

**Gdzie można udać się po pomoc w sytuacji problemowej?
– wykaz ośrodków zewnętrznych**

- **PORADNIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA W MIKOŁOWIE**

ul. Żwirki i Wigury 4
43-190 Mikołów
tel. 32 226 20 71

Możliwość skorzystania z konsultacji telefonicznych w sytuacjach kryzysowych w godzinach pracy poradni pod nr telefonu 784 931 964.

- **OŚRODEK ŚRODOWISKOWEJ OPIEKI PSYCHOLOGICZNEJ I PSYCHOTERAPEUTYCZNEJ DLA DZIECI I MŁODZIEŻY NZOZZ PSYCHE-MED. W MIKOŁOWIE**

ul. Krawczyka 1
43-190 Mikołów
tel. 508 228 749

- **PORADNIA PSYCHOLOGICZNA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY (przyjęcia na NFZ – bezpłatnie)**

Czerwionka-Leszczyń
ul. 3 maja 45 a
tel. 512 977 378

Racibórz
ul. Mickiewicza 10
tel. 512 976 903

Wodzisław Śląski
ul. Świętego Wawrzyńca 3 a
tel. 512 977 093

- **Telefon Zaufania** dla Dzieci i Młodzieży **116111** [fdzs.pl]
- **Telefon Zaufania** dla Rodziców i Nauczycieli **800 100 100**
- **Centrum Wsparcia** dla osób w stanie kryzysu psychicznego **800 702 222**
[www.linia wsparcia.pl]
- **Telefon Zaufania** dla Osób Dorosłych w Kryzysie Emocjonalnym **116 123**
[www.psychologia.edu.pl]
- **Całodobowa, bezpłatna Infolinia** dla dzieci i młodzieży, rodziców oraz nauczycieli
800 080 222 [www.linia dzieciom.pl]

- **Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” 800 12 00 02**
[\[www.niebieskalinia.info\]](http://www.niebieskalinia.info)
- **Ogólnopolski numer alarmowy 112**
- **Centrum Psychiatrii w Katowicach im. dr. Krzysztofa Czumy**
<http://www.centrumpsychiatrii.eu/> bezpłatne wsparcie psychologiczne świadczone przez pracowników Centrum Psychiatrii
- **bezpłatna pomoc psychologiczna w związku z pandemią koronawirusa:**
[www.psychologowie -dla-spolescenstwa.pl](http://www.psychologowie-dla-spolescenstwa.pl)

Gmina Mikołów:

- **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej**
telefon Zaufania **728 831 076** – codziennie dyżur psychologa od 8.00 - 11.00
- **Komenda Powiatowa Policji w Mikołowie**
ul. Rymera 1, 43-190 Mikołów

Łaziska Górne:

- **Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie**
ul. Chopina 8, Łaziska Górne, telefon: 32 224-43-90
wsparcie dla osób potrzebujących pomocy: **530 220 954; 530 309 759**
- **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej**
telefon 32 3262340
punkt konsultacyjny **Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych**

i Przeciwdziałania Narkomanii dyżury:

Pan Michał Kurdziej (terapeuta uzależnień) w każdy wtorek i środę w godzinach od 15:00 do 19:00

pod nr telefonu **605 057 099** lub dodatkowo przez Skype: mkurdziej.

Pani Karina Mura (terapeuta uzależnień) w każdą sobotę w godzinach od 10:00 do 12:00

pod nr telefonu **662 387 899**

Pan Jakub Przybysz (prawnik) W każdy czwartek w godzinach od 15:30 do 17:30

pod nr telefonu **506 059 767**

- **Miejski Ośrodek Wspierania Rodziny i Dziecka w Łaziskach Górnych**
ul. Wyszyńskiego 8, 43-173 Łaziska Górne tel./fax (32) 721 89 10

Orzesze

- **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej:** ul. Rynek 2 a, 43-180 Orzesze tel. **32 22 15 520**

Ornontowice

- **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej:** u. Żabik 9, 43-178 Ornontowice,
tel. **32 235 45 03**
tel kom. **796 076 480; 794 403 158**

Wyry

- **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej** ul. Główna 107; 43-175 Wyry, tel: **32 323-02-38**