

Klub Samopomocy

to miejsce spotkań osób po kryzysach psychicznych chcących twórczo i aktywnie spędzić czas z innymi ludźmi.

Głównym celem Klubu Samopomocy jest:

- pomoc osobom z problemami psychicznymi w usamodzielnianiu się i budowaniu trwałych, dojrzałych relacji z innymi
- przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu
- pomoc w wychodzeniu z izolacji i osamotnienia
- wzmocnienie poczucie wiary i akceptacji siebie

Zajęcia klubowe to przede wszystkim spotkania w grupie. Uczestnicy korzystają z bogatej oferty zajęć klubowych, które mają na celu integrację środowiska osób po kryzysie psychicznym. W ramach zajęć Klubu przewidziane są zajęcia z PIR – (psychoedukacja, integracja, relaksacja) poradnictwo psychologiczne, zajęcia rekreacyjne, kulinarne, arteterapia, zajęcia klubowe, organizowane są też zajęcia w innych godzinach poza placówką między innymi wyjścia kulturalne, wycieczki, zajęcia sportowo - rekreacyjne. Udział w zajęciach w Klubie to szansa na zmianę sytuacji, możliwość samorealizacji, powrót do pełnego życia w społeczeństwie, czerpania radości z życia i kontaktów międzyludzkich.

Uczestnikami Klubu Samopomocy mogą zostać osoby :

- z zaburzeniami psychicznymi,
- będące pod opieką Poradni Zdrowia Psychicznego,
- przyjmowane na podstawie skierowania od lekarza psychiatry
- bez względu na płeć,
- powyżej 18. roku życia,
- zamieszkujący miasto Łódź
- skierowane przez II Wydział Pracy Środowiskowej Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Łodzi.

Klub funkcjonuje dzięki finansowaniu z budżetu Miasta Łodzi.

Osoby chcące zostać uczestnikami, mogą zgłaszać się do kierownika - pani Aleksandry Kilanowicz pod nr tel. 426320866 (lub mailowo sds.przystan@poczta.fm) od poniedziałku do piątku w godzinach 9.00 - 17.00, Łódź, ul. Próchnika 7
Zapraszamy!