

# RAZEM ŁATWIEJ

Program skierowany jest do **dzieci i młodzieży** w wieku **10-19 lat**, które doświadczają smutku, samotności, myśli samobójczych czy też kryzysu psychicznego.

Ze wsparcia skorzystają także **rodzice i opiekunowie dzieci**, które tej pomocy potrzebują.

W trosce o **zdrowie uczniów** dolnośląskich szkół, rozpoczynamy realizację programu **wsparcia psychologicznego i zapobiegania samobójstwom wśród dzieci i młodzieży**.

Zachęcam do współpracy  
- Marcin Krzyżanowski Wicemarszałek  
Województwa Dolnośląskiego.

NIE ZWLEKAJ I SKORZYSTAJ  
**BEZPŁATNA POMOC PSYCHOLOGICZNA**

[razemlatwiej@cogitozdrowie.pl](mailto:razemlatwiej@cogitozdrowie.pl) | [cogitozdrowie.pl](http://cogitozdrowie.pl) | [www.umwd.dolnyslask.pl/zdrowie/profilaktyka](http://www.umwd.dolnyslask.pl/zdrowie/profilaktyka)

Program sfinansowany ze środków Samorządu Województwa Dolnośląskiego.



**CZUJESZ NIEMOC?**

ZADZWOŃ POD BEZPŁATNY NUMER  
**+48 800 805 600**

lub napisz:

[razemlatwiej@cogitozdrowie.pl](mailto:razemlatwiej@cogitozdrowie.pl)

**„RAZEM ŁATWIEJ”**

## Jak pomagamy?

Zadzwoń pod bezpłatny numer:  
**+48 800 805 600**  
lub napisz na adres e-mail:  
[razemlatwiej@cogitozdrowie.pl](mailto:razemlatwiej@cogitozdrowie.pl),  
a otrzymasz wsparcie i pomoc  
blisko miejsca zamieszkania.

Naszym zadaniem jest udzielanie  
wsparcia terapeutycznego oraz  
diagnostycznego. Pomoc otrzymują  
dzieci i młodzież, a także ich  
rodzice i opiekunowie.