




## Baza lokalnych instytucji interwencyjnych i pomocowych oraz telefonów interwencyjno - konsultacyjnych.

### Ogólnopolskie Telefony Zaufania

	<p><b>116 111 – Telefon Zaufania Dla Dzieci i Młodzieży</b></p> <p>Zadzwoń lub napisz, gdy coś Cię martwi, masz jakiś problem, nie masz z kim porozmawiać lub wstydzisz się o czymś opowiedzieć. Telefon jest czynny codziennie od godziny 12.00 do 20.00, wiadomość przez stronę <a href="http://www.116111.pl">www.116111.pl</a> możesz przesłać całą dobę. Pomoc świadczona przez konsultantów Telefonu 116 111 jest całkowicie bezpłatna.</p> <p><b>Pomoc dla dzieci i młodzieży.</b></p>
	<p><b>800 100 100 – helpline.org.pl</b></p> <p>Zadzwoń lub napisz do Zespołu helpline.org.pl jeśli korzystasz z Internetu i telefonu komórkowego i dzieje się coś co Cię niepokoi, np. ktoś bez Twojej zgody rozsyła Twoje zdjęcia, czy ktoś obraża Cię w Internecie. Możesz tam zadzwonić również wtedy, gdy masz obawy, że zbyt często korzystasz z telefonu lub internetu. <b>Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 12.00 do 18.00</b> (połączenie bezpłatne). W tych samych godzinach działa chat na stronie <a href="http://www.helpline.org.pl">www.helpline.org.pl</a></p> <p><b>Pomoc dla dzieci, młodzieży i dorosłych.</b></p>
	<p><b>800 12 12 12 – Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka</b></p> <p>Tu również możesz zadzwonić, gdy nie wiesz z kim porozmawiać, a coś bardzo Cię martwi. Możesz tam także zgłaszać takie sytuacje, które według Ciebie są niesprawiedliwe i masz poczucie, że ktoś zachował się nie tak jak powinien – np. złamał prawo. Telefon jest bezpłatny i jest czynny od poniedziałku do piątku od godziny 8:15 do 20:00 (połączenie bezpłatne). Jeśli zadzwonisz tam w godzinach nocnych i zostawisz informację o sobie i swój numer – konsultanci do Ciebie oddzwonią.</p> <p><b>Pomoc dla dzieci i dorosłych.</b></p>
	<p><b>116 000 - Całodobowy, bezpłatny telefon w sprawie zaginionego dziecka.</b></p> <p>Telefon 116 000 jest skierowany do rodziców i opiekunów, którym zaginęło dziecko, do zaginionych dzieci oraz do wszystkich osób, które mogą pomóc w ich odnalezieniu. Telefon 116000 działa 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu (połączenie bezpłatne). <a href="http://www.zaginieni.pl">www.zaginieni.pl</a></p> <p><b>Pomoc dla dzieci i dorosłych.</b></p>
	<p><b>801 120 002 – Ogólnopolski Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”</b></p> <p>Zadzwoń, jeśli ktoś w Twojej rodzinie krzywdzi Cię – bije lub obraża. Możesz tam opowiedzieć o swojej sytuacji i dowiedzieć się gdzie szukać pomocy w Twoim otoczeniu. Telefon działa od poniedziałku do soboty w godz. 8.00 - 22.00, a w niedziele i święta od 8.00 do 16.00. Dzwoniąc płacisz tylko za pierwszy impuls połączenia. <a href="http://www.niebieskalinia.org/">http://www.niebieskalinia.org/</a></p> <p><b>Pomoc dla dzieci i dorosłych.</b></p>

	<p><b>800 120 226 – Policyjny Telefon Zaufania ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie</b></p> <p>Pod tym numerem telefonu można uzyskać wsparcie w sytuacji przemocy w rodzinie. Specjaliści obsługujący linię udzielają informacji na temat procedury "Niebieskiej Karty", np. jakie inne podmioty poza policją, mogą ją założyć. Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 9.30 - 15.30 (połączenie bezpłatne).  <b>Pomoc dla dzieci i dorosłych.</b></p>
 <p>Krajowe Biuro Do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii</p>	<p><b>801 190 990 - Ogólnopolski Telefon Zaufania „Narkotyki – Narkomania”</b></p> <p>Zadzwoń jeśli masz problemy z narkotykami, używasz ich, jesteś uzależniony lub martwisz się o kogoś z Twojego otoczenia. Możesz tam uzyskać fachową poradę, a także informację o tym, jak pomóc sobie lub bliskiej osobie. Telefon jest czynny codziennie w godzinach od 16.00 do 21.00. Dzwoniąc płacisz tylko za pierwszy impuls połączenia.  <b>Pomoc dla dzieci i dorosłych.</b></p>
	<p><b>22 635 93 92 - Telefon grupy edukatorów seksualnych "PONTON"</b></p> <p>Raz w tygodniu, w piątek pod tym numerem w godzinach 16:00-20:00 wolontariusze - edukatorzy seksualni Grupy "Ponton" odpowiadają na wasze pytania związane z seksualnością, dojrzewaniem, antykoncepcją itp. Opłata za połączenie z numerem zgodnie z cennikiem operatora. <a href="http://www.ponton.org.pl">www.ponton.org.pl</a>  <b>Pomoc dla młodzieży.</b></p>

## Baza lokalnych instytucji interwencyjnych i pomocowych oraz telefonów interwencyjno-konsultacyjnych



12 271 04 29  
510 132 396

**Ośrodek Interwencji Kryzysowej i Poradnictwa  
w Myślenicach ul. K. Wielkiego 5**

[oik@myslenicki.pl](mailto:oik@myslenicki.pl)

- prowadzenie działań interdyscyplinarnych na rzecz osób i rodzin będących w stanie kryzysu;
- udzielanie poradnictwa specjalistycznego, w tym psychologicznego, socjalnego,
- prawnego, a także rodzinnego obejmującego problemy funkcjonowania rodziny, w tym
- problemy opieki nad osobą niepełnosprawną, a także terapii rodzinnej;
- udzielanie, w sytuacjach uzasadnionych schronienia do 3 miesięcy dla wymagających tej
- formy wsparcia osób i rodzin znajdujących się w sytuacjach kryzysowych, w tym doznających przemocy w rodzinie;
- animowanie i prowadzenie grup samopomocowych i grup wsparcia;
- udzielanie cudzoziemcom pomocy w zakresie interwencji kryzysowej oraz poradnictwa specjalistycznego;
- realizacja programów oddziaływań korekcyjno-edukacyjnych dla osób stosujących przemoc w rodzinie.



12 274 98 10

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Myślenicach**

ul. K. Wielkiego 5

[pcpr@myslenicki.pl](mailto:pcpr@myslenicki.pl)

- prowadzenie poradnictwa i terapii dla osób sprawujących rodzinną pieczę zastępczą i ich dzieci oraz umieszczonych w pieczy zastępczej – jako Organizator Rodzinnej Pieczy
  - doradca ds. osób niepełnosprawnych – jako realizator projektu finansowanego z EFS POKL
- 

12 273 02 13

**Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Myślenicach**

**Poradnia Leczenia Uzależnień**

ul. Szpitalna 2

[szpitalmys@poczta.onet.pl](mailto:szpitalmys@poczta.onet.pl)

- uzależnienie od alkoholu lub kilku substancji, w tym alkoholu (terapia indywidualna i grupowa)
  - działania konsultacyjno-edukacyjne dla rodzin osób uzależnionych
  - terapia indywidualna, współuzależnienia
  - terapia indywidualna DDA
- 

12 272 06 13

**NZOZ Centrum Psychoterapii w Myślenicach**

697 784 033

ul. S. Pardyaka 5/4

[centrum@psychoterapii.pl](mailto:centrum@psychoterapii.pl)

- uzależnienie od alkoholu lub kilku substancji, w tym alkoholu (terapia indywidualna i grupowa)
  - uzależnienie od hazardu lub inne uzależnienie behawioralne (terapia indywidualna)
  - terapia dla osób używających substancji psychoaktywnych w sposób szkodliwy (terapia indywidualna)
  - działania konsultacyjno-edukacyjne dla rodzin osób uzależnionych
  - terapia rodzinna (konsultacje, terapia indywidualna)
  - terapia indywidualna współuzależnienia
  - terapia grupowa współuzależnienia
  - terapia indywidualna DDA
  - terapia grupowa DDA
  - przeciwdziałanie przemocy w rodzinie- dla ofiar oraz sprawców przemocy (konsultacje, terapia indywidualna)
-

12 27 40 012      Centrum Profilaktyczno-Dydaktyczne (CPD)  
502 518 243      w Myślenicach  
ul. H. Jordana 3  
[ops@myslenice.pl](mailto:ops@myslenice.pl)

**Formy pomocy:** psychologiczne, prawne, mediacje, logopedyczne, pedagogiczne, pomoc osobom uwikłanym w zjawisko przemocy domowej, prowadzenie warsztatów edukacyjnych dla rodziców.

---