

## Miasto Lublin uruchomiło darmowe wsparcie psychologiczne dla starszych

Kategoria: Polityka Społeczna

Opublikowano: sobota, 11, czerwiec 2016 00:00

Dawid Kulpa

Odśłony: 1521

---

Prezydent Lublina we współpracy z Wyższą Szkołą Ekonomii i Innowacji w Lublinie wprowadził wsparcie psychologiczne dla seniorów w postaci trzech narzędzi: Telewsparcia 60+, indywidualnego i grupowego wsparcia psychologicznego oraz wolontariatu.

### **Telewsparcie 60+**

W ramach Telewsparcia 60+ od poniedziałku do piątku w godzinach 17-20 pod numerem telefonu 81 46 66 999 Seniorzy mogą otrzymać wsparcie psychologów oraz pełną informację na temat działalności instytucji i organizacji oferujących różne formy aktywizacji. Wsparcia udzielają wolontariusze WSEI. Obowiązuje opłata jak za połączenie lokalne.

Dodatkowo, w ramach Programu „Lublin Strefa 60+” Seniorzy mogą korzystać ze wsparcia psychologicznego, które obejmuje 3 formy:

- indywidualną pomoc psychologiczną,
- grupowe wsparcie psychologiczne,
- wolontariat senioralny.

### **Indywidualne wsparcie psychologiczne**

To konsultacje z psychologiem, adresowane do osób, które borykają się z problemami natury psychologicznej i nie chcą pracować w grupie. Dyżury w Biurze – LCAO przy ul. Leszczyńskiego 23; poniedziałek, godz. 16 – 18, środa, godz. 16 – 18, piątek, godz. 14 -17.

### **Grupowe wsparcie psychologiczne**

To zajęcia aktywizacyjne dla Seniorów pragnących się rozwijać i poprawiać jakość swojego życia psychicznego. Podczas spotkań uczestnicy mogą dzielić się swoimi doświadczeniami, mogą bliżej przyjrzeć się sobie i innym, jak również nauczyć się technik radzenia sobie ze stresem. Dyżury w Biurze – LCAO przy ul. Leszczyńskiego 23; piątek, godz. 17-19.

### **Wolontariat senioralny**

Wolontariat senioralny, łączący pomaganie innym z realizowaniem swoich pasji, skierowany jest do Seniorów potrzebujących rozmowy i spotkań w miejscu swojego zamieszkania (nie mogących korzystać z oferty zewnętrznej).

Udział w spotkaniach jest dobrowolny i bezpłatny. Osoby zainteresowane jakąkolwiek formą wsparcia proszone są o telefoniczny kontakt z Biurem - Lubelskie Centrum Aktywności Obywatelskiej, nr tel.: 81 466 20 61.

*Źródło: Urząd Miasta Lublin*