Sopot, 02.12.2020r.

**WSPARCIE PSYCHOLOGICZNO– PEDAGOGICZNE**

**W OKRESIE ZAGROŻENIA EPIDEMICZNEGO**

**W SOPOCIE**

***W ostatnim czasie wszyscy doświadczamy wielu, czasami skrajnych emocji. Sytuacja związana z zagrożeniem epidemicznym może wzbudzać lęk, szczególnie u dzieci, niepokój   
i napięcie u dorosłych.***

GDZIE SZUKAĆ POMOCY:

* **PORADNIA PSYCHOLOGICZNO – PEDAGOGICZNA W SOPOCIE**

81- 742 Sopot, ul. Władysława IV 23/25,

58 551 51 33 – Poradnia, sekretariat,  
882 433 500 – Sekretariat,  
882 433 495 – Dyrektor

e- mail: ppp@poradniasopot.pl

Wsparcie dla dzieci, młodzieży Rodziców i Nauczycieli

W poradni pracują nauczyciele – psycholodzy, pedagodzy, logopedzi, doradca zawodowy, lekarz psychiatra dzieci i młodzieży **(**konsultacje na potrzeby zespołów orzekających, doraźne wsparcie, kontakt przez sekretariat).

Cykliczny dyżur telefoniczny pełniony przez różnych pracowników poradni pod numerem telefonu: 882 433 500 – dane o terminach dostępne na: <http://www.poradniasopot.pl/aktualnosci/cykliczny-dyzur-telefoniczny>

<https://kuratorium.gda.pl/poradnie1/wyswietl_zgloszenia.php>

* **CENTRUM ZDROWIA DIAGNOZA I TERAPIA**

Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci

Punkt konsultacyjno – diagnostyczny dla dzieci i młodzieży w Sopocie.

ul. B. Chrobrego 6/8/10,III piętro, p.304).

Rejestracja telefoniczna, codziennie od 8:30  do 10:30, tel: 531 539 639.

Pomoc psychiatryczna i psychologiczna dla dzieci i młodzieży, rodzin;

* **PUNKT INTERWENCJI KRYZYSOWEJ MOPS SOPOT**

Tel. 58 550 1414

Tel. 609 680 115 – działa w godzinach 8.00 – 20.00

e- mail: [pik@mopssopot.pl](mailto:pik@mopssopot.pl)

Wsparcie psychologa i prawnika dla Rodziców, osób w sytuacjach kryzysowych

* **Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie**

MOPS Sopot, Al. Niepodległości 759A, 81-838 Sopot,

Tel. 58 551 117

Dla osób doświadczających przemocy

* **Ośrodek Promocji Zdrowia i Terapii Uzależnień SPZOZ Uzdrowisko Sopot**

81- 850 Sopot, ul 3 Maja 67/69,

tel. 58 55148 75

e- mail: [uzaleznienia@zozsopot.pl](mailto:uzaleznienia@zozsopot.pl)

Dla dorosłych – w celu profilaktyki i terapii uzależnień:

* **Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych**

81-810 Sopot, Al. Niepodległości 811

Tel. 506 654 879

e-mail: [gkrpa@sopot.pl](mailto:gkrpa@sopot.pl)

Dla dorosłych

* **Poradnia Terapii Uzależnień „Mrowisko”   
  oraz Młodzieżowy Ośrodek Terapeutyczny „Mrowisko”**al. Niepodległości 817A, 81-850 Sopot  
  tel. 505 165 924, 58 550 26 69  
  mail: [poradnia@mrowisko.org](https://poczta.wp.pl/k/), mot@mrowisko.org.pl
* **Interios - Poradnia na Starcie w Sopocie**

Pomoc psychoterapeutyczna dla osób bez zatrudnienia od 15 r.ż.

Projekt przeznaczony jest dla osób niezatrudnionych, zamieszkałych na terenie woj. Pomorskiego, które ukończyły 15lat, zagrożonych wykluczeniem społecznym w trudnej sytuacji życiowej. Celem pomocy jest ustabilizowanie stanu psychicznego, zmniejszenie objawów stresu pourazowego.

Formy pomocy: diagnoza kliniczna, psychoterapia krótko i długo terminowa, grupowa, zajęcia społeczności, arterapia, pomoc prawna, pomoc psychospoleczna, pomoc doradcy zawodowego.

Tel. 797 572 828 w godz. poniedziałek, wtorek, czwartek 8-16 , środa 8-18, piątek 8-14, Sopot ul. Al. Niepodległości 728

* **Punkt konsultacyjno – informacyjny Odmień swoją głowę**

Psycholog, pedagog, asystent zdrowienia,

Wtorki, czwartki godz.16.30 – 18.30

Tel. 572 685 422

e- mail: [punkt@otwartebramy.org](mailto:punkt@otwartebramy.org)

* **Diagnoza i Terapia Sp. z o.o**

Wspieranie i rozwijanie - WiR - ośrodek profilaktyki, diagnozy i leczenia problemów dzieci i młodzieży oraz ich rodzin, tel.: 531 255 697

e—mail: [diagnozaiterapia.gdynia@gmail.com](mailto:diagnozaiterapia.gdynia@gmail.com)

Dla osób zamieszkałych w Gdyni

**ŚWIETLICE SOCJOTERAPEUTYCZNE DLA DZIECI:**

1. Stowarzyszenie Sopocki Dom

Zapraszamy od poniedziałku do piątku w godzinach od 13:00 do 19:00

ul. Armii Krajowej 68

81-844 Sopot

tel. 58 551-57-86

e-mail: [sopockidom@gmail.com](mailto:sopockidom@gmail.com)

1. Caritas Młodzieżowa Placówka Wsparcia

Zapraszamy od poniedziałku do piątku w godzinach od 13:00 do 19:00

Adres: Al. Niepodległości 778, 81-805 Sopot

telefon: +48 602 326 849

e-mail: [mbednarz@caritas.gda.pl](mailto:mbednarz@caritas.gda.pl)

1. Zajęcia socjoterapeutyczne/świetlica przy Szkole Podstawowej Nr 1;
2. Zajęcia Socjoterapeutyczne/świetlica przy Szkole Podstawowej Nr 8;
3. Grandklub Meander przy Szkole Podstawowej Nr 9

**Inne:**

* Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę: www.fdds.pl

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży 116 111

* Fundacja Stop depresji: [www.stopdepresji.pl](http://www.stopdepresji.pl)

Antydepresyjny telefon zaufania: 22 484 88 01

* Fundacja Fosa: www.fundacjafosa.pl/wsparcie-dla-dzieci/