

PSYCHOLOGICKÉ PORADENSTVÍ

Psychologické poradenství může pomoci lépe porozumět sám sobě a vlastnímu životu, vede k nacházení nových způsobů chování a řešení problémů. Může vám pomoci unést těžké chvíle a zorientovat se v situaci nebo vztazích, které se v závalu problémů zdají neřešitelné.

Poradenství je zaměřeno na

- konflikty a nedorozumění v mezilidských vztazích,
- problémy s vlastním sebehodnocením,
- obavy ze selhávání v práci nebo škole.

Psychologické poradenství je dále účinnou pomocí při

- nutkání
- úzkostech
- strachu
- těžkém rozhodování
- depresivních náladách
- hledání životního smyslu

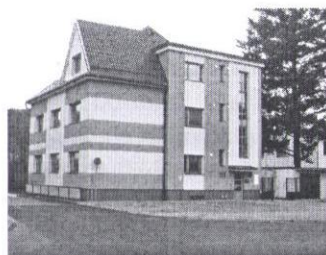
K dalším tématům, kterými se zabýváme, patří

- pocity viny
- hořkost vůči okolí
- problematika víry a náboženství
- adaptace na život s nejrůznějšími handicapy
- přijetí změn v životě
- poznání vlastní osobnosti
- osobnostní rozvoj
- uplatňování psychohygienických zásad
- základní dovednost relaxace

Pro využití služeb poradenské psycholožky není potřeba lékařské doporučení, potřebná je pouze snaha opravdu řešit situaci, ve které se nacházíte.

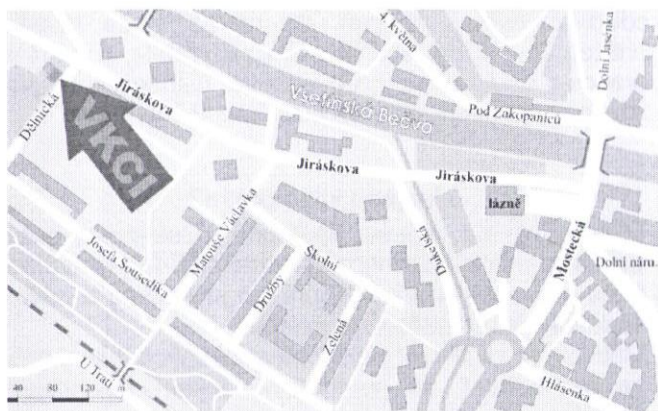
Psychologické poradenství		
čtvrtek	8.00 - 12.00	12.30 - 16.30
kontakt	Mgr. Miluše Fišerová tel. 571 410 231 mob. 774 262 243 m.fiserova@vkci.cz www.vkci.cz	

Zájemcům doporučujeme objednat se předem!



Občanské i psychologické poradenství najdete:

Vzdělávací a komunitní centrum Integra, o.p.s.
Koordinační a informační centrum Vsetín
Jiráskova 419
755 01 Vsetín



**Zrekonstruovaná budova
před továrnou TES Vsetín (bývalý MEZ)**

VKCI o.p.s.

Vzdělávací a komunitní centrum Integra Vsetín

OBČANSKÁ PORADNA PŘI VKCI VSETÍN o.p.s.

Ocitli jste se v obtížné situaci?



Nevíte na koho se obrátit?

Nevíte si rady?

Nevíte na co máte nárok?

Chcete znát svá práva a povinnosti?

Získáte u nás bezplatnou, nezávislou, nestrannou pomoc, respektující prostředí, praktické, věcné a správné informace!

PSYCHOLOGICKÉ PORADENSTVÍ PŘI VKCI VSETÍN o.p.s.

Máte pocit že vaše problémy nelze unést?

Řešíte problémy ve vztazích?

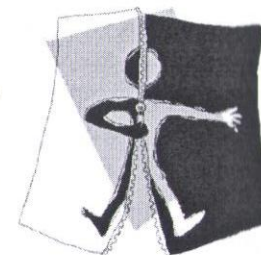
Nevyznáte se v sobě?

Jste stále nervózní?

Trpíte strachem?

Nevíte kudy dál v životě?

Zajímá vás, jak lépe zvládat stres?



OBČANSKÁ PORADNA



KDO JSME?

Občanská poradna je nezávislým místem **bezplatné**, diskrétní a nestranné pomoci. Provázíme občany při jejich obtížích a podporujeme je při samostatném zvládání jejich problémů, přičemž vycházíme z jejich individuálních potřeb.

Jaké je naše poslání?

- Občanská poradna poskytuje rady, informace a pomoc těm, kteří se nachází v tíživé životní situaci nebo jim taková situace hrozí.
- Je nezávislým místem **bezplatné**, diskrétní a nestranné pomoci.
- Provázíme občany při jejich obtížích a podporujeme je při samostatném zvládání jejich problémů, přičemž vycházíme z jejich individuálních potřeb.
- Usilujeme o to, aby občané netrpěli neznalostí svých práv a povinností, neznalostí dostupných služeb nebo neschopností vyjádřit své potřeby či hájit své oprávněné zájmy

Co je naším cílem?

Cílem Občanské poradny Vsetín je informovat či podpořit praktickou pomocí nebo asistencí uživatele tak, aby byl na základě podaných informací a rad schopen samostatně, s pomocí nebo s asistencí řešit své problémy a předcházet jejich vzniku.

Výhodou, kterou občanské poradenství přináší, je možnost poskytnout uživateli takovou komplexní péči, aby se na jednom místě dozvěděli co nejvíce potřebných informací.

Co můžeme poskytnout?

Poradenství je poskytováno zejména v těchto oblastech:

- **rodina a mezilidské vztahy (rozvody, vyživovací povinnost...)**
- **dluhová problematika** (pomoc při oddlužení-osobním bankrotu...)
- **finanční a rozpočtová problematika (exekuce, rodinné účetnictví...)**
- **majetkoprávní vztahy** (darování, dědění, společné jmění manželů...)
- **ochrana spotřebitele (reklamace, odstoupení od smlouvy...)**
- **bydlení (nájemní vztahy...)**
- **občanské soudní řízení (pomoc se sepsáním odvolání, odporu, žaloby, např. žalobou o rozvod manželství nebo žalobou o zaplacení dlužné částky...)**
- **sociální zabezpečení** (invalidní důchody, starobní důchody, dávky v hmotné nouzi, dávky státní sociální podpory...)
- a jiné

Co může občan očekávat při návštěvě OP?

Zájemce je seznámen s informacemi o službě. Souhlasí-li s podmínkami pro poskytování služby, je mezi ním a poradnou uzavřena ústní smlouva o poskytnutí sociální služby a stává se uživatelem této služby. O konzultaci je veden anonymní záznam, do něhož může uživatel nahlížet. Je-li třeba osobních údajů uživatele, požádá jej poradce o souhlas s jejich uvedením. Osobní údaje jsou vždy ke konci kalendářního roku znečištěny.

Jaká jsou vaše práva?

- Máte právo na ochranu soukromí, důstojnosti, dobré pověsti a jména. Všechno co poradci sdělíte, je důvěrné.
- Máte právo získat věcné, správné informace a návrhy vedoucí k řešení vašeho problému.
- Máte právo zvolit si některé z navrhovaných řešení nebo se rozhodnout, že navrhované řešení nevyužijete. Poradce vaše rozhodnutí respektuje.
- Máte právo rozhovor ukončit kdykoliv bez udání důvodu.
- Máte právo se na poradnu znovu obracet.

Zásady občanského poradenství

Bezplatnost

- občanské poradenství je bezplatné - máte právo na přístup k zákonům a službám

Diskrétnost

- můžete vystupovat anonymně, údaje nejsou poskytovány třetím osobám bez vašeho výslovného souhlasu
- poradce i organizace jsou vázáni mlčenlivostí, mimo oznamovací povinnost

Nezávislost

- jsme nezávislá nevládní organizace
- poskytujeme sociální služby bez ovlivnění zájmy jiných organizací/institucí

Nestrannost

- poradenství poskytujeme všem lidem bez rozdílu rasy, pohlaví, zdravotního postižení, sexuální orientace, světonázorové orientace, politické příslušnosti, sociálního postavení apod.

Kdy nás můžete navštívit?

Zájemce si termín konzultace může dohodnout předem telefonicky, nebo osobně každý pracovní den v době od 8.00 do 14.30.

Tento postup doporučujeme!

Zájemcům, kteří se dostaví bez objednání nemůžeme zaručit, že je budeme moci v danou chvíli z kapacitních důvodů přijmout.



571 410 231



774 262 243



Na problémy nejste sami