

Dyżur psychologa w Urban Lab



Spotkania / Warsztaty

23.10.2026

08:00

-

23.10.2026

11:00

Wstęp wolny (zapisy: zapisy@urbanlab.opole.pl)

W Urban Labie otwieramy dla Was bezpieczną przestrzeń. Zapraszamy na indywidualne, bezpłatne dyżury psychologiczne na zapisy mailowe.

PAŹDZIERNIK, w godzinach 8:00-11:00

02.10.26 r.

08.10.26 r.

09.10.26 r.

16.10.26 r.

22.10.26 r.

23.10.26 r.

29.10.26 r.

LISTOPAD, w godzinach 8:00-11:00

06.11.26 r.

13.11.26 r

Zapisy: zapisy@urbanlab [dot] opole [dot] pl

Tytuł maila: "Konsultacja psychologiczna"

W treści: Imię, nazwisko, wiek, data, zagadnienie

UWAGA! Pani psycholog odpisuje w wyznaczonych dniach i umawia się z maila:

magda [dot] matczak [dot] psycholog@gmail [dot] com

☐ Gdzie? Urban Lab, 1 Maja 4, 3 piętro

☐ Kto na Was czeka?

Magda Matczak to doświadczona psycholożka z 20-letnim stażem w prowadzeniu warsztatów oraz 15-letnim doświadczeniem w działaniach NGO (twórczyni fundacji psychoedukacyjnej). Należy do Polskiego Towarzystwa Terapii Poznawczej i Behawioralnej oraz PTDBT, a swoją pracę poddaje stałej Superwizji.

W swojej codziennej praktyce pomaga osobom zmagającym się z lękiem, depresją, obniżonym nastrojem czy kryzysami życiowymi. Specjalizuje się w terapii indywidualnej dorosłych oraz diagnozie ADHD. Jako samorzeczniczka ADHD, szczególnie ciepło zaprasza do kontaktu osoby neuroróżnorodne.

Magda wierzy, że każdy ma w sobie siłę do odzyskania równowagi – w Urban Lab stworzy dla Was przestrzeń pełną akceptacji, empatii i całkowitego bezpieczeństwa.

Urban Lab Opole to miejsce dialogu i innowacji na rzecz podnoszenia jakości życia w mieście, powstałe w ramach projektu "Urban Lab - Miasto dla Młodych", finansowanego ze środków programu Pomoc Techniczna dla Funduszy Europejskich na lata 2021-2027.

Tagi

urban lab