**POMÓŻ**

**SOBIE I INNYM**

****

**BEZPŁATNY INFORMATOR DLA DZIECI, MŁODZIEŻY, OSÓB I RODZIN POTRZEBUJĄCYCH POMOCY I WSPARCIA**

**Mikołów, Orzesze, Ornontowice, Łaziska Górne, Wyry**

****

**AKTUALIZACJA 11.2021**

**TERAPIA UZALEŻNIEŃ**

**Poradnia Profilaktyki i Leczenia Odwykowego w Mikołowie**

Kontakt telefoniczny: 32 322 00 16 (najlepiej dzwonić 10 minut przed pełną godziną), przyjmowani są pacjenci pełnoletni (od 18 r. ż.)

Adres: ul. Okrzei 31, 43-190 Mikołów

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **DZIEŃ TYGODNIA** | **GODZINY** | **FORMA POMOCY** |
| wtorek | 8:00 – 18:00 | psychoterapia grupowa |
| środa | 8:00 – 15:00 | psychoterapia indywidualna |
| piątek | 8:00 – 18:00 | psychoterapia grupowa |

**Mikołowskie Stowarzyszenie Pomocy Psychospołecznej i Profilaktyki ZMIANA**

Kontakt telefoniczny (od poniedziałku do piątku między 15:00 a 19:00): 32 226 41 76

Kontakt mailowy: kontakt@zmiana-mikolow.pl

Adres: ul. Krakowska 30, 43-190 Mikołów

Szczegółowe informacje: zmiana-mikolow.pl

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **DZIEŃ TYGODNIA** | **GODZINY** | **FORMA POMOCY** |
| poniedziałek | od 16:30 | Grupa wsparcia dla współuzależnionych i ofiar przemocy |
| od 15:00 | Dyżur konsultanta – poradnictwo indywidualne |
| 15:00 – 19:00 | Dyżur terapeuty uzależnień (alkohol, środki psychoaktywne) – poradnictwo indywidualne |
| wtorek | 15:00 – 19:00 | Poradnictwo indywidualne |
| środa | 15:00 – 19:00 | Poradnictwo indywidualne |
| czwartek | 15:00 – 16:00  18:00 – 20:00 | Dyżur terapeuty uzależnień – poradnictwo indywidualne |
| 16:00 – 18:00 | Grupa wsparcia dla osób uzależnionych |
| od 16:00 | Dyżur konsultanta – poradnictwo indywidualne |
| od 15:00 | Dyżur psychologa dziecięcego |
| piątek | 15:00 – 19:00 | Poradnictwo indywidualne |

**Stowarzyszenie Klub Abstynenta „Powrót” w Mikołowie**

Kontakt telefoniczny: 32 226 65 50 – poniedziałki, wtorki i czwartki po 17:00

Kontakt mailowy: powrotrosa@op.pl

Adres: ul. Konstytucji 3-go Maja 38, Mikołów

Szczegółowe informacje: powrot.webd.pl

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **DZIEŃ** | **GODZINY** | **FORMA POMOCY** |
| poniedziałek | 16:00 – 18:00 | Dyżur psychologa w ramach Międzyzakładowego Punktu Konsultacyjnego – poradnictwo indywidualne |
| wtorek | 17:00 – 19:00 | Członkowie Klubu - zaj. integracyjne, warsztaty, turnieje |
| czwartek | 17:00 – 19:00 | Grupa wsparcia dla osób uzależnionych (prowadzi psycholog-terapeuta) |
| piątek | 17:00 – 19:00 | Powiatowy Klub Młodzieżowy – spotkania na miejscu, wyjazdy |

**Gminne Komisje Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Punkty Konsultacyjne**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **MIASTO** | **ADRES, TELEFON** | **DZIAŁALNOŚĆ** |
| Mikołów | **GKRPA**  ul. Kolejowa 2, 43-190 Mikołów  tel. 32 32 42 619  kontakt mailowy: gkrpa@mikolow.eu | Dyżur w siedzibie komisji:  poniedziałek w godz. 7:30 – 17:00  wtorek – czwartek w godz. 7:30 – 15:30  piątek w godz. 7:30 – 14:00. |
| Wyry | **GKRPA**  ul. Główna 107, 43-175 Wyry  tel. 32 218 72 43  kontakt mailowy: jadwiga.harupa@gopswyry.eu | Dyżur w siedzibie komisji:  - w pierwszy i drugi roboczy poniedziałek miesiąca w godz. 16.00-1800  (psycholog, pedagog, prawnik oraz członek Klubu Abstynenta “Powrót”)  - w czwarty poniedziałek miesiąca  w godz. 1600-1800 (prawnik, pedagog oraz członek Klubu Abstynenta “Powrót”) |
| **Punkt Konsultacyjny**  ul. Pszczyńska 76, 43-176 Wyry  tel. 32 323 02 38  kontakt mailowy: jadwiga.harupa@gopswyry.eu | Dyżur w siedzibie komisji:  - w pierwszy poniedziałek miesiąca w godz. 15:00-17:00 (prawnik i pedagog)  - w drugi poniedziałek miesiąca w godz. 15:00-17:00 (psycholog, członek Klubu Abstynenta) |
| Ornontowice | **GKRPA**  ul. Żabik 9/6, 43-187 Ornontowice  tel. 32 235 45 03  kontakt mailowy:  gops@ornontowice.pl | Dyżur w siedzibie komisji:  - poniedziałek, wtorek, czwartek w godz. 7:00 – 15:00  - środa w godz. 7:00 – 17:00  - piątek w godz. 7:00 – 13:00 |
| **Punkt Konsultacyjny**  ul. Żabik 6/8, 43-178 Ornontowice  tel. 32 235 45 03, 794 403 158  gops@ornontowice.pl | Dyżur:  - terapeuta uzależnień – cztery kolejne poniedziałki miesiąca w godz. 15:00 -16:00  - prawnik – 1. i 3. środa miesiąca w godz. 16:15 – 18:15  - terapeuta rodzinny – 2. i 4. wtorek miesiąca w godz. 8:30 – 10:30 |
| Orzesze | **GKRPA i Punkt Konsultacyjny – Orzeskie Centrum Możliwości**  ul. Św. Wawrzyńca 13, 43-180 Orzesze  tel. 32 324 88 22 | Dyżur:  - konsultant uzależnień – czwartek w godz. 16:30 -19:30  - psycholog – poniedziałki 16:00 -18:00 |
| Łaziska Górne | **GKRPAiPN i Punkt Konsultacyjny**  ul. Energetyków 5, 43-170 Łaziska Górne, Tel. 32 326 23 40 | Dyżur:  - poradnictwo specjalistyczne, pomoc psychoterapeutyczna – wtorek i środa w godz. 15:00 – 20:00 oraz piątek w godz. 13:30 – 15:30  - poradnictwo prawne – czwartek w godz. 15:30 -17:00 |

**ZDROWIE PSYCHICZNE**

**Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Mikołowie**

Kontakt telefoniczny: 32 226 20 71

Kontakt mailowy: poradnia@powiat.mikolowski.pl

Adres: ul. Żwirki i Wigury 4, 43-190 Mikołów

Godziny: poniedziałek – czwartek 8:00 – 18:00, piątek – 8:00 – 16:00

Szczegółowe informacje: poradnia.mikolowski.pl

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ZAJĘCIA NA TERENIE PORADNI** | | |
| - diagnoza psychologiczna   * - diagnoza pedagogiczna * - diagnoza logopedyczna * - badania przesiewowe Słyszę, Mówię, Widzę * - zajęcia grupowe dla dzieci i rodziców * - terapia psychologiczna indywidualna * - terapia rodzin * - terapia pedagogiczna   - logoterapia | | - określanie predyspozycji zawodowych  - porady   * - instruktaże * - konsultacje   - grupy wsparcia   * - współpraca z przedszkolami, szkołami * - mediacje, negocjacje   - interwencje kryzysowe |
| **ORZECZNICTWO** | | |
| **ORZECZENIA** | - o potrzebie kształcenia specjalnego | |
| - o potrzebie nauczania indywidualnego | |
| - o potrzebie indywidualnego, obowiązkowego rocznego przygotowania przedszkolnego | |
| - o potrzebie zajęć rewalidacyjno-wychowawczych | |
| **OPINIE** | - o potrzebie wczesnego wspomagania rozwoju | |
| **WIODĄCY OŚRODEK REHABILITACYJNO-KOORDYNUJĄCO-OPIEKUŃCZY** | | |
| kompleksowe wsparcie dla rodzin z dziećmi od chwili wykrycia niepełnosprawności lub zagrożenia niepełnosprawnością do podjęcia nauki w szkole, ze szczególnym uwzględnieniem dzieci do 3 roku życia | | |
| **SZKOŁA DLA RODZICÓW** | | |
| warsztaty, w czasie których poruszane są następujące tematy: nowy system komunikacji z dzieckiem – porozumiewanie się dobre dla obu stron, radzenie sobie z trudnymi emocjami – swoimi i dzieci, stawianie granic w wychowaniu i ich egzekwowanie, otwieranie dzieci do współpracy, wspieranie ich samodzielności, rozwiązywanie sporów i konfliktów, zastępowanie kar – konsekwencjami, uwalnianie dzieci od grania ról, które je nie rozwijają, mądre chwalenie i nagradzanie dzieci. | | |

**OŚRODEK ŚRODOWISKOWEJ OPIEKI PSYCHOLOGICZNEJ I PSYCHOTERAPEUTYCZNEJ**

**DLA DZIECI I MŁODZIEŻY**

43-190 Mikołów, ul. Krawczyka 1 (I piętro)

Pomoc dzieciom poniżej 7 roku życia, młodzieży w szkołach podstawowych i ponadpodstawowych do 21 roku życia, jak również ich rodzinom i opiekunom prawnym. Problemy z którymi można się zgłosić:

nadmierna nieśmiałość, lęki, zachowania agresywne, impulsywne, trudności w nawiązywaniu relacji, trudności szkolne, wychowawcze, obniżenie nastroju, myśli samobójcze, samookaleczenia, nadpobudliwość ruchowa, zaburzenia koncentracji uwagi, zaburzenia snu, inne problemy natury psychicznej.

**Ośrodek Terapii Nerwic dla Dzieci i Młodzieży w Orzeszu**

Kontakt telefoniczny: 32 326 08 58

Kontakt mailowy: kancelaria@otnorzesze.pl

Adres: ul. Mikołowska 202, 43-187 Orzesze

Szczegółowe informacje: otnorzesze.pl

|  |  |
| --- | --- |
| **ODDZIAŁ CAŁODOBOWY – SCHORZENIA LECZONE W ODDZIALE** | |
| - Zaburzenia lękowe, adaptacyjne, lęk separacyjny | |
| - Fobia społeczna | |
| - Zaburzenia stresowe pourazowe | |
| - Zaburzenia dysocjacyjne, konwersyjne, występujące pod postacią somatyczną, bóle psychogenne | |
| - Dystymie, zaburzenia depresyjne | |
| - Natręctwa, Tiki | |
| - Moczenie mimowolne | |
| - Mutyzm wybiórczy , jąkanie | |
| Problemy emocjonalne i adaptacyjne w okresie remisji zaburzeń psychotycznych i depresyjnych | |
| **ZESPÓŁ SZKÓŁ SPECJALNYCH –dla pacjentów Oddziału** | |
| POMOC PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA | terapia pedagogiczna, terapia logopedyczna, pomoc psychologa szkolnego, socjoterapia, gimnastyka korekcyjna |
| Program nauczania w zakresie szkoły podstawowej i gimnazjum w oparciu o podstawę programową do kształcenia ogólnego. | |
| ZAJĘCIA W RAMACH ZESPOŁÓW POZALEKCYJNYCH | pomoc w odrabianiu zadań lekcyjnych, niwelacja braków szkolnych,  zajęcia artystyczne, zajęcia sportowo-rekreacyjne, zajęcia rozwijające zainteresowania oraz kształtujące umiejętność spędzania wolnego czasu |

**NZOZ Psyche Med. – Centrum Opieki Psychiatrycznej i Psychologicznej w Mikołowie**

Kontakt telefoniczny: 32 322 20 24

Kontakt mailowy: rejestracja@psyche-med.pl

Adres: ul. Waryńskiego 4, 43-190 Mikołów

Godziny: poniedziałek i środa 10:00 – 20:00, wtorek 15:00 – 20:00, czwartek 8:00 – 14:00

Szczegółowe informacje: psychemed.pl

|  |  |
| --- | --- |
| **PORADNIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO** | |
| świadczenia zdrowotne w ramach kontraktu z NFZ dla osób dorosłych,  które ukończyły 18 r. ż.   |  |  | | --- | --- | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | | **porady lekarskie**: badanie i diagnostyka lekarska, leczenie – farmakoterapia |
| **porady psychologiczne**: badanie i diagnostyka psychologiczna, psychoterapia, konsultacje, opiniowanie psychologiczne |
| **psychoterapia indywidualna**: interwencja kryzysowa, wsparcie psychologiczne, terapia długoterminowa |

**POMOC DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH, STARSZYCH, SAMOTNYCH**

**Środowiskowy Dom Samopomocy w Łaziskach Górnych**

Kontakt telefoniczny: 32 737 00 46

Kontakt mailowy: sdslaziska@interia.eu

Adres: ul. Staszica 4, 43-173 Łaziska Górne

Godziny: poniedziałek - piątek 7:00 – 15:00

Szczegółowe informacje: borowa-wies.pl (zakładka Środowiskowy Dom Samopomocy)

|  |
| --- |
| **FORMY WSPARCIA DLA OSÓB Z ZABURZENIAMI PSYCHICZNYMI** |
| - trening funkcjonowania w codziennym życiu |
| - trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów |
| - trening umiejętności spędzania czasu wolnego |
| - poradnictwo psychologiczne |
| - pomoc w załatwianiu spraw urzędowych |
| - pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych |
| - terapia ruchowa |
| - jeden ciepły posiłek |
| - inne formy postępowania przygotowujące do uczestnictwa w warsztatach terapii zajęciowej lub podjęcia zatrudnienia, w tym w warunkach pracy chronionej na przystosowanym stanowisku pracy |

**Dom Pomocy Społecznej w Orzeszu**

Kontakt telefoniczny: 32 221 53 62

Kontakt mailowy: biuro@dpsorzesze.pl

Adres: ul. Traugutta 45, 43-180 Orzesze

Godziny: całodobowo

Szczegółowe informacje: www.dpsorzesze.pl

|  |
| --- |
| **FORMY WSPARCIA DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH INTELEKTUALNIE** |
| - całodobowa opieka |
| - zabiegi rehabilitacyjne |
| - zajęcia sportowe |
| - terapia zajęciowa – plastyczna, sala doświadczania świata, muzykoterapia, pracownia drobnych usług, pracownia komputerowa |
| - integracja ze społecznością lokalną |
| - imprezy kulturalne, sportowe, okolicznościowe |

**Dzienny Dom Opieki w Mikołowie**

Kontakt telefoniczny: 32 226 00 90

Kontakt mailowy: sekretariat@ddp.mikolow.eu

Adres: ul. Konstytucji 3-go Maja 12, 43-190 Mikołów

Godziny: całodobowo

Szczegółowe informacje: www.ddp.mikolow.eu

|  |
| --- |
| **FORMY WSPARCIA DLA PENSJONARIUSZY** |
| - dzienny pobyt bez noclegów wraz z wyżywieniem (śniadanie, obiad) |
| - jeden gorący posiłek dla osób, które nie korzystają z dziennego pobytu |
| - dostęp do kultury i rekreacji |
| - podstawowe świadczenia opiekuńcze oraz w zakresie higieny osobistej |
| - organizowanie zajęć w ramach terapii służącej do utrzymania sprawności psychofizycznej zgodnie z wiekiem i możliwościami placówki |
| - pomoc w rozwiązywaniu indywidualnych problemów |
| - zapewnienie opieki medycznej |

**Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy w Łaziskach Górnych**

Kontakt telefoniczny: 32 737 02 20

Adres: ul. Staszica 4, 43-170 Łaziska Górne

Szczegółowe informacje: [www.szpital-mikolow.com.pl/zaklad-pielegnacyjno-opiekunczy](http://www.szpital-mikolow.com.pl/zaklad-pielegnacyjno-opiekunczy)

|  |
| --- |
| **RODZAJE UDZIELANYCH ŚWIADCZEŃ MEDYCZNYCH** |
| * **Całodobowa opieka pielęgniarska;** |
| * **Świadczenia opiekunów medycznych**: pomoc przy wykonywaniu czynności życia codziennego np. higiena osobista, przyjmowanie posiłków; |
| * **Rehabilitacja**– indywidualne zajęcia z fizjoterapeutą oraz na salach rehabilitacyjnych. Ilość zajęć, czas oraz zakres ćwiczeń są ściśle dostosowane do stanu zdrowia  chorego, współistniejących chorób, jego potrzeb i możliwości; |
| * **Kompleksowa opieka** lekarska (geriatra, neurolog i psychiatra) z dostępem do niezbędnych badań diagnostycznych; |
| * **Terapia zajęciowa** – pomaga chorym jak najdłużej zachować a często odzyskać zaburzone funkcje mózgu, kontakt z otaczającym światem, świadomość miejsca, czasu, własnej osoby. Jest także treningiem podstawowych czynności życiowych; |
| * **Psycholog**: terapia indywidualna i grupowa. Zakres i intensywność terapii poznawczych ustalana jest zawsze indywidualnie po badaniu psychologicznym, analizie historii choroby, uwzględnieniu potrzeb i możliwości chorego. Opiekunowie i rodziny chorych mają również możliwość skorzystania z pomocy psychoterapeuty. |
| * **Logopeda**: chorzy z zaburzeniami komunikacji, zwłaszcza mowy i rozumienia. Zakres intensywności terapii i dobór materiału terapeutycznego ustalane są indywidualnie po badaniu logopedycznym, analizie historii choroby i uwzględnieniu możliwości chorego |
| * **Dietetyk**: wywiad żywieniowy i dobór diety |
| * **Edukacja** pacjentów i opiekunów w zakresie podstawowej pielęgnacji, rehabilitacji, technik przemieszczania pacjenta, psychoprofilaktyki, doboru diety i sposobu odżywiania; |

**Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną**

Kontakt telefoniczny: 32 226 09 96

Kontakt mailowy: zk.mikolow@psouu.org.pl

Adres: ul. Salwatorianów 4, 43-190 Mikołów

Szczegółowe informacje: [www.psoni-mikolow.pl](http://www.psoni-mikolow.pl)

|  |  |
| --- | --- |
| **Ośrodek Rehabilitacyjno-Edukacyjno-Wychowawczy** | |
| Kontakt telefoniczny: 32 218 70 01  Kontakt mailowy: orew.wyry@psouu.org.pl  Adres: ul. Bojdoła 3a, 32-175 Wyry  Szczegółowe informacje: [www.psoni.mikolow.pl](http://www.psoni.mikolow.pl), zakładka OREW | - zajęcia z zakresu: fizjoterapii, integracji sensorycznej (SI), logopedii, terapii zajęciowej dla maluchów, dzieci w wieku przedszkolnym, szkolnym do 18 r.ż. z zaburzeniami wieku rozwojowego |
| **Warsztaty Terapii Zajęciowej** | |
| Kontakt telefoniczny: 32 226 09 96  Kontakt mailowy: zk.mikolow@psouu.org.pl  Adres: pl. Salwatorianów 4, 43-190 Mikołów  Szczegółowe informacje: [www.psoni.mikolow.pl](http://www.psoni.mikolow.pl), zakładka WTZ | * [Pracownie:](https://psoni-mikolow.pl/wtz/pracownia-rolnicza/) * [Rolnicza](https://psoni-mikolow.pl/wtz/pracownia-rolnicza/), [Stymulacji Poznawczej](https://psoni-mikolow.pl/wtz/pracownia-stymulacji-poznawczej/), Ceramiczna, * [Ekologiczno-Kreatywna](https://psoni-mikolow.pl/wtz/pracownia-ekologiczno-kreatywna/), Tkaniny, [Gospodarstwa Domowego](https://psoni-mikolow.pl/wtz/pracownia-gospodarstwa-domowego/), Techniczna, [Plastyczna](https://psoni-mikolow.pl/wtz/pracownia-plastyczna/), * [Rehabilitacji](https://psoni-mikolow.pl/wtz/pracownia-rehabilitacji/), [Muzykoterapii](https://psoni-mikolow.pl/wtz/muzykoterapia/) |

**Ośrodek dla Osób Niepełnosprawnych Miłosierdzie Boże w Mikołowie-Borowej Wsi**

Kontakt telefoniczny: 32 322 53 35

Kontakt mailowy: osrodek@borowa-wies.pl

Adres: ul. Gliwicka 366, 43-190 Mikołów

Szczegółowe informacje: www.borowa-wies.pl

|  |  |
| --- | --- |
| Dom Pomocy Społecznej dla Osób Niepełnosprawnych Ruchowo  dla dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością fizyczną | - mieszkańcy objęci są programem postępowania usprawniającego, sformułowanego w postaci indywidualnego planu opiekuńczo-terapeutycznego  - opiekunowie udzielają wychowankom pomocy w podstawowych czynnościach życiowych dotyczących wielu sfer aktywności  - odbywają się zajęcia rehabilitacji ruchowej, zajęcia rewalidacyjne, korekcyjno-kompensacyjne oraz dydaktyczno-wyrównawcze dla uczących się |
| Warsztat Terapii Zajęciowej  dla osób dorosłych, posiadających orzeczenie o stopniu niepełnosprawności ze wskazaniem do terapii zajęciowej | - 11 pracowni terapeutycznych o profilu artystycznym, edukacyjnym i rzemieślniczym (ogrodnicza, techniczna, zoologiczna, obróbki tkanin, dekoratorska, gospodarstwa domowego, rękodzieła artystycznego, plastyczna, informatyczna, ceramiczna oraz introligatorska) |
| Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej  rejestracja: 32 219 94 82 | - Podstawowa Opieka Zdrowotna  - Medycyna Pracy  - Ośrodek Rehabilitacji Dziennej  - Poradnia Rehabilitacyjna  - Fizjoterapia Ambulatoryjna  - Wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjnego |
| Zakład Aktywności Zawodowej  Gospodarstwo Rolno-Ogrodnicze | - osoby niepełnosprawne pracują pod nadzorem ergoterapeutów w następujących działach zakładu: hodowli krów mlecznych, hodowli bydła opasowego, ogrodniczym, upraw polowych, sprzedaży, pomocniczym oraz administracyjnym |
| Zakład Aktywności Zawodowej  „Grill” | - osoby niepełnosprawne pracują pod nadzorem instruktorów w kuchni, pralni oraz w administracji |

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie**

Kontakt telefoniczny: 32 22 44 390

Kontakt mailowy: pcpr.mikolow.@poczta.fm

Adres: ul. Chopina 8, 43-170 Łaziska Górne

Godziny:

poniedziałek od 7.30 do 17.00, wtorek, środa, czwartek od 7.30 do 15.30, piątek od 7.30 do 14.00

Szczegółowe informacje: [www.pcpr.mikolowski.pl](http://www.pcpr.mikolowski.pl)

|  |  |
| --- | --- |
| **Dział ds. Osób niepełnosprawnych** | - organizowanie i prowadzenie (lub zlecanie organizowania i prowadzenia) oraz dofinansowanie warsztatów terapii zajęciowej  - dofinansowanie uczestnictwa osób niepełnosprawnych i ich opiekunów  w turnusach rehabilitacyjnych,  - dofinansowanie likwidacji barier architektonicznych, w komunikowaniu się  i technicznych  - dofinansowanie zaopatrzenia w sprzęt rehabilitacyjny, przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze - dofinansowanie sportu, kultury, rekreacji osób niepełnosprawnych  - przyznawanie osobom niepełnosprawnym jednorazowych środków na podjęcie działalności gospodarczej, rolniczej albo na wniesienie wkładu do spółdzielni socjalnej |
| **Dział Pieczy Zastępczej** | - pomoc mająca na celu jej życiowe usamodzielnienie i integrację ze środowiskiem osób opuszczających różnego rodzaju ośrodki  - kierowanie osób do mieszkań chronionych i ustalanie odpłatności za ich pobyt  - prowadzenie mieszkań chronionych oraz nadzór nad ich funkcjonowaniem  - zapewnianie czasowej opieki i wychowania dzieciom w przypadku niemożliwości sprawowania opieki i wychowania przez rodziców ( piecza zastępcza i instytucjonalna)  - tworzenie i wdrażanie programów pomocy dziecku i rodzinie  - realizacja zadań wynikających z rządowych programów pomocy społecznej  i pieczy zastępczej |
| **Punkt Interwencji Kryzysowej** | - indywidualna pomoc psychologiczna / psychoterapeutyczna w tym  wsparcie, psychoedukacja, interwencja kryzysową, psychoterapia  krótkoterminowa, psychoterapia dla par  - pomoc terapeutyczna dla dzieci znajdujących się w sytuacji kryzysowej,  m.in. przemoc (osoba doznająca lub świadek), rozwód rodziców, konflikty  rodzinne, żałoba  - pomoc interwencyjna / konsultacje  - interwencje w związku z zawiadomieniami o nieprawidłowościach  występujących w rodzinie w tym przemocy, nadużywania alkoholu,  współuzależnienia  - pomoc osobom w żałobie, mającym myśli samobójcze, problemy  wychowawcze z dziećmi, w sprawach około rozwodowych  - bezpłatna pomoc prawna w sprawach rodzinnych  - warsztaty profilaktyczne dla szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych   z terenu powiatu mikołowskiego  - grupy o charakterze psychoedukacyjnym, wsparcia, rozwoju osobistego  - Szkoła Rodziców |

**OŚRODKI POMOCY SPOŁECZNEJ**

**Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Mikołowie**

Kontakt telefoniczny: 32 324 26 91

Kontakt mailowy: [mops@mops.mikolow.eu](mailto:mops@mops.mikolow.eu)

Adres: ul. Kolejowa 2, 43-190 Mikołów

Szczegółowe informacje: [www.mops.mikolow.eu](http://www.mops.mikolow.eu)

Godziny urzędowania:

poniedziałek od 7:30 do 17:00

wtorek - czwartek od 7:30 do 15:30

piątek od 7:30 do 14:00

**Centrum Usług Społecznych w Łaziskach Górnych** (dawny MOPS)

Kontakt telefoniczny: 32 324 86 50

Kontakt mailowy: [sekretariat@mops.laziska.pl](mailto:sekretariat@mops.laziska.pl)

Adres: ul. Energetyków 5, 43-170 Łaziska Górne

Godziny urzędowania :

poniedziałek od 9:00 do 17:00

wtorek - piątek od 7:30 do 15:30

**Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Orzeszu**

Kontakt telefoniczny: 32 221 55 20, 797-843-833

Kontakt mailowy: [mops@orzesze.pl](mailto:mops@orzesze.pl)

Adres: ul. Powstańców 5b, 43-180 Orzesze

Godziny urzędowania:

poniedziałek  - piątek od 7:30 do 15:30

**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Wyrach**

Kontakt telefoniczny: 32 323 02 38

Kontakt mailowy: [gops@gopswyry.eu](mailto:gops@gopswyry.eu)

Adres: ul. Główna 107, 43-175 Wyry

Godziny urzędowania:

poniedziałek od 7:30 do 17:00

wtorek - czwartek od 7:30 do 15:30

piątek od 7:30 do 14:00

**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Ornontowicach**

Kontakt telefoniczny: 32 235 45 03, 796-076-480, 794-403-158

Kontakt mailowy: [gops@ornontowice.pl](mailto:gops@ornontowice.pl)

Adres: ul. Żabik 9, lokale 6 i 9, 43-178 Ornontowice

[www.ornontowice.pl](http://www.ornontowice.pl) (zakładka: Jednostki organizacyjne, GOPS)

Godziny urzędowania:

poniedziałek, wtorek, czwartek od 7:00 – 15:00

środa 7.00 – 17.00

piątek od 7:00 – 13:00

**OGÓLNOPOLSKIE TELEFONY ZAUFANIA**

**800 100 100**

**TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI**

**W SPRAWIE BEZPIECZEŃSTWA DZIECI**

Połączenie bezpłatne

**116 111**

**TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY - TELEFON PROWADZI FUNDACJA „DZIECI NICZYJE”**

**WWW: http://www.116111.pl/**

**czynny: cały tydzień, w godz. 12—22**

Połączenie bezpłatne

**800 199 990**

**Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania**

Połączenie bezpłatne

**116 123**

**Kryzysowy Telefon Zaufania**

**Poradnia Telefoniczna 116 123 udziela pomocy psychologicznej osobom doświadczającym kryzysu emocjonalnego, samotnym, cierpiącym z powodu depresji, bezsenności, chronicznego stresu oraz potrzebujących wsparcia i porady psychologicznej, rodziców potrzebujących wsparcia w procesie wychowawczym oraz osób niepełnoprawnych**

Połączenie bezpłatne

**800 120 002**

**Niebieska Linia (ogólnopolski numer dla ofiar przemocy w rodzinie)**

****