

Portal Województwa Lubuskiego



Tu znajdziesz pomoc po COVID-19



Kategoria - Koronawirus

Data publikacji -8 lutego 2021 godz. 15:49

Wielospecjalistyczny Szpital Wojewódzki w Gorzowie Wlkp. tworzy grupę wsparcia dla osób, które były chore na COVID-19 i po chorobie zauważyły u siebie stany lękowe, przygnębienie, problemy z koncentracją, pamięcią i zaburzenia nastroju.

Osoby zainteresowane uczestnictwem w takiej grupie mogą się zgłaszać do Centrum Zdrowia Psychicznego w Gorzowie Wlkp. przy ul. Walczaka 42.

Dzięki wspólnym spotkaniom osób o podobnych przeżyciach będzie można bezpiecznie podzielić się własnymi odczuciami i wymienić doświadczenia z innymi. Osoby, które zgłoszą się chęć uczestnictwa w grupie mogą liczyć na wsparcie emocjonalne i pełne zrozumienie.

Celem grupy jest wymiana doświadczeń w pokonywaniu trudności, zwalczanie bezradności, wymiana użytecznych informacji, a także szukanie wspólnych skutecznych rozwiązań. W trakcie spotkań prowadzone będą także treningi funkcji poznawczych, radzenia sobie ze stresem oraz treningu relaksacyjnego.

Spotkania prowadzone będą przez wykwalifikowany personel: psychologów – mgr Annę Chruszcz oraz mgr Olę Zając, które na co dzień pracują w Centrum Zdrowia Psychicznego.

Udział w spotkaniach jest bezpłatny. Zajęcia będą się odbywać w **każdy wtorek od godz. 15.00**, a przewidywany czas trwania to 1,5-2 h.

Wszyscy chcący dołączyć do grupy proszeni są o kontakt pod nr tel.: 95 7331 790, 95 7331 706/707 bądź poprzez mail: czp@szpital.gorzow.pl