

Bezpłatny dyżur telefoniczny psychologa i psychoterapeuty dla mieszkańców Gminy Lyski - pomoc jest bezpłatna, anonimowa i dostępna dla każdego

Najbliższy termin dyżuru już dzisiaj: 30 marca, godz. 18:30-19:30.

(pomoc psychologiczna jest bezpłatna - ponosisz jedynie koszt połączenia według taryfy swojego operatora).

Razem w trosce o zdrowie psychiczne...

Bezpłatny dyżur psychologa, psychoterapeuty dla mieszkańców Gminy Lyski.

Pomoc, zrozumienie, anonimowość.

Jeśli zmagasz się z trudnościami, podejrzewasz u siebie objawy depresji, obniżonego nastroju lub przewlekłego stresu, potrzebujesz wsparcia, konsultacji lub rozmowy – jesteśmy tu dla Ciebie.

Telefon zaufania do psychologa, psychoterapeuty Pani Marty Białek:

 **790 849 555**

TERMINY DYŻURÓW TELEFONICZNYCH:

- 12 stycznia 2026 r. w godzinach: 18.30 - 19.30
- 19 stycznia 2026 r. w godzinach: 18.30 - 19.30
- 26 stycznia 2026 r. w godzinach: 18.30 - 19.30
- 02 lutego 2026 r. w godzinach: 18.30 - 19.30
- 09 lutego 2026 r. w godzinach: 18.30 - 19.30
- 16 lutego 2026 r. w godzinach: 18.30 - 19.30
- 23 lutego 2026 r. w godzinach: 18.30 - 19.30
- 02 marca 2026 r. w godzinach: 18.30 - 19.30
- 09 marca 2026 r. w godzinach: 18.30 - 19.30
- 16 marca 2026 r. w godzinach: 18.30 - 19.30
- 23 marca 2026 r. w godzinach: 18.30 - 19.30
- 30 marca 2026 r. w godzinach: 18.30 - 19.30



**Rozmowa,
która może pomóc...**

Działanie odbywa się w ramach działań z zakresu promocji zdrowia.