

«Я АКТИВ!»

**Антикризисный
консультационный
психологический центр**

Работаем с 2018 года



О проекте

Центр «Я АКТИВ!»

Это социальный благотворительный проект,
который осуществляется

Автономной некоммерческой организацией
Центр информации и консультаций

«ТОП-Активити» (ОГРН 1185476036745) с 2018г.

Страница в Интернете www.center-active.ru

Это бесплатная психологическая помощь
лицам, попавшим в трудную жизненную
ситуацию.

ЯАКТИВ! – это призыв найти в себе тот
внутренний потенциал, который поможет
справиться с любой жизненной задачей

И команда неравнодушных
ПСИХОЛОГОВ-ВОЛОНТЕРОВ!

Наша миссия

Информирование и консультирование лиц в социально значимых сферах.

Людям важно находить правильные решения в сложные жизненные периоды.

Психологическое консультирование является востребованным в современных условиях. Именно поэтому наша работа направлена на психологическую помощь лицам, попавшим в трудную жизненную ситуацию.

С 2023 года мы уделяем повышенное внимание поддержке своих психологов-волонтеров, работающих с клиентами Центра



Директор

Жилина Елена Александровна

Психолог, педагог, юрист, специалист по работе с персоналом.

В управлении НКО - с 2003 года.

Образование - два ВУЗа, аспирантура, повышения квалификации. Награждена благодарственными письмами мэра г. Новосибирска, министерств, партнеров.

**Помогающие и обучающие профессии
как жизненная ценность.**

Идея Центра родилась после того, как я сама получила профессиональную помощь психолога в кризисной ситуации.

Центр родился в период ковида, но оказался нужным и вне пандемии.

Каждый день - новые вызовы!



ЦЕНТР «Я АКТИВ!» сегодня:

6 лет социально ориентированной НКО
4 гранта: Фонд президентских грантов,
Министерство региональной политики НСО
160 психологов-волонтеров за весь период,
110 специалистов - на данный момент
Более 6000 человек уже оказана помощь
География - вся РФ, ближнее зарубежье,
далнее зарубежье (помощь русско- говорящим
согражданам)
**ЧАТ психологов и Библиотека полезных
материалов для клиентов и психологов(книги,
статьи, презентации)**
4 аккаунта - в ВК, Дзен, Рутьюб, Телеграмм
**Более 100 открытых вебинаров, мастер-
классов, семинаров, супervизий**
Сотрудничество: СМИ, блогеры, УФСИН по МО,
Онлайн институт практической психологии

Команда



Елена Заречнева (г. Сочи) – практический психолог, педагог, преподаватель психологии, эксперт-супервизор, координатор образовательных программ Центра.

Ирина Анисимова (г. Рязань) – практический психолог, преподаватель психологии, эксперт-супервизор, координатор образовательных программ Центра.

Екатерина Уфимцева(г.Екатеринбург) – психолог-консультант, клинический психолог, журналист-копирайтер Центра

Юлия Каракашева (г. Амстердам) – практический психолог, консультант по развитию Центра и фандрайзингу

Евгений Ага (республика Кипр) – психолог-консультант, специалист по СММ и маркетингу Центра

Евгений Волкович (республика Башкортостан) – программист, специалист по созданию сайта и цифровизации работы с заявками Центра

Елена Сноркина (г. Москва) – практический психолог, координатор образовательных программ

Кто наши благополучатели?

Люди, попавшие в трудную жизненную ситуацию.

Те, кому сложно справиться с болезнью, одиночеством, негативными эмоциями, страхом, депрессией, бессилием.

Те, кто ждет помощи и поддержки.

Те, для кого беседа с психологом может стать началом нового жизненного пути, поможет найти выходы и решения.

Как правило, это социально незащищенные группы лиц: молодежь, женщины, молодые матери, родители, многодетные семьи, студенты, пенсионеры, безработные.



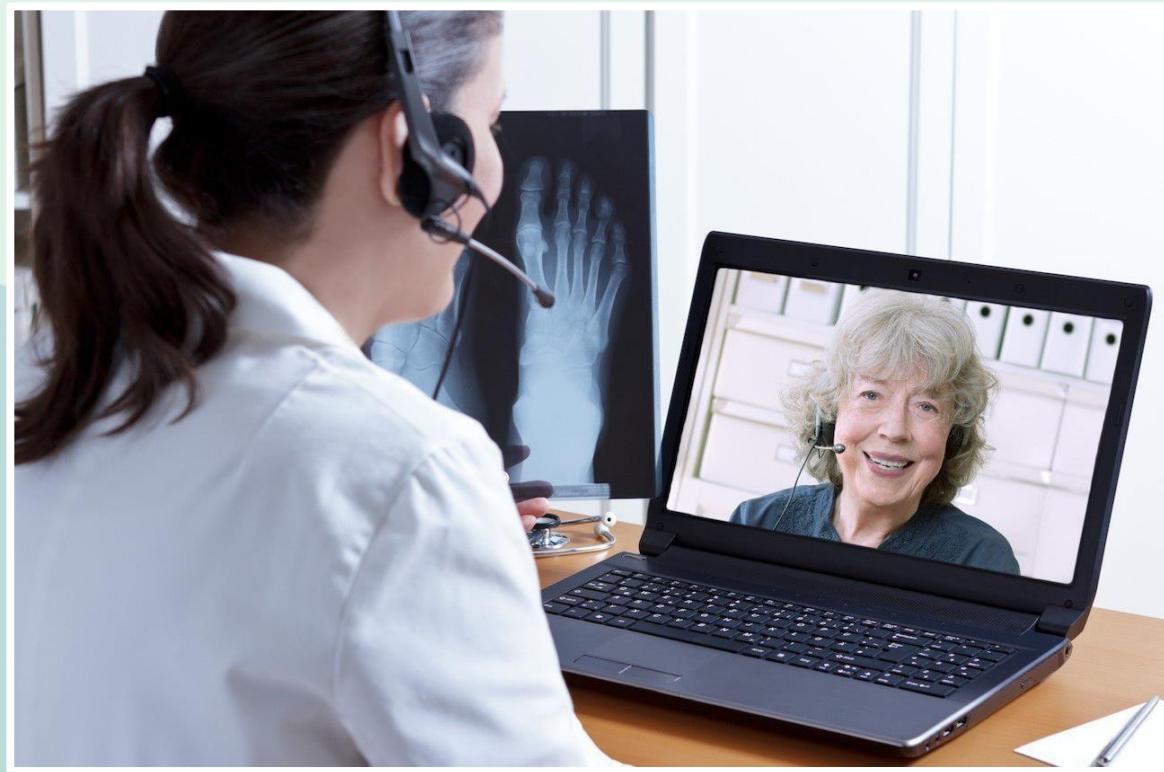
Что такое трудная жизненная ситуация

Любая ситуация, с которой человек **не может справиться** самостоятельно, является трудной жизненной ситуацией.

Болезнь, потеря работы и жилища, насилие в семье, агрессия в партнерстве и в коллективе, уход близкого человека, эмоциональные и коммуникативные сложности, суицидальные мысли – вот неполный перечень таких ситуаций.

И в наше сложное время от них **не застрахован никто.**

Как мы работаем



Психолог — это тот профессиональный собеседник, который умеет задавать правильные открытые вопросы и через них помогает находить человеку выход в самых сложных безвыходных ситуациях.

И именно **психолог** - специалист по МЕНТАЛЬНОМУ здоровью - готов дать клиенту те рекомендации, которые ему помогут здесь и сейчас,

Человек регистрирует заявку, мы связываемся и оказываем профессиональную психологическую поддержку онлайн. Бесплатно.

С чем мы работаем

Когда нужен психолог?

Каждый день мы работаем с очень разными запросами

СОСТОЯНИЯ

Психолог поможет, если вы попали в трудную жизненную ситуацию и не знаете, как из нее выйти

ЭМОЦИИ

Психолог поможет, если у вас негативные эмоции - страх, печаль, тревога, обида, разочарование, и вы не справляетесь с ними сами

ДЕЙСТВИЯ

Психолог поможет, если вы не знаете, что предпринять, чтобы что-то изменить в своей жизни

Какие запросы к нам поступают?

- Сложности с работой
- Сложности со здоровьем
- Сложности в отношениях, в семье
- Негативные эмоции. Депрессии.
- Агрессия окружающих
- Сложности с жильем и финансами
- Потеря родных и близких
- Страх, паника, ПА, фобии
- Суицидные мысли

Это неполный перечень вопросов, с которыми к нам обращаются люди.

В планах - подготовить краткое пособие для психологов по частым запросам.



Почему наши консультации бесплатны?

Потому что далеко не у каждого сегодня есть деньги оплачивать услуги психолога. А потребность решать свои сложные жизненные вопросы есть.

Наш Центр «ЯАКТИВ!», как и любой благотворительный проект, существует на средства пожертвований и субсидий. Это федеральные и муниципальные гранты, пожертвования физических лиц и корпораций.

Наша ценность - **психологи-волонтеры**.

Наша некоммерческая организация — социально ориентированная, мы дорожим своим именем и своим делом. И главная наша миссия — помочь людям, попавшим в беду.

Наши услуги

Наши специалисты умеют работать персонально, в группах и на открытых площадках – онлайн и офлайн

Сегодня это:

- Персональные онлайн консультации
- Групповые/семейные консультации
- Открытые вебинары, мастер-классы, супervизии

В планах:

- Автоматизация работы с заявками, агрегатор услуг
- Увеличение количества психологов и клиентов
- Корпоративная психология, командные сессии: в обмен на поддержку бизнеса мы готовы работать в коллективах партнеров, проводить коучинг и психологическую поддержку топ-менеджеров и персонала

Отраслевое сотрудничество (УФСН, образование, медицина и т.п.)

**Если вам близка идея социальной работы, если вы
готовы делиться своими знаниями, активностью,
финансами, если для вас
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ –озвучное слово,
приглашаем поддержать нашу социальную работу**

Что нам нужно?

- волонтеры- специалисты**
- информационное и организационное партнерство**
- финансы/ гранты / субсидии/ дарение**

Волонтеры-специалисты

Если вы готовы безвозмездно принимать посильное участие в проекте **«Центр «Я АКТИВ!»**, то нам будут полезны психологи, маркетологи, копирайтеры, фандрайзеры, промоутеры, СММ-специалисты, дизайнеры, организаторы events и промо акций и все те, кто готов безвозмездно вкладывать свой профессионализм в этот проект.

Сообщите нам о вашем желании и опыте и мы с благодарностью примем вашу помощь и труд



Информационное партнерство (СМИ и порталы, блогеры и т.п.)

Любая информационная поддержка бесцenna.

Чем больше людей и организаций узнает о нашем проекте, тем больше благополучателей смогут получить нашу психологическую консультацию в самый сложный жизненный момент.

Ваша помощь - реклама, тематические посты и статьи, интервью, мероприятия, продвижение, информационные материалы в любом виде смогут расширить границы нашей деятельности, а значит преумножить наши социальные усилия.



**Мы не работаем на прибыль.
Поэтому внешнее финансирование – главный источник
существования нашего социального проекта.**

Субсидии, гранты, пожертвования, любая помощь в виде дарения товаров и услуг являются жизненно важными для нашей работы.

Если вы готовы принять финансовое, личное, организационное участие в благотворительности – сделайте это.

Сообщите о своей готовности.
Напишите нам на info@active-coach.ru Реквизиты для
пожертвований на нашем сайте www.center-active.ru

Что вы получите в ответ?

- Удовлетворение от того, что добровольно и бескорыстно передаете свои знания, умения, навыки, силы и средства для нуждающихся людей и общественного блага. **Это достойно.**
- Большее количество людей, нуждающихся в психологической поддержке, смогут ее получить быстро и квалифицированно. **Это бесценно.**
- Благодарность команды Центра «Я АКТИВ!» - мы сможем работать и дальше. **Это показательно.**

Информация о нашей деятельности открыта.

Почему сегодня участие в социальных благотворительных проектах очень важно

Почему люди помогают другим людям? Потому что границы своей ответственности каждый определяет для себя сам. Если ваши границы шире ваших потребностей и совпадают с вашими возможностями, вы лично можете повлиять на решение сложной ситуации. Своим участием вы реально можете помочь конкретному человеку, которому сейчас плохо. И сможете сделать этот мир чуточку лучше.

Наши контакты

Антикризисный консультационный психологический центр «Я АКТИВ!»
АНО ЦИК «ТОП-Активити»
Директор Жилина Елена Александровна

САЙТ

www.center-active.ru

ЭЛЕКТРОННАЯ ПОЧТА

info@active-socach.ru

ПОЧТОВЫЙ АДРЕС

НОВОСИБИРСК
Мусы Джалиля 3/1,

**Спасибо за внимание
и за интерес к проекту
Центр «Я АКТИВ!»**