**Burmistrz Dorota Stegienka oraz Rada i Zarząd Dzielnicy Ochota m.st. Warszawy zapraszają na:**

**I OCHOCKIE DNI PRZECIW DEPRESJI**

**23 – 28.02.2023 r.**

**KONSULTACJE ZE SPECJALISTAMI PSYCHOLOGAMI W DNIACH:**

* **Dla dzieci i młodzieży:**

23, 24, 27, 28.02, w godzinach 12-15

Wydział Spraw Społecznych i Zdrowia

ul. Białobrzeska 26 pok. nr 6 (zapisy pod nr tel. 22 592 98 98, w godz. 8 - 20)

* **Dla dorosłych:**

24.02, w godzinach 17 – 20

Stowarzyszenie Strefa Wsparcia

ul. Powstańców Wielkopolskich 17 (bez zapisów)

27.02 i 28.02, godz. 8 – 12

Centrum Wsparcia „Moja Rodzina”

ul. Częstochowska 11/15 (bez zapisów)

28.02, w godz. 17-19

SPWD CARITAS AW

ul. Gorlicka 5/7 (bez zapisów)

* **Dla rodziców dzieci/młodzieży z zakresu wsparcia w rodzicielstwie**

27.02., godz. 16 – 20

Stowarzyszenie Strefa Wsparcia

ul. Powstańców Wielkopolskich 17 (bez zapisów)

**KONSULTACJE ZE SPACJALISTĄ PSYCHOTERAPEUTĄ DLA RODZICÓW/DOROSŁYCH:**

28.02, godz. 15 – 18

Stowarzyszenie Strefa Wsparcia

ul. Powstańców Wielkopolskich (bez zapisów)

**WYKŁAD I WARSZTATY DLA SENIORÓW:**

**„Chandra, smutek a może już depresja? Kilka słów o depresji po 60 roku życia”**

23.02., godz. 10.30 – 12

wykład pt. „Kiedy Smutek to depresja?” (bez zapisów)

24.02., godz. 10.30 – 12

Warsztaty pt. „Sposoby radzenia sobie ze stresem – poznaj wybrane metody na odprężenie i relaks”

Centrum Wsparcia „Moja Rodzina”, ul. Częstochowska 11/15 (bez zapisów)

**DZIEŃ OTWARTY W TPD OCHOTA DLA PODOPIECZNYCH ORAZ ICH RODZICÓW**

28.02., godz. 17 – 19

TPD OCHOTA

ul. Częstochowska 11/15

Nasi partnerzy:

* STOWARZYSZENIE STREFA WSPARCIA
* CARITAS AW Specjalistyczna Placówka Wsparcia Dziennego
* TPD OCHOTA Środowiskowe Ognisko Wychowawcze
* STOWARZYSZENIE SYNTONIA
* OPS OCHOTA
* ŚRODOWISKOWE CENTRUM ZDROWIA PSYCHICZNEGO DLA DZIECI I MŁODZIEŻY WARSZAWA ŚRÓDMIEŚCIE, OCHOTA, URSUS.