



GARŚĆ INFORMACJI OD PSYCHOLOGA

ŚWIĄTECZNY PORADNIK WSPARCIA
SPRAWDŹ, JAK POCZUĆ SIĘ LEPIEJ W ŚWIĘTA.

tel. 12 39 99 528, Budynek Główny UIK pokój 311
psycholog@ignatianum.edu.pl
<https://bon.ignatianum.edu.pl>



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Projekt nr FERS.01.05-IP.08-0016/25-00 pt. „Ignatianum: Edukacja przyszłości -
wsparcie i innowacje dla studentów” w ramach programu Fundusze
Europejskie dla Rozwoju Społecznego 2021-2027 współfinansowanego ze
środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus.





ŚWIĘTA W MEDIACH TO CZĘSTO „IDEALNY OBRAZEK”. W RZECZYWISTOŚCI MOGĄ WYGLĄDAĆ BARDZO RÓŻNIE!



Czas odpoczynku, bliskości i radości.

Czas napięcia, samotności, trudnych relacji.

Czas trudnych rodzinnych spotkań.

Czas wspomnień i tęsknoty za bliskimi.

Czas bez szczególnego znaczenia.

**NIEZALEŻNIE OD TEGO, JAK WYGLĄDA U CIEBIE TEN CZAS,
TO TY MASZ WPŁYW NA TO, JAK O SIEBIE ZADBASZ!**