

PUNKTY INFORMACYJNO - KONSULTACYJNE

Płock, ul. Kobylińskiego 21A

☎ 24 268 66 81, 24 268 04 48

prowadzony przez Centrum Psychologiczno-Pastoralne METANOJA w Płocku,
www.cpp-metanoia.com

Konsultacji udzielają: psycholog, pedagog, prawnik, specjalista ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie, logopeda, mediator, terapeuta uzależnień.

*przerwa wakacyjna: lipiec – sierpień.

Płock, ul. Armii Krajowej 64 (bud. Ochotniczej Straży Pożarnej - Płock Podolszyce) ☎ 662 883 667

prowadzony przez Stowarzyszenie Pomocy Rodzinom TYGIEL w Płocku

Konsultacji udzielają: psycholog, psycholog dzieci i młodzieży, terapeuta pedagogiczny, prawnik, profilaktyk uzależnień.

*przerwa wakacyjna: lipiec – sierpień.

Płock, ul. Borowicka 3B

☎ 600 809 166

prowadzony przez Polski Czerwony Krzyż Oddział Rejonowy w Płocku

Konsultacji udzielają: psycholog, pedagog, logopeda, prawnik.

*przerwa wakacyjna: lipiec – sierpień.

INNE MIEJSCA ŚWIADCZĄCE POMOC SPECJALISTYCZNĄ

Ośrodek Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Narkotykowych oraz Alkoholowych „JEST CZAS”

Płock, ul. Rembielińskiego 6a

☎ 24 364 18 17

✉ kaikairoswp.pl [f /osrodek](https://www.facebook.com/osrodek)

prowadzony przez Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom i Młodzieży KAI KAIROS w Płocku
wtorek, środa, czwartek 16:00 – 20:00*

- konsultacje, poradnictwo, interwencje dla osób eksperymentujących i używających szkodliwie substancji psychoaktywnych oraz dla dzieci i młodzieży wykazującej zachowania ryzykowne i ich rodzin,
- zajęcia grupowe (socioterapeutyczne, arteterapeutyczne, terapeutyczne, grupy wsparcia) dla osób z problemem uzależnień (alkohol, narkotyki, nowe substancje psychoaktywne) oraz wykazujących zachowania ryzykowne i ich rodzin (warsztaty psychoedukacyjne, zajęcia terapeutyczne, DDA)

* przerwa wakacyjna od 15.07 – 31.08.2022 r.

Stowarzyszenie na Rzecz Przeciwdziałania Zjawiskom

Patologii Społecznej MIĘDZY LUDŹMI oddział w Płocku

Płock, ul. Asnyka 2 [sala Klubu Profilaktyki Środowiskowej „Skarpiak”]

☎ 510 084 557, 600 957 736

Działania obejmują specjalistyczną opiekę: psychiatryczną i pedagogiczną dla osób uzależnionych ze współistniejącą chorobą psychiczną.

OŚRODEK INTERWENCJI KRYZYSOWEJ przy Miejskim

Ośrodku Pomocy Społecznej w Płocku

Płock, ul. Zgliczyńskiego 4

☎ 24 364-02-48 (do 50), 24 364-70-95, 24 364-02-79 (prawnik)

✉ oik@mopsplock.eu www.mopsplock.eu

pokoje od 112 do 116, prawnik pok. 107 – I pietro
czynny od poniedziałku do piątku w godz. 7:30 – 15:30

Oddziaływania Korekcyjne – edukacyjne dla Osób Stosujących Przemoc
telefon informacyjny 24 364 02 49

Trening Umiejętności Społecznych dla dzieci w wieku od 6 do 16 lat
kontakt psycholog tel. 24 367 19 18

Grupa Socjoterapeutyczna - kontakt socjoterapeuta tel. 24 364 70 95

Zajęcia Korekcyjne - Kompensacyjne dla dzieci z trudnościami edukacyjnymi
kontakt pedagog tel. 24 364 70 95

Dyżury specjalistów w Ośrodku Interwencji Kryzysowej:

Psycholog, socjoterapeuta, pedagog, prawnik, pracownik socjalny

W Ośrodku można uzyskać pomoc w formie: psychoterapii par i rodzin, konsultacji terapeutycznych psychologa, konsultacji terapeutycznych psychologa dla dzieci, konsultacji prawnych.

Obowiązują zapisy do poszczególnych specjalistów.

Poradnia Profilaktyczno – Konsultacyjna MONAR

w Płocku Płock, al. Kilińskiego 6a

☎ 24 364 54 12 ✉ monarplock@gmail.com

pon., wt., czw.: 11:00 – 17:30 śr.: 11:00 – 17:00 pt.: 11:00 – 20:30

Konsultacji udzielają: pedagog, pedagog resocjalizacji, instruktor terapii uzależnień, terapeutici uzależnień, specjalista psychoterapii uzależnień, konsultant ds. uzależnień.
Program CANDIS – dla osób używających szkodliwie i uzależnionych od przetworów konopi.

Grupy samopomocowe, które spotykają się w siedzibie Poradni Profilaktyczno – Konsultacyjnej MONAR: grupa NA (Anonimowych Narkomanów), grupa AA, grupa AH (Anonimowych Hazardzistów), grupa SLAA (Anonimowi uzależnieni od Seksu i Miłości).

TEEN CHALLENGE Chrześcijańska Misja Społeczna

Oddział w Płocku Płock, ul. Tumska 5/5

☎ 794 349 109 ✉ tumska5@gmail.com

[fb /teenchallenge.pl](https://www.facebook.com/teenchallenge.pl)

Program skierowany jest do osób uzależnionych od alkoholu i innych środków psychoaktywnych, współuzależnionych oraz osób bezdomnych.

Konsultacje indywidualne po wcześniejszym umówieniu telefonicznym.

Grupa wsparcia: wtorek: 17:00 – 20:00, czwartek: 17:00 – 20:00

Fundacja NA TEMAT – Pracownia Profilaktyki i Terapii

Uzależnień Płock, ul. Kolegiatna 13

☎ 604 987 360 ✉ uzaleznienia.plock@vp.pl

Zakres działalności: motywacja i podtrzymanie – kompleksowy program wsparcia grupowego dla osób uzależnionych, nadużywających oraz szkodliwie używających substancji psychoaktywnych.

Program: wsparcia dla członków rodzin z problemem uzależnienia i/lub przemocy domowej.

Centrum Promocji Zdrowia i Profilaktyki Uzależnień PROFIL

Płock, ul. Kolegiatna 13, ul. Kwiatka 27 lok. 4, Pl. Dąbrowskiego 2
(VIA ASPERGER Gabinet pedagogiczno-terapeutyczny)

☎ 604 987 360, 604 987 361 ✉ profilaktyka.plock@vp.pl

Zakres działalności:

- Program wzmacniania rodziny dla dzieci (grupy w wieku: 10 - 12 lat, 13 - 14 lat) oraz ich rodziców,
- Program wspomagania rozwoju psychospołecznego dzieci nieulubianych przez rówieśników (grupy w wieku: 10 - 12 lat, 13 - 14 lat)

Stowarzyszenie „NASZA FARA”

Wielkiego 5 (Dom Parafialny św. Andrzeja Boboli)

☎ 504 944 796 www.sto-fara.pl

Zapisy do specjalistów w godz. 9:00 – 18:00*

Zakres działalności:

- porady i konsultacje dla osób z problemem uzależnień (alkohol, narkotyki, nowe substancje psychoaktywne) i przemocy w rodzinie oraz pomoc dla ich rodzin,
- zajęcia grupowe: dla dzieci i młodzieży w wieku 14 – 19 lat, doświadczającej choroby alkoholowej oraz przemocy fizycznej i psychicznej w swoich rodzinach.

Konsultacji udzielają: instruktor terapii uzależnień, psycholog – terapeuta uzależnień, pedagog.

* przerwa wakacyjna:

- lipiec - instruktor terapii uzależnień, pedagog,
- sierpień - psycholog - terapeuta uzależnień.

STOWARZYSZENIA ABSTYNENCKIE

Płockie Stowarzyszenie „KLUB ABSTYNETÓW”

Płock, ul. 3-go Maja 6

☎ 24 364 90 91, 604 616 090, 609 616 404, 512 381 814

✉ klub.abstynenta@interia.pl

poniedziałek, wtorek: 16:00 – 20:00; środa, czwartek, niedziela: 16:30 – 19:00;

piątek: 16:00 – 21:30; sobota: 18:00 – 21:30

Działania edukacyjno-motywacyjne (zajęcia grupowe) oraz porady/konsultacje indywidualne.

Działania rehabilitacyjne (program dalszego zdrowienia)

Spotkania Grup Samopomocowych: AA, Al-Anon, DDA, Nar-Anon, Anonimowych Nerwiciwców.

Stowarzyszenie Rodzin Abstynenckich „NADZIEJA W NAS”

Płock, ul. Królewiecka 12E

☎ 533 773 775 dyżur konsultanta, poniedziałek - piątek, 17:00 - 18:00

Działania rehabilitacyjne w formie zajęć grupowych i indywidualnych dla osób uzależnionych i ich bliskich, porady dla osób doświadczających przemocy, porady dla osób stosujących przemoc, mediacje rodzinne.

PLACÓWKI LECZNICTWA ODWYKOWEGO

Poradnia Profilaktyki i Leczenia Uzależnień Płocki Zakład Opieki Zdrowotnej Sp. z o.o. Przychodnia Centrum Zdrowia Psychicznego Płock, ul. M. Reja 15/3

☎ **603 600 579, 24 364 53 70** 🌐 www.szpitalplock.pl

Dni i godziny rejestracji: poniedziałek – czwartek: 7:00 – 15:00

Świadczeń udzielają: lekarz psychiatra, psycholog, specjaliści psychoterapii uzależnień.

Ośrodek Medyczny – Psychologiczny „VIDE” w Płocku
Płock, ul. H. Sienkiewicza 11

☎ **24 365 66 55, 797 320 376, 797 320 576**

✉ videspzo@gmail.com 🌐 www.vide-terapia.pl

• Poradnia Leczenia Uzależnień

• Oddział Dzienny Terapii Uzależnienia od Alkoholu

NOCLEGOWNIE I HOSTELE

Schronisko dla kobiet
Płock, ul. Misjonarska 22

☎ **24 364 76 05** czynny codziennie, całą dobę.

prowadzone przez Polski Komitet Pomocy Społecznej Zarząd Rejonowy w Płocku

Udzielanie noclegu i tymczasowego miejsca zamieszkania, udzielanie porad ofiarom przemocy, Punkt Konsultacyjny dla Ofiar Przemocy PKPS, sporządzanie mapy obrażeń ciała (bezpłatnie)

Dom dla osób doznających przemocy w rodzinie (Hostel) Płock, ul. Obejskie 9

☎ **660 434 220** czynny codziennie, całą dobę.

prowadzony przez Ośrodek Interwencji Kryzysowej przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Płocku

Osoby lub rodziny przebywające w Domu mogą uzyskać pomoc: psychologiczną, prawną, socjalną.

Ogrzewalnia dla Osób Bezdomnych
Płock, ul. Ołoińska 23

prowadzona przez TEEN CHALLENGE Chrześcijańską Misję Społeczną Oddział w Płocku. Funkcjonuje w okresie od października do kwietnia w godzinach od 20:00 do 8:00 w przypadku niskich temperatur godziny i okres funkcjonowania może ulec zmianie.

TELEFONY ZAUFANIA

Płocki Telefon Interwencyjno-Wspierający dla Osób Doznających Przemocy w Rodzinie (oraz świadków przemocy)

660 434 220

czynny codziennie od 9:00 do 21:00

prowadzony przez Ośrodek Interwencji Kryzysowej Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Płocku

Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „NIEBIESKA LINIA” Instytutu Psychologii Zdrowia

22 668 70 00

infolinia czynna 7 dni w tygodniu od 10:00 do 20:00

Telefon Zaufania DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

116 111

telefon jest anonimowy, bezpłatny, całodobowy i dyskretny

Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

800 12 12 12

Możesz też napisać do ekspertów na czacie, który znajdziesz na stronie www.brpd.gov.pl

Telefon i chat internetowy są czynne całą dobę, siedem dni w tygodniu

Telefon Zaufania NARKOTYKI-NARKOMANIA

800 199 990

telefon czynny 7 dni w tygodniu w godzinach 16:00 – 21:00 z wyjątkiem świąt państwowych.

Telefon Zaufania UZALEŻNIENIA BEHAVIORALNE

801 889 880

telefon czynny 7 dni w tygodniu w godzinach 17:00 – 22:00.

Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci

800 100 100

Linia czynna od poniedziałku do piątku, w godzinach 12:00-15:00

Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych

tel. 24 367 17 04, 24 367 17 20

PŁOCK

Szczegółowe informacje na temat dni i godzin pracy specjalistów znajdują się na plock.eu/profilaktyka-uzaleznien



GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

BEZPŁATNA POMOC DLA MIESZKAŃCÓW PŁOCKA Z ZAKRESU PROFILAKTYKI UZALEŻNIENI, ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH, PRZECIWDZIAŁANIA NARKOMANII ORAZ PRZEMOCY W RODZINIE

ALKOHOL, NARKOTYKI, PRZEMOC

MIJSKIE CENTRUM ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW SPOŁECZNYCH

Punkt Konsultacyjny Płock, ul. Misjonarska 22
prowadzony przez Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Płocka

☎ **Telefon informacyjny: 24 367 17 04, 24 367 17 20**

POKÓJ NR 3 tel. 24 364 76 71

(czynny w godzinach pracy specjalistów)

PSYCHOLOG:

wtorek: 15:30 – 18:30

[przerwa wakacyjna w sierpniu]

środa: 11:00 – 14:00

[przerwa wakacyjna w lipcu]

Czwartek: 15:00 – 18:00

[przerwa wakacyjna w sierpniu]

SPECJALISTA DS. PRZECIWDZIAŁANIA

PRZEMOCY W RODZINIE:

piątek: 15:30 – 18:30

INSTRUKTOR TERAPII UZALEŻNIENI:

wtorek: 14:30 – 17:30

Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Płock, ul. Misjonarska 22

POKÓJ NR 1 tel. 24 364 76 15 (czynny w godzinach pracy Komisji)

poniedziałek, wtorek, środa: 15:30 – 18:30 czwartek: 10:00 – 13:00

- przyjmowanie zgłoszeń dotyczących osób nadużywających alkoholu
- podejmowanie działań zmierzających do zobowiązania do leczenia odwykowego
- zawiadamianie Miejskiego Zespołu Interdyscyplinarnego ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie o zaistniałej przemocy w rodzinie [wszczęćcie procedury „Niebieskie Karty”]

PŁOCK

2022

 **PŁOCK**

**GDZIE
SZUKAĆ
POMOCY?**

**ALKOHOL
NARKOTYKI
PRZEMOC**

2022

**MIEJSKIE CENTRUM ROZWIĄZYWANIA
PROBLEMÓW SPOŁECZNYCH**

**Miejska Komisja Rozwiązywania
Problemów Alkoholowych**

Płock, ul. Misjonarska 22

POKÓJ NR 1 tel. 24 364 76 15 (czynny w godzinach pracy Komisji)
poniedziałek, wtorek, środa: 15:30 - 18:30 czwartek: 10:00 - 13:00

- przyjmowanie zgłoszeń dotyczących osób nadużywających alkoholu
- podejmowanie działań zmierzających do zobowiązania do leczenia odwykowego
- zawiadamianie Miejskiego Zespołu Interdyscyplinarnego ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie o zaistniałej przemocy w rodzinie (wszczęcie procedury „Niebieskie Karty”)

 **telefon informacyjny: 24 367 17 04, 24 367 17 20**

POKÓJ NR 3 tel. 24 364 76 71

[czynny w godzinach pracy specjalistów]

PSYCHOLOG:

wtorek: 15:30 - 18:30

[przerwa wakacyjna w sierpniu]

środa: 11:00 - 14:00

[przerwa wakacyjna w lipcu]

czwartek: 15:00 - 18:00

[przerwa wakacyjna w sierpniu]

SPECJALISTA DS. PRZECIWDZIAŁANIA

PRZEMOCY W RODZINIE:

piątek: 15:30 - 18:30

INSTRUKTOR TERAPII UZALEŻNIEŃ:

wtorek: 14:30 - 17:30

POKÓJ NR 2 tel. 24 364 76 72

[czynny w godzinach pracy specjalistów]

PEDAGOG:

poniedziałek: 14:00 - 16:00

[przerwa wakacyjna w lipcu]

środa: 16:30 - 18:30

[przerwa wakacyjna w sierpniu]

LOGOPEDA:

czwartek: 15:00 - 18:00

PRAWNIK:

wtorek: 16:00 - 18:00

Dyżury mogą ulec zmianie.

więcej informacji na plock.eu/profilaktyka-uzaleznien