

MEETING FOR ENGLISH-SPEAKING UAM COMMUNITY

Psychological Support and Development Center at UAM invites you to an online meeting (MS TEAMS) hosted by dr Nadia Kruszyńska, a clinical psychologist and psychotherapist.

We warmly welcome all English speaking students, PhD students, and employees of our University to join us on Dec 10th, at 15.30.

Studying and working abroad nowadays may become a stressful challenge. There is no need to go through it alone. Your wellbeing is our priority, and we are here to support you on every step of the way. During the meeting we would like to introduce our free of charge services, provide you with useful information and contact details. We will also run a Q&A session and share a few effective stress coping tips.

How to join the event?

Meeting is planned for **Dec 10th, for 15.30-16.15 on MS TEAMS**. To join us, please click link below, https://teams.microsoft.com/l/channel/19%3aeeerx906-4QCeLW7PspZRxfGSdyt_dDEdp54jxc3km201%40thread.tacv2/Og%25C3%25B3lny?groupId=425c4ae5-9b66-459b-beaf-4c492216a437&tenantId=73689ee1-b42f-4e25-a5f6-66d1f29bc092

and you will be added to the group: „Psychological services for English speaking UAM community”. Then our meeting will be added to your calendar. You can open the meeting by clicking on it in your calendar, or via group, „Psychological services for English-speaking UAM community”.

Information about the meeting can also be found on our website under "Psychological services in English".

<https://uam.sharepoint.com/sites/PoradniaRozwojuIWsparciaPsychicznego/SitePages/Psychological-services-in-English.aspx>

SPOTKANIE DLA ANGLOJĘZYCZNEJ SPOŁECZNOŚCI UAM

Poradnia Rozwoju i Wsparcia Psychicznego UAM serdecznie zaprasza anglojęzycznych studentów, doktorantów i pracowników na spotkanie online z dr Nadią Kruszyńską, psychologiem klinicznym i psychoterapeutką. Spotkanie odbędzie się 10. grudnia 2021r. o godz. 15:30

W obecnych czasach studia i praca za granicą mogą stanowić dość stresujące wyzwanie. Nie musisz mierzyć się z nim samotnie. Twój dobrostan jest dla nas priorytetem, więc sprawdź jakie wsparcie możemy Tobie zaoferować na każdym kroku. Podczas spotkania poznasz zakres naszych darmowych usług w obszarze wsparcia psychologicznego, psychoterapii i interwencji w kryzysie. Chętnie

odpowiemy na Twoje pytania podczas sesji Q&A a także podzielimy się praktycznymi wskazówkami jak dobrze radzić sobie ze stresem.

Jak dołączyć do spotkania?

Spotkanie odbędzie się **na platformie MS TEAMS, 10 grudnia, w godz. 15.30-16.15**. By dołączyć do kanału „Psychological services for english speaking UAM community”, proszę kliknąć poniższy link:

https://teams.microsoft.com/l/channel/19%3aeeerx906-4QCeLW7PspZRxfGSdyt_dDEdp54jxc3km201%40thread.tacv2/Og%25C3%25B3lny?groupId=425c4ae5-9b66-459b-beaf-4c492216a437&tenantId=73689ee1-b42f-4e25-a5f6-66d1f29bc092

Po dołączeniu do kanału zaplanowane na 10. grudnia spotkanie pojawi się w Państwa kalendarzu w aplikacji MST TEAMS. Spotkanie rozpocznie się o godz. 15:30. Można do niego dołączyć z kalendarza lub z poziomu kanału „ Psychological services for English speaking UAM community” klikając w zaplanowane spotkanie.

Informację o spotkaniu można także znaleźć na stronie Poradni w zakładce „Psychological services in English”

<https://uam.sharepoint.com/sites/PoradniaRozwojuiWsparciaPsychicznego/SitePages/Psychological-services-in-English.aspx>