Łódź, 26.10.2023 r.

Informacja prasowa:

**Port Łódź łączy siły z Fundacją Huśtawka**

**Łódzka Fundacja Huśtawka zajmująca się pracą z osobami w kryzysach przeniosła swoją siedzibę do Portu Łódź, centrum handlowego należącego do Ingka Centres. To kolejna po „Butiku Pełnym Dobra” inicjatywa społeczna Portu Łódź, której celem jest wspieranie lokalnych organizacji. W Atrium Centrum jako symbol rozpoczętej współpracy pojawiła się ekspozycja - huśtawka, na której każdy może usiąść i pomyśleć nad głównym przesłaniem Fundacji: „Raz w górę, raz w dół. To normalne. Nasze emocje są na huśtawce”. W Porcie Łódź Fundacja Huśtawka organizować będzie spotkania tematyczne dotyczące zdrowia psychicznego, odbywać będą się tu też dyżury otwarte, szczególne kierowane do rodziców szukających wsparcia.**

W Porcie Łódź Fundacja Huśtawka realizować będzie program akcji społecznej „Raz w górę, raz w dół”, mającej na celu wsparcie rodziców na każdym etapie życiowego wyzwania, jakim jest wychowywanie dziecka. Zespół Fundacji na czele z prezeską Anną Grabarczyk oferować będzie bezpłatną pomoc rodzicom, realizowaną nie tylko poprzez stacjonarne spotkania indywidualne i grupowe, ale także porady telefoniczne oraz konsultacje za pomocą komunikatora Messenger „[Mamo, tato, pogadajmy!”](https://www.facebook.com/profile.php?id=61551954436528) Planowane są ponadto spotkania z psychologami, organizacjami, osobami, które mierzyły czy nadal mierzą się z kryzysem emocjonalnym, a także autorami książek podejmującymi temat zdrowia psychicznego.

- *W nowej siedzibie w Porcie Łódź, chcemy jeszcze szerzej wyjść do mieszkańców Łodzi i regionu, wspierać rodziców na każdym etapie – gdy czekają na przyjście na świat dziecka, gdy zmagają się z wyzwaniem jakim niewątpliwie jest bycie mamą lub tatą oraz gdy w rodzicielstwie spotyka ich utrata.* *Inicjatywa „Raz w górę, raz w dół” realizowana przez naszą Fundację to bezpieczna przestrzeń dla rodziców, w której mogą opowiedzieć o tym co czują, o tym z jakimi problemami borykają się każdego dnia, o swoich trudnościach i radościach* – **mówi Anna Grabarczyk, założycielka i prezeska Fundacji Huśtawka.**

Symbolem wspólnej akcji Fundacji oraz Portu Łódź jest ekspozycja zlokalizowana w Atrium Centrum - huśtawka. Każdy odwiedzający Port Łódź może na niej usiąść i wykonać sobie zdjęcie lub film, które opublikowane w mediach społecznościowych z hasztagiem #razwgóręrazwdół z pewnością znacznie przyczynią się do szerzenia świadomości na temat tej ważnej inicjatywy.

- *Nasze emocje są jak huśtawka – raz w górę, raz w dół, wszystkie potrzebne. Ważne, by odpowiednio i na czas się nimi zaopiekować. Zaopiekować się sobą. A czasami, jeśli nasze zasoby są zabezpieczone, zobaczyć czy ktoś obok nie potrzebuje wsparcia. Dlatego Port Łódź połączył siły z Fundacją Huśtawka. Chcemy wyjść naprzeciw osobom, które może za długo były silne i teraz po prostu potrzebują porozmawiać* – **opisuje nową społeczną akcję Centrum Maria Szwed z Portu Łódź.**

**Fundacja Huśtawka** została założona przez kobiety. Powstała po to, aby wspierać i pomagać osobom, w szczególności rodzinom, w sposób profesjonalny, z zachowaniem granic i poszanowania godności drugiego człowieka. Jej celem jest zmiana rzeczywistości, budowanie współpracy między organizacjami i instytucjami na rzecz poprawy życia osób najbardziej potrzebujących. Fundacja Huśtawka współpracuje między innymi z Wydziałem Ekonomiczno-Socjologicznym, gdzie prowadzony był Punkt Interwencji Kryzysowej dla mieszkańców Łodzi, studentów i pracowników oraz realizuje szkolenia dla profesjonalistów wspierających osoby w kryzysach.

**Anna Grabarczyk** - psychotraumatolożka, interwentka kryzysowa, pracowniczka socjalna. Założycielka i prezeska Fundacji Huśtawka, koordynatorka Interwencyjnego Telefonu Zaufania dla Dzieci i Młodzieży „Pogadajmy tutaj”, trenerka umiejętności społecznych, szkoleniowczyni, wykładowczyni akademicka. Od kilkunastu lat pracuje z osobami w różnych kryzysach. Prywatnie mama Ignasia.

Więcej informacji:

Aleksandra Kaczorowska

Biuro prasowe Portu Łódź

tel: 504 907 388

adres e-mail: a.kaczorowska@bepr.pl

**Port Łódź:**

Port Łódź wraz ze strategicznym partnerem sklepem IKEA, jest największym podmiejskim Centrum Handlowym w regionie. Przejrzyście rozplanowany parterowy budynek został tak zaprojektowany, aby stworzyć najbardziej przyjazne warunki do robienia zakupów i spędzania czasu. Dogodne zagospodarowanie przestrzeni dopełniło nowatorskie Patio, czyli strefa rekreacyjno-handlowa o powierzchni 7 000 m² ze sceną, fontanną i strefami zabaw dla dzieci. Podobnie jak na miejskim skwerze nasi Klienci mogą tu odpocząć, spotkać się z przyjaciółmi, czy też aktywnie spędzić czas z dziećmi. Doskonała lokalizacja Portu, otoczona siatką połączeń komunikacyjnych, zapewnia łatwy dostęp do najlepszych sklepów, restauracji, kawiarni i butików z modą.