczące radzenia sobie ze stresem i przewycięzania problemów życiowych związanych z pandemią, wzmocnienie zdrowia psychicznego i poczucia własnej wartości.

Projekt ten jest finansowany ze środków Fundacji PZU.

Więcej informacji można otrzymać za pośrednictwem e-maila: kontakt@grupawsparcia.pl

Osoba do kontaktu:

Jakub Juszcyk

ADRA Polska
+ 48 690 890 690
kontakt@grupawsparcia.pl
ADRA Polska | www.adra.pl

Kontakt dla mediów:

Urszula Hajn

ADRA Polska
+ 48 790 796 718
uhajn@adra.pl
ADRA Polska | www.adra.pl



KRS: 0000 342 704

ADRA Polska | www.adra.pl

ul. Foksal 8, 00-366 Warszawa, Polska | konto: 49 1240 1994 1111 0010
3092 3882
tel. +48 22 266 80 75 | e-mail: adra@adra.pl | NIP: 525-24-69-555 | REGON:
142131189

Sprawiedliwość
Współczucie
Miłość



KRS: 0000 342 704

ADRA Polska | www.adra.pl

ul. Foksal 8, 00-366 Warszawa, Polska | konto: 49 1240 1994 1111 0010
3092 3882

tel. +48 22 266 80 75 | e-mail: adra@adra.pl | NIP: 525-24-69-555 | REGON:
142131189