

Program "Razem Łatwiej!" - wsparcie psychiczne dla dzieci oraz rodziców i opiekunów, pracuje także w wakacje.

Program „**Razem Łatwiej**” to bezpłatna pomoc psychologiczna do dzieci, młodzieży i rodziców, którzy doświadczają trudności w radzeniu sobie z emocjami czy przechodzą kryzys psychiczny. Program ten jest realizowany także podczas wakacji! Skorzystaj z bezpłatnej pomocy, zadzwoń: **+48 800 805 600**.

Szkoła Podstawowa nr 18 w Legnicy w ubiegłym roku przystąpiła do programu "Razem Łatwiej". Program ten oferuje bezpłatną pomoc psychologiczną do dzieci, młodzieży i rodziców, którzy doświadczają niemocy, smutku, samotności czy myśli samobójczych. Z takimi trudnościami można sobie poradzić, ale czasami trudno zrobić to bez odpowiedniego wsparcia i specjalistycznej pomocy. Przeszkodą zwykle jest dostępność specjalistów, ale nie tylko. Czasami osoby takie wstydzą się problemu, nie chcą o nim mówić i brakuje im odwagi i gotowości aby podjąć jakieś działania dążące do poprawy sytuacji, do poprawy jakości życia. Program „Razem Łatwiej” powstał właśnie po to, by pomoc specjalisty była łatwo dostępna.

Program jest skierowany do dzieci w wieku 10-19 lat oraz do rodziców i opiekunów. Każdy, kto doświadcza trudności w radzeniu sobie z emocjami w codziennym życiu może zwrócić się o bezpłatną pomoc do specjalistów, dzwoniąc pod nr: **+48 800 805 600** lub pisząc na adres: razemlatwiej@cogitozdrowie.pl.

Program jest realizowany bez przerwy wakacyjnej, więc można się zgłaszać także w lipcu i w sierpniu.

„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.