

Ośrodek Profilaktyki i Socjoterapii dla Dzieci i Młodzieży „Pępek”

Fundacja ETOH

Ośrodek „Pępek” jest miejscem, gdzie profesjonalną pomoc i wsparcie otrzymują dzieci, młodzież oraz ich rodzice i opiekunowie.

Szczególną opieką otaczamy dzieci i młodzież doświadczających trudności w rodzinie z problemem uzależnienia i/lub przemocy.

Od 1994 roku działamy na terenie Dzielnicy Śródmieście i realizujemy projekty we współpracy z Wydziałem Sportu i Spraw Społecznych Dzielnicy Śródmieście oraz z Biurem Pomocy i Projektów Społecznych m.st. Warszawy.

Współpracujemy również z innymi instytucjami oraz organizacjami pozarządowymi na terenie całej Warszawy.

Nasi młodzi odbiorcy są kierowani do naszej placówki przez rodziców, pedagogów, psychologów szkolnych, kuratorów, asystentów rodziny i pracowników socjalnych.

Cele, które realizujemy:

- Zrozumienie i radzenie sobie z emocjami w rodzinie z problemem uzależnienia i/lub przemocy.
- Rozwijanie umiejętności społecznych.
- Wsparcie w trudnych sytuacjach życiowych.
- Budowanie pewności siebie i samooceny.
- Uczenie strategii radzenia sobie ze stresem, lękiem i innymi problemami zdrowia psychicznego.
- Rozwój umiejętności radzenia sobie z problemami.
- Wsparcie w rozwoju poznawczym - poprawa pamięci i koncentracji
- Promowanie zdrowych relacji.
- Przygotowanie do przyszłości - pomoc w planowaniu przyszłości, w tym wyborach edukacyjnych i zawodowych, oraz w przejściu do dorosłości.

Każdy przypadek jest indywidualny, dlatego cele terapii dostosowujemy do konkretnych potrzeb i sytuacji rodziny.

ZROZUMIENIE

ŻYCZLIWOŚĆ

BEZPIECZEŃSTWO

Wszystkie działania pomocowe, zarówno w kontakcie indywidualnym, jak i grupowym, odbywają się w atmosferze zrozumienia, życzliwości i bezpieczeństwa.

Mają na celu pomoc naszym odbiorcom w nabywaniu umiejętności radzenia sobie z trudnymi sytuacjami rodzinnymi. Chcemy pokazać, że trudności można rozwiązywać.

Pracujemy na zasobach rodziny, odwołując się do ich potencjału i możliwości na różnych etapach funkcjonowania rodziny.

Roczny Projekt

Finansowany ze środków Dzielnicy Śródmieście m.st Warszawy,
we współpracy z Wydziałem Sportu i Spraw Społecznych.

Wspieranie działań w obszarze przeciwdziałania alkoholizmowi,
narkomanii i przemocy domowej w Dzielnicy Śródmieście m.st.
Warszawy w 2024 roku.

Indywidualne oddziaływania pedagogiczne skierowane do dzieci i młodzieży:

- Terapia Biofeedback dla dzieci i młodzieży w wieku 6-26 lat
- Terapia Integracji Sensorycznej dla dzieci w wieku 3-10 lat
- Terapia pedagogiczna dla dzieci w wieku 4-11 lat

Grupowe oddziaływania pedagogiczno-psychologiczne dla dzieci/młodzieży i rodziców/opiekunów:

- Warsztaty focusingowe dla rodziców
- Warsztaty mindfulness dla dzieci i młodzieży w wieku 6-18 lat
- Wsparcie dla dzieci i młodzieży w wieku 3 -18 lat

Wsparcie psychologiczne w ramach kontaktu indywidualnego:

- Wsparcie dla dzieci i młodzieży w wieku 3-18 lat
- Indywidualne wsparcie psychologiczne dla młodzieży
w wieku 19-26 lat

Specjalistyczne wsparcie i doradztwo pedagogiczne dla rodzin:

- Konsultacje specjalistyczne dla rodziców dzieci i młodzieży 3-18 lat
- Mediacje rodzinne

POMOC JEST BEZPŁATNA

Pomoc psychologiczna i pedagogiczna w Ośrodku jest bezpłatna.

Udział w zajęciach jest dobrowolny, poprzedzony wstępnym
kontraktem z dzieckiem i rodzicem.

Jak się z nami skontaktować?

W celu umówienia się na wizytę należy zadzwonić pod numer:

Tel. stacjonarny: **22 828 21 99**

Tel. komórkowy: **668 320 608**

Media społecznościowe:

Messenger, Facebook, strona internetowa Fundacji ETOH.

Adres:

Ul. Hoża 41, domofon 200, 00-681 Warszawa

Pomoc udzielana jest przez terapeutów, trenerów, profilaktyków,
pedagogów z wieloletnim doświadczeniem zawodowym.



projekt finansuje
miasto stołeczne
Warszawa

