
Pomoc psychologiczna

Bezpłatna telefoniczna profesjonalna pomoc psychologiczna

1. Psychologowie i psychoterapeuci dla społeczeństwa

<https://www.psychologowie-dla-spoleczenstwa.pl/kontakt>

2. Bezpłatne wsparcie psychologiczne świadczone przez pracowników Centrum Psychiatrii w Katowicach im. dr. Krzysztofa Czumy na rzecz osób potrzebujących wsparcia psychologicznego i porady lekarskiej z powodu epidemii i jej skutków.

Bezpłatne wsparcie psychologiczne online w sytuacji zagrożenia epidemicznego dla personelu medycznego, chorych i ich rodzin, dla osób objętych kwarantanną oraz dla wszystkich przeżywających kryzys psychiczny oferuje Centrum Psychiatrii w Katowicach im. dr. Krzysztofa Czumy.

Grupa wolontariuszy: psychiatry, psychologowie i terapeuci wyszli w inicjatywę stworzenia grupy wsparcia dla osób potrzebujących pomocy psychologicznej w tym trudnym okresie.

Zdalną pomoc można uzyskać od poniedziałku do soboty poprzez połączenia telefoniczne (numery i harmonogram poniżej), Skype'a pod hasłem: wsparcie@centrumpsychiatrii.eu oraz pocztą elektroniczną pod adresem: wsparcie@centrumpsychiatrii.eu

Harmonogram dyżurów:

- Poniedziałek godz. 11:00 – 13:00 p. Zuzanna S. (psycholog, psychoterapeuta) tel. kom. 504 566 135;
- Wtorek godz. 9:00 – 11:00 p. Małgorzata B. (psycholog, psychoterapeuta) tel. 32 603 85 19 oraz godz. 16:00-18:00 p. dr Ewa R. (psychiatra, internista, psychoterapeuta) tel. 32 603 84 24;
- Środa godz. 9:00 – 11:00 p. Małgorzata B. (psycholog, psychoterapeuta) tel. 32 603 8519 oraz godz. 14:00-17:00 p. Katarzyna K. (psycholog, psychoterapeuta) tel. 32 604 84 24;
- Czwartek godz. 11:00 – 14:00 p. Agnieszka M. (psycholog, psychoterapeuta) oraz godz. 16:00-18:00 p. dr Ewa R. (psychiatra, internista, psychoterapeuta) tel. 32 603 84 24;
- Piątek godz. 11:00 – 14:00 p. Ewa J. (psycholog kliniczny) tel. 32 603 84 24;
- Sobota godz. 13:00 – 16:00 p. Agnieszka M. (psycholog, psychoterapeuta) tel. kom. 509 540 582

Pomocy w tej formie planujemy udzielać do czasu odwołania zabezpieczeń epidemicznych (zamknięte placówki oświatowe, granice, zakłady pracy itp.).

Nasi specjaliści wspólnie z Wyższą Szkołą Humanitas już działają pod hasłem CZŁOWIEK. To się liczy, udzielając wsparcia pracownikom ochrony zdrowia kontakt: pracownia.psychologiczna@humanitas.edu.pl. Mamy nadzieję, że nasze wsparcie pomoże osobom, które przeżywają silny lęk, ataki paniki, obniżenie nastroju lub kryzys emocjonalny związane z koronawirusem.

Strona Centrum: www.centrumpsychiatrii.eu/aktualnosci.php

3. Dyżury ROM-E Metis

Szanowni Państwo, uruchomiliśmy dla Państwa dyżury telefoniczne. W dniach roboczych od godz. 8:00 do 15:00 możecie Państwo porozmawiać z psychologiem lub pedagogiem – tel. 32 209 53 14. Zespół ROM-E Metis pracuje zdalnie, więc jak zwykle zapraszamy do kontaktu telefonicznego, mailowego, oraz na messengerze fanpage'u Metisu.