

Ważne adresy i telefony

Krakowski Ośrodek Terapii	ul. Helclów 23a	12 422 18 58
Klinika Psychiatrii Collegium Medicum UJ	ul. Kopernika 21	12 424 87 50
Krakowskie Centrum Terapii Uzależnień	ul. Wielicka 73	12 425 57 84
Ośrodek Interwencji Kryzysowej	ul. Radziwiłłowska 8b	12 421 92 82
Ośrodek Wczesnej Pomocy Psychologicznej	ul. Półkole 11	12 412 15 66
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna dla Dzieci Dyslektycznych	ul. św. Gertrudy 2	12 421 57 53
Punkt konsultacyjny Liszki		
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	Zabierzów ul. Cmentarna 2	12 285 40 20
Ośrodek Poradnictwa i Terapii Rodzin	ul. Krupnicza 38	12 431 18 08
Poradnia Uzależnień i Poradnia Psychoterapii dla Młodzieży	ul. Batorego 5	12 633 35 31
Schronisko dla Ofiar Przemocy w Rodzinie	os. Krakowiaków 46	12 425 81 70
Centrum Terapii Uzależnień	ul. Wielicka 73	12 425 57 47
Komenda Miejska Policji w Krakowie Sekcja ds. Nieletnich i Patologii	ul. Lubicz	12 615 31 34 12 615 31 19
Punkt Konsultacyjny dla osób doświadczających przemocy	Liszki 230	12 280 05 96 Poniedziałek 7:30 – 18:00 Wtorek – Piątek 7:30 – 15:30
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Liszki 230	12 280 05 96 Wtorek 7:30-15:30 Czwartek 7:30-15:30
Komisariat Policji	ul. Sportowa 1 32-080 Zabierzów	12 258 03 80
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej (psycholog)	Liszki 427	12 280 60 09 Środa 9:00 -13:00
Komenda Straży Miejskiej	ul. Dobrego Pasterza 116	12 411 00 45
Stowarzyszenie „Pro Familia” bezpłatnie udziela porad i prowadzi terapię dla rodzin w kryzysie, dla osób z powiatu krakowskiego	Kraków os. Zielonym 1, os. Górali 15 Skawina ul. Kopernika 13 /IV piętro/.	+48 784 305 610

Przydatne telefony i odsyłacze do strony

Link do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej Zabierzów

Więcej informacji znajdziesz na stronie : <http://poradnia.zabierzow.org.pl/>

Jest to poradnia, która zajmuje się diagnostyką, badaniami i terapią młodzieży

Bezpłatny Ogólnopolski Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży - 116 111

Numer 116 111 jest linią anonimową (dzwoniąc nie musisz podawać swojego imienia, nazwiska, ani adresu zamieszkania, a numer 116 111 nie jest widoczny w rachunku za telefon, ani na billingu).

*Połączenia z telefonów komórkowych i stacjonarnych są **bezpłatne**.*

Linia jest czynna od poniedziałku do piątku, w godzinach od 12 do 20.

Telefon jest przeznaczony dla dzieci i młodzieży w wieku od 7 do 18 lat.

Masz kłopoty w domu, w szkole, z rodzicami, czy rówieśnikami? Zadzwoń.

Więcej informacji znajdziesz na stronie: <http://www.116111.pl/>

Pomarańczowa linia - 0 801 14 00 68

Informacje i konsultacje dla rodziców i młodzieży, którym picie alkoholu, zażywanie narkotyków lub inne zachowania o cechach uzależnienia utrudniają funkcjonowanie i porozumiewanie się ze sobą.

Więcej informacji znajdziesz na stronie: <http://www.pomaranczowalinia.pl/>

Krakowski Telefon Zaufania - 12 413 71 33

Depresja, kryzys rodzinny, myśli samobójcze – problemy natury psychologicznej, społecznej, czy moralnej mogą przydarzyć się każdemu. Warto wtedy sięgnąć po telefon, by porozmawiać z anonimowym przyjacielem.

Krakowski Telefon Zaufania funkcjonuje przez cały tydzień (w godz. od 16.00 do 21.00)

Jak informuje MOPS, zgodnie z założeniami IFOTES, telefony zaufania oferują pomoc telefoniczną, która gwarantuje możliwość anonimowej wymiany myśli osobom, które nie potrafią poradzić sobie z nagłym kryzysem, czy problemami dnia codziennego.

Więcej informacji znajdziesz na stronie: <http://www.mops.krakow.pl>

Informacja Toksykologiczna - 12 424 83 56

Jeśli chcesz uzyskać informację dotyczące: toksyczności, zagrożeń środowiskowych, w tym uzależnień od substancji psychoaktywnych, a nie potrzebujesz pilnego kontaktu z lekarzem. Dzwoń !! Nie zwlekaj.

Więcej informacji znajdziesz na stronie: <http://www.oit.cm.uj.edu.pl/>

Telefon Zaufania dla Osób z Problemami Alkoholowymi i ich rodzin - 12 411 60 44

Godziny dyżurów: codziennie od 8.00 do 20.00

Osoby dyżurujące to specjaliści z zakresu terapii uzależnień, psycholog oraz lekarze.

Zakres działania:

- udzielanie informacji na temat choroby alkoholowej oraz metod terapii uzależnienia i leczenia przymusowego

- informowanie o placówkach zajmujących się terapią uzależnień, przemocą w rodzinie, grupach samopomocowych AA, Al-Anon, DDA
- motywowanie do podjęcia leczenia
- wspieranie w utrzymaniu abstynencji osób uzależnionych od alkoholu
- pomoc w przezwyciężaniu kryzysów związanych z powrotem do trzeźwego życia

Niebieska linia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie - 0 800 12 00 02

Godziny dostępne: od poniedziałku do soboty w godz. 8.00- 22.00, w niedziele i święta w godz. 8.00- 16.00

Jeśli potrzebujesz pomocy, lub ktoś z Twojego rodzeństwa, rodziny TUTAJ pod tym numerem uzyskasz wsparcie, pomoc psychologiczną, informacje o możliwościach uzyskania pomocy najbliższej miejsca zamieszkania.

Więcej informacji znajdziesz na stronie: <http://www.niebieskalinia.info/index.php/oferta>