**Jako Fundacja Instytut Świadomości zwracamy się do Państwa z prośbą o pomoc w rozpowszechnieniu informacji o naszej akcji społecznej dedykowanej seniorom Tak Życzliwości Nie Samotności realizowanej we współpracy z Głosem Seniora.**

W związku z epidemią koronawirusa oraz trudną fizycznie i psychicznie sytuacją dla wszystkich z nas uruchamiamy dedykowany dla seniorów Terapeutyczny Telefon Wsparcia Instytutu Świadomości.

Instytut Świadomości w ramach swojej misji społecznej na co dzień prowadzi terapie, procesy terapeutyczno rozwojowe oraz wsparcie emocjonalne dla wszystkich, którzy tego potrzebują. W tym wymagającym i niepewnym czasie chcemy bezpłatnie wesprzeć tych, którym teraz jest najtrudniej - osoby starsze.

* *Skala wykluczenia społecznego, ograniczeń i pogłębiającej się samotności jest ogromna* - mówi Ewelina Zych-Myłek, Prezes Fundacji Instytut Świadomości. - *Nie możemy zapominać, że walczymy nie tylko z kryzysem gospodarczym i zdrowotnym, ale przede wszystkim z kryzysem psychologicznym i emocjonalnym, który dotyczy każdego z nas - osób młodych i w sile wieku, ale zwłaszcza osób już na co dzień bardziej samotnych i słabszych. Zagubienie, strach, lęk, panika, brak lub przesyt informacji, ograniczenie lub całkowite uniemożliwienie kontaktów z rodziną, przyjaciółmi, sąsiadami może spowodować traumę społeczną, z którą nie będziemy mogli poradzić sobie długo po ustaniu epidemii. Uruchamiając Terapeutyczny Telefon Wsparcia Instytutu Świadomości chcemy pomóc osobom starszym i samotnym w epidemii emocjonalnie, dać poczucie, że po drugiej stronie słuchawki jest prawdziwa osoba, której zależy i która wysłucha, pomoże, porozmawia o rozwiązaniach, doda otuchy w trudnych chwilach. Pamiętajmy, że większość osób, seniorów w dużych miastach żyje na co dzień w bardzo małych mieszkaniach lub kawalerkach i długotrwałe zamknięcie w tak ograniczonej przestrzeni destrukcyjnie i depresyjnie wpływa na ludzką psychikę. Nasza fundacja jest po to, aby pomóc* - dodaje Ewelina Zych-Myłek.

**Terapeutyczny Telefon Wsparcia Instytutu Świadomości jest czynny pod numerem 660-519-565 już od dziś (1 kwietnia 2020 r.) do końca miesiąca codziennie (również w weekendy) w godzinach 10:00-13:00.**

Instytut Świadomości powstał z miłości i szacunku do Istoty Życia. Życia pojmowanego jako Człowiek i cały otaczający go Świat.

​Budujemy świadomość w najbardziej kluczowych obszarach życia Człowieka definiowanymi jako obszar zdrowia, społeczeństwa, nauki i technologii, a także środowiska, w którym jako społeczeństwo funkcjonujemy, szczęścia i satysfakcji z Życia oraz dążenia do harmonii i piękna.

​Uważamy, że Człowiek zasługuje na wartościowe Życie w wysokiej jakości, a ludzka cywilizacja na kontynuację i rozwój.

​Naszą misją jest podnoszenie świadomości i samoświadomości w każdej dziedzinie życia zarówno w jednostkach, jak i całych społeczeństwach.

[www.instytutswiadomosci.online](https://l.facebook.com/l.php?u=http%3A%2F%2Fwww.instytutswiadomosci.online%2F%3Ffbclid%3DIwAR3oy5ZXq-8XhMYKRW7r9RczvscaK2fU6eZhTG0_HcFWvbRvcN4BojOgeHc&h=AT1j4jorPoYjdHo7wlh3hxTeyWofDjl-DuAgg3H_7VHuP9Qbm7K9ZieS82gTNPb6UsbmKBZbr3RXhEl6P9XeBzTl75ZOrwaFJRqUhtWcQszqpc8Ic1opnu2PcvOgyu3w0ZE8vWvAJuZt6a7s6AVkEWsFtZeigJLhbFdCk5u872ivn59x7ehO8kX_yRA7-EST7OAKv3hLiRcTUb982hwLVrqeV9gOX2E84yixQG5iJj6YElTu1RZ2v2DNLJlbgz4edmrAyykR3plzjvImRuXbMjZGfOQRU27zucR5VHwFt58TE_5AacR5DkIJSTVuKXedt-k_5R2NNUJXi09pasWdqHuj6fKTcXF3ViFhqCyiK75evjNWmhI9OQ3EGmipiipj3lRXTZQcfk1x5p6EhaLjV7rvQbc552YC0DjRSmR8pMdwQe72X2aMUnYqJyyUQc4n3C_k4kBb6rCw6y9QOxkVXNA1iKdb2VjuttTc3IoBTmqgiMkpTz6cx_8fRWZJHnTo0EUS8Cwp8IfZfMT-sPaqGDLRxZJxXCUZC4PV_KbbPwEvskl8BVS_D74hkpMNZIrR3lhCMd_3fBeR5g8Ecjf2iYARCyJNe47JwL4o1orh-WjBuBRKhAWnxj3NhjqL3sQ)

Fundacja Instytut Świadomości

mail: [naukaiswiadomosci@gmail.com](mailto:naukaiswiadomosci@gmail.com)

tel: 660-519-565