

Dbajmy o dobrostan psychiczny. Zapraszamy na „Czwartek z psychoterapeutą”.

Już 20 marca 2025 r. w godz. 11.00 - 13.00. w siedzibie Lubuskiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ będzie można skorzystać z indywidualnych konsultacji z psychoterapeutą, specjalistą, który na co dzień udziela świadczeń w ośrodku działającym w ramach Centrum Zdrowia Psychicznego w Zielonej Górze. Warto znaleźć czas żeby porozmawiać o ważnych kwestiach dotyczących zdrowia psychicznego. Jeśli kiedykolwiek zastanawialiście się nad skorzystaniem z takiej konsultacji, ale mieliście wątpliwości – to świetna okazja! Te konsultacje są darmowe, prowadzone przez doświadczonego specjalistę i mogą pomóc spojrzeć na swoje, niekiedy trudne sprawy z nowej perspektywy. Warto dać sobie szansę na lepsze samopoczucie. W ramach „Czwartku z Psychoterapeutą” będzie można uzyskać informację m.in. : > czym różni się psychoterapia od wsparcia psychologicznego > w jakich trudnościach szukać pomocy specjalisty zdrowia psychicznego > czym różnią się kompetencje psychologa, psychoterapeuty czy psychiatry > dlaczego warto zadbać o swoje zdrowie psychiczne tak samo jak fizyczne > jak można zapisać się na psychoterapię w ramach NFZ Dlaczego warto skorzystać z konsultacji? Ponieważ będzie można : > zwiększyć wiedzę na temat psychoterapii, „odczarować” ją i przekonanie, że nie jest dla każdego > skonsultować z psychoterapeutą z poradni zdrowia psychicznego swoje trudności > omówić czego na terapii można się spodziewać, a kiedy lepiej szukać innego specjalisty > przekonać się, że sesja u psychoterapeuty może pomóc. Zapraszamy !