

Razem Łatwiej! Wsparcie psychiczne dla dzieci w wieku 10-19 lat oraz rodziców i opiekunów

Program *Razem Łatwiej* to bezpłatna pomoc psychologiczna. Jeśli czujesz niemoc, potrzebujesz wsparcia zadzwoń na nr +48 800 805 600.

Program skierowany jest do dzieci w wieku 10-19lat oraz do rodziców i opiekunów. Każdy, kto doświadcza trudności w poradzeniu sobie z emocjami w codziennym życiu może zwrócić się o bezpłatną pomoc do specjalistów. Pierwszym krokiem jest kontakt telefoniczny lub mailowy. W tym celu uruchomiono telefon wsparcia psychicznego **+48 800 805 600** oraz adres e-mail: razemlatwiej@cogitozdrowie.pl. Przewidziana pomoc to wsparcie terapeutyczne oraz diagnostyczne udzielane przez specjalistów.

Program "Razem Łatwiej" jest działaniem profilaktyki zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży realizowanym przez Samorząd Województwa Dolnośląskiego pn. „Program polityki zdrowotnej w zakresie profilaktyki zaburzeń psychicznych, w tym depresji oraz zapobiegania samobójstwom dla dzieci i młodzieży na terenie województwa dolnośląskiego" na lata 2023-2025. Szkoła Podstawowa nr 18 w Legnicy także uczestniczy w tym przedsięwzięciu.