FUNDACJA
OCALENIE

POMOC PSYCHOLOGICZNA DLA CUDZOZIEMCÓW

Zapraszamy na indywidualne spotkania z psychologiem, prowadzone w atmosferze zaufania, dyskrecji i szacunku.

Jest to czas przeznaczony na to, by w bezpiecznych warunkach porozmawiać o:

- trudnościach spowodowanych wcześniejszymi traumatycznymi doświadczeniami,
- obecnie doświadczanych kryzysach,
- szoku kulturowym,
- trudnościach związanych ze zmianą statusu, pozycji, roli społecznej,
- doświadczeniu rozłąki z rodziną,
- długotrwałej niepewności, stresie,

oraz

- **otrzymać wsparcie i zrozumienie** w trudnych sytuacjach,
- **poprawić rozumienie i radzenie sobie z własnymi emocjami** (lękiem, niepokojem, osamotnieniem, agresją),
- **skonsultować się** przed podjęciem ważnych decyzji życiowych,
- **wspólnie poszukać rozwiązań** dla napotykanych problemów,
- **znaleźć motywację** do zmiany.

Zapraszamy do kontaktu!

Konsultacje prowadzone są w językach – polskim, angielskim oraz rosyjskim.

Dyżury w języku rosyjskim:	wt:	15:00 – 19:00
	pt:	8:00 – 13:00
Dyżury w języku angielskim:	pn:	14:00 – 19:00
	czw:	8:00 – 13:00

Konsultacje w **języku polskim** odbywają się **w każdym z powyższych terminów.**
Możliwe jest zorganizowanie konsultacji w innych językach – przy wsparciu tłumacza.
Oferowana przez nas **pomoc jest bezpłatna.**

Prosimy o wcześniejsze umawianie się na spotkania:

tel:	22 828 04 50
email:	psycholog@cpc.org.pl
Nasz adres:	Fundacja Ocalenie Ul. Koszykowa 24/1 00-553 Warszawa

Zachęcamy do zadawania pytań drogą e-mailową, chętnie odpowiemy na wszelkie wątpliwości.