

## **Darmowe telefoniczne wsparcie w sytuacji pandemii COVID-19 oferowane przez [Podkarpackie Stowarzyszenie Psychoterapeutów](#)**

Jako grupa zawodowa profesjonalnie zajmująca się pomocą w radzeniu sobie z rzeczywistością psychiczną **proponujemy skorzystanie przez czas trwania pandemii, z darmowego telefonicznego wsparcia dla osób znajdujących się w trudnej emocjonalnie sytuacji.**

Poniżej znajduje się lista kontaktów do psychoterapeutów oraz dzień tygodnia i godziny kiedy można umówić się na rozmowę za pośrednictwem telefonu.

**Prosimy o wcześniejsze umówienie się za pośrednictwem SMS ze specjalistą.**

### **Lista kontaktów:**

tel. 600 186 127, **piątek 17.00 – 20.00**

tel. 502 102 317, **wtorek 10. 00 – 12.00**

tel. 662 234 604, **wtorek 10.30 – 11.30**

tel. 783 678 635, **środa 18.00 – 19.00**

tel. 534 066 978, **wtorek 19.00 – 20.00, czwartek 10.00 – 11.00**

tel. 697 363 288, **środy 12.00 – 13.00**

tel. 604 794 670, **poniedziałek 18.00 – 20.00**

tel. 501 242 297, **poniedziałek 8.00 – 10.00, środa 8.00 – 11.00, czwartek 8.00 – 12.00**

tel. 503 025 888, **poniedziałek 14.00 – 15.00, piątek 15.00 – 16.00**

tel. 881 442 883, **piątek 16.00 – 17.00**

**Więcej informacji można uzyskać na stronie Podkarpackiego Stowarzyszenia Psychoterapeutów <http://www.psychoterapia-podkarpackie.pl>,  
gdzie będzie aktualizowana na bieżąco lista kontaktów.**