

## Warto skorzystać z takiej formy pomocy

25-11-2020

# POMOC PSYCHOLOGICZNA DLA SENIORÓW

NIE JESTEŚ SAM



Grafika: UM Dzierżoniów

**Z efektami długotrwałej izolacji i brakiem kontaktów radzimy sobie na różne sposoby. Bezcennym wsparciem mogą być bliskie nam osoby, rozmowa przez telefon i kontakty „elektroniczne”.**

Od marca mieszkańcy Dzierżoniowa mogą korzystać z bezpłatnego wsparcia psychologicznego. I robią to coraz częściej, bo Covid zmienił też sposób postrzegania naszych kontaktów z psychologiem, które nie są już widziane przez pryzmat tabu.

Jedną z ważniejszych grup, dla której stworzono możliwość bezpłatnej pomocy psychologicznej dzierżoniowscy seniorzy.

By uzyskać wsparcie psychologa wystarczy zadzwonić do dzierżoniowskiego Ośrodka Interwencji Kryzysowej (664 971 267). Po umówieniu się na dogodny termin z mieszkańcem kontaktuje się Joanna Pawlak, zawodowy i doświadczony psycholog.

Przypominamy także o działającej w Dzierżoniowie Radzie Seniorów. Z jej przedstawicielami można kontaktować się telefonicznie (664 971 267), od poniedziałku, do piątku, do godziny 10.00, do 12.00.