

**BEZPŁATNA REHABILITACJA PSYCHOLOGICZNA DLA OSÓB ZAMIESZKUJĄCYCH  
WOJEWÓDZTWO ŚLĄSKIE****Jeśli:**

- jesteś **kobietą w wieku 18-59 lat** lub **mężczyzną w wieku 18-64 lat**
- pozostajesz **aktywna/y zawodowo** lub jesteś **gotowa/y do podjęcia zatrudnienia** (osoby zarejestrowane w PUP)
- rozpoznałaś/łeś u siebie którekolwiek z poniższych zaburzeń oraz leczenie właściwe zostało zakończone:
  - ✓ **depresyjne nawracające**
  - ✓ **lękowe uogólnione**
  - ✓ **stresowe pourazowe**
  - ✓ **adaptacyjne**

**TEN PROJEKT JEST WŁAŚNIE DLA CIEBIE!**

Projekt rehabilitacji psychologicznej współfinansowany jest ze środków Unii Europejskiej.  
**CAŁKOWICIE BEZPŁATNY**

**W RAMACH PROJEKTU - ORGANIZATOR ZAPEWNI:**

- *Spotkanie z PSYCHIATRĄ - konsultacje*
- *Spotkanie z PSYCHOLOGIEM - konsultacje*
- *Indywidualne spotkania terapeutyczne*
- *Doradztwo zawodowe lub psychoterapeutyczne*
- *Kontrolne konsultacje*
- *Warsztaty terapeutyczne, asertywności prowadzone przez psychologa oraz treningi redukcji stresu*
- *Wsparcie edukacyjne.*

**Osoby zainteresowane wzięciem udziału w projekcie prosimy o kontakt:**

- ✓ Mailowy: **biuro@hrdepartment.pl**
- ✓ Telefoniczny: **733 112 744** (możesz wysłać sms o treści PROJEKT - oddzwonimy)

*Z uwagi na aktualną sytuację wywołaną COVID-19 projekt będzie realizowany w 90% zdalnie. Ścieżka projektowa zakłada kontakty głównie telefoniczne oraz za pośrednictwem poczty elektronicznej.*

**Zadbaj o swój komfort psychiczny - zgłoś się do nas już dziś - to prostsze niż myślisz!**