

**BEZPŁATNA
24 GODZINNA
POMOC PSYCHOLOGICZNA
W OŚRODKU INTERWENCJI KRYZYSOWEJ
W KRAKOWIE**

W sytuacji, kiedy przez najbliższy czas wszyscy mamy pozostać w swoich domach, zachęcamy do skorzystania z możliwości kontaktu z psychologami Ośrodka Interwencji Kryzysowej.

Nasze zaproszenie kierujemy zwłaszcza do:

**OSÓB CHORYCH, SAMOTNYCH, SENIORÓW,
OSÓB OBJĘTYCH KWARANTANNĄ,**

do wszystkich, którzy źle znoszą sytuację odosobnienia, boją się o swoją przyszłość, czują się opuszczeni, smutni.

Jeśli potrzebujesz porozmawiać, uzyskasz wsparcie pod nr telefonu:




12 421 92 82 czynny przez CAŁĄ DOBĘ

lub 502 273 430 w godzinach od 8:00 do 20:00

**Radzenie sobie z trudnościami będzie łatwiejsze dla każdego,
kto zechce skorzystać z naszej oferty.**

Zapraszamy do kontaktu!

Jesteśmy również na:

Facebook , **WhatsApp**  oraz **Skype**  po wcześniejszym umówieniu z psychologiem. Na www.oik.krakow.pl znajdują się dodatkowe nr telefonów, pod którymi codziennie dyżurują specjaliści.