

## **WAKACJE! URLOPY! WYPOCZYNEK! A właściwie ... skąd się wzięły wakacje?**

Zbliża się czas wakacji, urlopów ,wypoczynku. Z pewnością dla większości osób jest to okres zatrzymania się, skupienia uwagi na sobie, dla nabrania sił psychicznych i fizycznych – tzw. „wewnętrznego zresetowania”. Jest to też czas wyjazdów, odwiedzin, zawierania nowych przyjaźni. Czasem powrót do równowagi psychicznej wymaga zmierzenia się z trudnymi przeżyciami, sytuacjami, zdarzeniami. Wówczas warto sięgnąć po pomoc, wsparcie specjalistów.

TOIKiWOP pozostaje czynny całodobowo przez cały rok.

Zapraszamy do kontaktu osobistego lub telefonicznego.

TOIKiWOP

ul. Szarych Szeregów 1

33 - 101 Tarnów

Tel. 14 655 36 36

Tel. kom. 500 583 047