



GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

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

NARKOTYKI, ALKOHOL, PRZEMOC

2020r.

| | |
|--|-----------|
| I. PUNKTY INFORMACYJNO – KONSULTACYJNE I PORADNIE | 3 |
| 1. Punkt Konsultacyjny w Miejskim Centrum Rozwiązywania Problemów Społecznych w Płocku ul. Misjonarska 22 | 3 |
| 2. Punkt Konsultacyjny prowadzony przez Centrum Psychologiczno – Pastoralne METANOIA w Płocku ul. Kobylińskiego 21A | 4 |
| 3. Punkt Informacyjny - Konsultacyjny prowadzony przez Stowarzyszenie Pomocy Rodzinom TYGIEL w Płocku ul. Armii Krajowej 64 | 4 |
| 4. Punkt Konsultacyjny prowadzony przez Polski Czerwony Krzyż Oddział Rejonowy w Płocku ul. Borowicka 3B | 5 |
| 5. Punkt Informacyjny Kontaktowy Anonimowych Alkoholików (PIK) w Płocku ul. Misjonarska 22.. | 5 |
| II. INNE MIEJSCA ŚWIADCZĄCE POMOC SPECJALISTYCZNĄ | 6 |
| 1. Ośrodek Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Narkotykowych oraz Alkoholowych „Jest Czas” prowadzony przez Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom i Młodzieży KAI KAIROS w Płocku ul. Rembielińskiego 6A | 6 |
| 2. Ośrodek Terapeutyczny prowadzony przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Płocku, ul. Zgliczyńskiego 4 | 6 |
| 3. Ośrodek Wsparcia dla Seniorów prowadzony przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Płocku, ul. Synagogałna 9/11 | 6 |
| 4. Poradnia Profilaktyczno – Konsultacyjna MONAR w Płocku Al. Kilińskiego 6A | 6 |
| 5. TEEN CHALLENGE Chrześcijańska Misja Społeczna Oddział w Płocku ul. Tumska 5/5 | 7 |
| 6. Stowarzyszenie na Rzecz Przeciwdziałania Zjawiskom Patologii Społecznej MIĘDZY LUDŹMI – Oddział w Płocku | 7 |
| III. STOWARZYSZENIA ABSTYNNENCKIE | 8 |
| 1. Płockie Stowarzyszenie „Klub Abstynentów” ul. Misjonarska 22 | 8 |
| 2. Stowarzyszenie Rodzin Abstynenckich „Nadzieja w Nas” w Płocku ul. Królewiecka 12G | 8 |
| IV. PLACÓWKI LECZNICTWA ODWYKOWEGO | 9 |
| 1. Poradnia Profilaktyki i Leczenia Uzależnień, Płocki Zakład Opieki Zdrowotnej Sp. z o.o. ul. Reja 15/3 | 9 |
| 2. Oddział Psychiatryczny z Pododdziałem Leczenia Alkoholowych Zespołów Abstynencyjnych, Płocki Zakład Opieki Zdrowotnej Sp. z o.o. ul. Kościuszki 26 | 9 |
| 3. „Vide” Ośrodek Medyczno – Psychologiczny w Płocku ul. Sienkiewicza 11 | 9 |
| V. NOCLEGOWNIE I HOSTELE | 10 |
| 1. Schronisko dla Kobiet prowadzone przez Polski Komitet Pomocy Społecznej Zarząd Rejonowy w Płocku ul. Misjonarska 22 | 10 |
| 2. Dom dla Osób Doznających Przemocy w Rodzinie (Hostel) przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Płocku ul. Obejście 9 | 10 |
| VI. TELEFONY ZAUFANIA | 11 |
| 1. Telefon Interwencyjno – Wspierający dla Osób Doznających Przemocy w Rodzinie (lub świadków przemocy) | 11 |
| 2. Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” | 11 |
| 3. Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży | 12 |
| 4. Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka | 12 |
| 5. Telefon Zaufania „Narkotyki – Narkomania” | 13 |
| 6. Telefon Zaufania - uzależnienia behawioralne | 13 |
| VII. INNE INSTYTUCJE | 14 |
| 1. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Płocku – Ośrodek Interwencji Kryzysowej ul. Zgliczyńskiego 4 | 14 |
| • Ośrodek Terapeutyczny | 14 |
| • Ośrodek Wsparcia dla Seniorów, Płock, ul. Synagogałna 9/11 | 14 |
| 2. Komenda Miejska Policji w Płocku Al. Kilińskiego 8 | 14 |
| 3. Prokuratura Rejonowa w Płocku ul. Obrońców Warszawy 8 | 14 |
| 4. Sąd Rejonowy w Płocku, III Wydział Rodzinny i Nieletnich ul. Piekarska 11 | 15 |
| 5. Straż Miejska w Płocku ul. Otokowska 10 | 15 |

I. PUNKTY INFORMACYJNO - KONSULTACYJNE I PORADNIE

Zakres działalności:

Zakres świadczonych usług obejmuje udzielanie bezpłatnej pomocy specjalistycznej mieszkańcom miasta Płocka z zakresu profilaktyki uzależnień, rozwiązywania problemów alkoholowych, przeciwdziałania narkomanii oraz przemocy w rodzinie.

1. Punkt Konsultacyjny w Miejskim Centrum Rozwiązywania Problemów Społecznych prowadzony przez Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Płocka, tel. informacyjny: 24 367 17 04, 24 367 17 20

Siedziba: Płock, ul. Misjonarska 22

Dyżury specjalistów:

POKÓJ NR 3 - tel. 24 364 76 71 (czynny w godzinach pracy specjalistów)

Psycholog:

- poniedziałek: 15:00 – 18:00 (przerwa wakacyjna w sierpniu)
- wtorek: 15:30 – 18:30 (przerwa wakacyjna w sierpniu)
- środa: 11:00 – 14:00 (przerwa wakacyjna w lipcu)
- czwartek: 16:15 – 19:15 (przerwa wakacyjna w lipcu)

Specjalista ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie:

- piątek: 16:00 – 19:00

Instruktor terapii uzależnień:

- środa: 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:

- poniedziałek: 16:00 – 18:00 (przerwa wakacyjna w lipcu)
- czwartek: 15:00 – 17:00 (przerwa wakacyjna w sierpniu)

Prawnik:

- wtorek: 16:00 – 18:00 (przerwa wakacyjna w sierpniu)

Dyżury mogą ulec zmianie.

2. Punkt Konsultacyjny prowadzony przez Centrum Psychologiczno – Pastoralne METANOIA w Płocku, www.cpp-metanoia.com

Siedziba: Płock, ul. Kobylińskiego 21A, tel. 24 268 66 81, 24 268 04 48

Dyżury specjalistów:

| | | |
|--|-----------------|---------------|
| Psycholog: | - poniedziałek: | 16:00 – 18:00 |
| | - wtorek: | 15:00 – 17:00 |
| | - środa: | 16:00 – 18:00 |
| | - środa: | 11:00 – 14:00 |
| | - piątek: | 14:30 – 16:30 |
| | - piątek: | 16:30 – 18:30 |
| Pedagog: | - środa: | 16:30 – 18:30 |
| Prawnik: | - czwartek: | 15:40 – 17:40 |
| Specjalista ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie: | - wtorek: | 16:00 – 19:00 |
| Logopeda: | - poniedziałek: | 15:00 – 19:00 |
| Mediator: | - wtorek: | 17:00 – 19:00 |
| Terapeuta uzależnień: | - poniedziałek: | 15:30 – 17:30 |

Dyżury mogą ulec zmianie.

Przerwa wakacyjna: lipiec – sierpień.

3. Punkt Informacyjno - Konsultacyjny prowadzony przez Stowarzyszenie Pomocy Rodzinom TYGIEL w Płocku

Siedziba: Płock, ul. Armii Krajowej 64 (budynek Ochotniczej Straży Pożarnej – Płock Podolszyce), **tel. 662 883 667**

Dyżury specjalistów:

| | | |
|--------------------------------------|-----------------|---------------|
| Psycholog: | - czwartek: | 16:00 – 18:00 |
| Psycholog dzieci i młodzieży: | - środa: | 19:00 – 21:00 |
| Terapeuta pedagogiczny: | - środa: | 15:00 – 17:00 |
| Prawnik: | - wtorek: | 15:30 – 17:30 |
| Logopeda: | - poniedziałek: | 15:00 – 18:00 |
| Profilaktyk uzależnień: | - środa: | 17:00 – 19:00 |
| Terapeuta rodzinny: | - poniedziałek: | 19:00 – 21:00 |

Dyżury mogą ulec zmianie.

Przerwa wakacyjna: lipiec - sierpień

4. Punkt Konsultacyjny prowadzony przez Polski Czerwony Krzyż Oddział Rejonowy w Płocku

Siedziba: Płock, ul. Borowicka 3B, tel. 24 264 83 09 (czynny w godzinach pracy specjalistów)

Dyżury specjalistów:

| | | | |
|-------------------|---|---------------|---------------|
| Psycholog: | – | środa: | 14:00 – 16:00 |
| Pedagog: | – | poniedziałek: | 15:30 – 17:30 |
| Prawnik: | – | czwartek: | 16:00 – 18:00 |
| Logopeda: | – | wtorek: | 14:30 – 17:30 |

Dyżury mogą ulec zmianie.

Przerwa wakacyjna: lipiec - sierpień

5. Punkt Informacyjno - Kontaktowy Anonimowych Alkoholików (PIK),

Siedziba: Płock, ul. Misjonarska 22, pok. 9, tel. 24 364 60 61 (czynny w trakcie dyżuru), 801 033 242 (8:00 – 22:00), 799 850 605 (7 dni w tygodniu)

Dyżury:

- poniedziałek: 18:00 – 20:00
- wtorek: 18:00 – 20:00
- środa: 18:00 – 20:00

II. INNE MIEJSCA ŚWIADCZĄCE POMOC SPECJALISTYCZNĄ

- 1. Ośrodek Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Narkotykowych oraz Alkoholowych „Jest Czas”** prowadzony przez Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom i Młodzieży KAI KAIROS w Płocku,
f: Osrodek, e-mail: kaikairos@wp.pl
Siedziba: Płock, ul. Rembielińskiego 6a, tel. 24 364 18 17,

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 (sojoterapeutyczne, 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)

- 2. Ośrodek Terapeutyczny** w Ośrodku Interwencji Kryzysowej przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Płocku, ul. Zgliczyńskiego 4, tel. 24 364 02 48, 24 364 02 49, 24 364 02 50,

Dyżury specjalistów:

- **Psychoterapeuta**
- **Grupa Terapeutyczna** Informacja i zapisy, tel. 24 364 02 48(50)
- **Grupa Wsparcia**
- **Psycholog dziecięcy**
- **Terapia par i rodzin** Informacja i zapisy, tel. 24 364 70 95
- **Prawnik** Informacja i zapisy, tel. 24 364 02 79

- 3. Ośrodek Wsparcia dla Seniorów** w Ośrodku Interwencji Kryzysowej przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Płocku – **ul. Synagogałna 9/11, tel. 24 364 02 48 (50)**

- Grupa Edukacyjno – Wspierająca dla Seniorów - co druga środa 14:00 – 16:00
- Konsultacje indywidualne terapeuty uzależnień - co drugi wtorek 15:15 – 18:15

- 4. Poradnia Profilaktyczno – Konsultacyjna MONAR w Płocku, Siedziba: Płock, Al. Kilińskiego 6a, tel. 24 364 54 12, monarplock@gmail.com**
Godziny otwarcia:

poniedziałek – czwartek: 11:00 – 17:00
piątek: 11:00 – 20:00

Zakres działalności:

- psychoedukacja indywidualna dla osób z problemem narkotykowym lub alkoholowym oraz ich rodzin,
- organizowanie leczenia na oddziałach detoksykacyjnych oraz w ośrodkach stacjonarnych,
- warsztaty podnoszące umiejętności wychowawcze dla rodziców dzieci uzależnionych,
- poradnictwo rodzinne.

Dyżury specjalistów:

| | | |
|---------------------------------------|-------------|---------------|
| Pedagog: | - piątek: | 16:00 – 18:00 |
| Pedagog resocjalizacji: | - piątek: | 14:00 – 16:00 |
| Instruktor terapii uzależnień: | - czwartek: | 15:00 – 17:00 |
| Profilaktyk uzależnień: | - wtorek: | 15:30 – 17:30 |
| Terapeuci uzależnień: | - wtorek: | 14:30 – 15:30 |
| | - czwartek: | 14:00 – 15:00 |
| | - piątek: | 18:00 – 20:00 |

Program CANDIS – dla osób używających szkodliwie i uzależnionych od przetworów konopi

- poniedziałek: 15:00 – 17:00
- środa: 15:00 – 17:00

Grupy samopomocowe, które spotykają się w siedzibie Poradni Profilaktyczno - Konsultacyjnej MONAR:

- grupa NA (Anonimowych Narkomanów)
- grupa AA
- grupa AH (Anonimowych Hazardzistów)
- grupa SLAA (Anonimowi uzależnienie od Seksu i Miłości)

6. Teen Challenge Chrześcijańska Misja Społeczna Oddział w Płocku

Siedziba: Płock, ul. Tumska 5/5 tel. 794 34 91 09

Facebook/teenchallenge.plock tumska5@gmail.com

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

Grupa wsparcia:

- wtorek: 17:00 – 20:00
- czwartek: 17:00 – 20:00

7. Stowarzyszenie na Rzecz Przeciwdziałania Zjawiskom Patologii Społecznej MIĘDZY LUDŹMI – Oddział w Płocku

Siedziba: ul. Asnyka 2 (sala Klubu Profilaktyki Środowiskowej „Skarpiak”),
tel. 510 084 557, 600 957 736.

Zakres działalności:

Prowadzone są 3 programy pomocowe:

- KLUB ZDROWIA - dla osób z doświadczeniem choroby psychicznej i ich rodzin,
- GRUPA WSPARCIA - dla osób uzależnionych ze współistniejącą chorobą psychiczną,
- PODRÓŻ DO ZDROWIA – dla osób z doświadczeniem choroby psychicznej.

DZIAŁANIA OBEJMUJĄ SPECJALISTYCZNĄ OPIEKĘ: psychiatryczną, psychologiczną i pedagogiczną

III. STOWARZYSZENIA ABSTYNENCKIE

1. Płockie Stowarzyszenie „Klub Abstynentów”

Siedziba: Płock, ul. Misjonarska 22, pok. 4, tel. 24 364 90 91
klub.abstynenta.@interia.pl

Godziny pracy:

- poniedziałek - piątek: 13:00 – 20:00
- sobota: 17:00 – 20:00
- niedziela: 16:00 – 20:00

Działania edukacyjno-motywacyjne (zajęcia grupowe) oraz porady indywidualne: na rzecz osób stosujących przemoc i osób doznających przemocy, osób z problemem alkoholowym oraz członków ich rodzin w tym osób współuzależnionych, kobiet z problemami emocjonalnymi w konsekwencji przemocy i uzależnień.

Działania rehabilitacyjne (program dalszego zdrowienia) dla osób uzależnionych od alkoholu

Spotkania Grup Samopomocowych: AA, Al-Anon, DDA/DDD

2. Stowarzyszenie Rodzin Abstynenckich „Nadzieja w Nas” w Płocku

Siedziba: Płock, ul. Królewiecka 12 G, tel. 533 773 775

Godziny pracy:

- poniedziałek - piątek: 17:00 – 20:00

Zakres działalności:

- | | | |
|--|------------------------------|---------------|
| – zajęcia grupowe dla osób uzależnionych: | – poniedziałek: | 18:00 – 20:00 |
| – porady indywidualne dla osób uzależnionych i ich bliskich: | – co II i IV środa miesiąca: | 16:00 – 19:00 |
| – porady dla osób doznających przemocy: | – co II i IV środa miesiąca: | 16:00 – 18:00 |
| – zajęcia dla dzieci: | – wtorek: | 17:00 – 19:00 |

Spotkania grup samopomocowych:

- grupa AA – wtorek: od 17:15, sobota: od 11:00

IV. PLACÓWKI LECZNICTWA ODWYKOWEGO

1. **Poradnia Profilaktyki i Leczenia Uzależnień** Płocki Zakład Opieki Zdrowotnej Sp. z o.o. www.szpitalplock.pl

Siedziba: Przychodnia Centrum Zdrowia Psychicznego,
ul. M. Reja 15/3, tel. 24 364 53 19

Dni i godziny rejestracji:

- poniedziałek – czwartek: 7:00 -18:00
- piątek: 7:00 - 14:30

Świadczeń udzielają: psychiatrzy, psycholodzy, specjaliści psychoterapii uzależnień.

Poradnia świadczy usługi w zakresie: bezpłatnej diagnozy i porad, psychoterapii indywidualnej i grupowej, konsultacji psychiatrycznych.

Poradnia jest dla: osób związanych emocjonalnie z kimś uzależnionym lub chcącym mu pomóc, uzależnionych od alkoholu, hazardzistów, dorosłych dzieci alkoholików (DDA).

2. **Oddział Psychiatryczny z Pododdziałem Leczenia Alkoholowych Zespołów Abstynencyjnych** Płocki Zakład Opieki Zdrowotnej Sp. z o.o., <http://www.szpitalplock.pl/oddzial/psychiatria.html>

**Siedziba: Szpital św. Trójcy w Płocku, ul. Kościuszki 28,
tel. Sekretariat – 24 364 52 27,**

Zakres działalności:

Pododdział prowadzi leczenie farmakologiczne i diagnostyczne osób z zespołem abstynencyjnym oraz motywowanie do dalszej terapii uzależnienia.

Leczenie w Oddziale polega na:

- odstawieniu środka uzależniającego,
- odtruciu i regeneracji fizycznej organizmu,
- psychoterapii,
- badań laboratoryjnych (według potrzeb),
- konsultacji specjalistycznych (wg potrzeb).

3. **"Vide" Ośrodek Medyczno – Psychologiczny w Płocku** www.vide-terapia.pl, e-mail: videspzo@gmail.com

Siedziba: Płock, ul. H. Sienkiewicza 11, tel.: 24 365 66 55, 797 320 376,
797 320 576

- **Poradnia Leczenia Uzależnień**
- **Oddział Dzienny Terapii Uzależnienia od Alkoholu**

Oferta terapeutyczna skierowana jest do osób uzależnionych od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych oraz członków ich rodzin.

Program terapii indywidualnej i grupowej:

- dla osób uzależnionych od hazardu i innych uzależnień behawioralnych, ich bliskich i rodzin współfinansowany ze środków Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych będących w dyspozycji Ministra Zdrowia.

Ośrodek Vide - filia w Ciuńkowie 59:

- Całodobowy Oddział Terapii Uzależnień od Substancji Psychoaktywnych,
 - Całodobowy Oddział Leczenia Uzależnień.
- Pobyt finansowany ze środków NFZ.

V. NOCLEGOWNIE I HOSTELE

1. Schronisko dla Kobiet – prowadzone przez Polski Komitet Pomocy Społecznej Zarząd Rejonowy w Płocku

Siedziba: Płock, ul. Misjonarska 22, tel. 24 364 76 05 czynny codziennie całą dobę

Zakres działalności:

- udzielanie noclegu i tymczasowego miejsca zamieszkania,
- udzielanie porad ofiarom przemocy,
- Punkt Konsultacyjny dla Ofiar Przemocy PKPS
 - sporządzanie mapy obrażeń ciała (bezpłatnie), termin do uzgodnienia telefonicznie – w godzinach 8:00 – 16:00,
 - konsultacje dotyczące przeciwdziałania przemocy domowej - pierwsza i ostatnia środa miesiąca w godzinach 11:00 – 12:00,
 - konsultacje z coachem – sesje indywidualne (specjalizacja Life Coaching) – pierwsza i ostatnia środa miesiąca w godzinach: 12:00 – 13:00.

2. Dom dla Osób Doznających Przemocy w Rodzinie (Hostel)

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

Siedziba: Płock, ul. Obejście 9, tel. 660 434 220, czynny codziennie, całą dobę.

Placówka przeznaczona jest **wyłącznie dla mieszkańców Płocka.**

Osoby lub rodziny przebywające w Domu mogą uzyskać pomoc:

- psychologiczną,
- prawną,
- socjalną.

TELEFON WSPARCIA DLA OSÓB DOZNAJĄCYCH PRZEMOCY DOMOWEJ

660 434 220

czynny codziennie 9:00 – 21:00

VI. TELEFONY ZAUFANIA

1. Telefon Interwencyjno - Wspierający dla Osób Doznających Przemocy w Rodzinie (lub świadków przemocy) prowadzony przez Ośrodek Interwencji Kryzysowej Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Płocku

660 – 434 – 220

czynny codziennie od 9:00 do 21:00

2. OGÓLNOPOLSKIE POGOTOWIE DLA OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE „Niebieska Linia”

infolinia **800 12 00 02** czynna przez całą dobę

Za pośrednictwem infolinii można uzyskać wsparcie psychologiczne, informacje na temat przeciwdziałania przemocy w rodzinie, w tym o istniejących możliwościach prawno-proceduralnych oraz lokalnych placówkach pomocowych.

Od 1 sierpnia 2016 r. Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych uruchamia (pilotażowo) w Ogólnopolskim Pogotowiu dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” konsultacje z wykorzystaniem komunikatora SKYPE.

W każdy poniedziałek w godz. 13.00-15.00 członkowie rodzin z problemem przemocy problemem alkoholowym mogą skonsultować się przez SKYPE'A (pogotowie.niebieska.linia) ze specjalistą z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie.

Nowa oferta adresowana jest także do osób głuchych i niedosłyszących - dyżurujący konsultanci posługują się językiem migowym.

- telefoniczne dyżury prawników: **22 666 28 50** w poniedziałki i wtorki w godz. 17.00–21.00, **800 12 00 02** w środy w godz. 18.00 – 22.00
Prawnicy udzielają informacji na temat przepisów prawa i procedur związanych z przeciwdziałaniem przemocy w rodzinie.
- poradnia e – mailowa pod adresem: niebieskalinia@niebieskalinia.info
Pomoc, jakiej udzielamy drogą mailową to: wsparcie dla osób doznających przemocy lub będących jej świadkami, udzielanie informacji o możliwościach terapii dla osób stosujących przemoc, psychologicznych mechanizmach i społecznych uwarunkowaniach zjawiska przemocy, prawach i możliwościach prawno-proceduralnych, a także o adresach instytucji pomagających w sytuacji przemocy w rodzinie.
- interwencje w sprawach przemocy w rodzinie, podejmowane także w stosunku do osób uprzednio skazanych za przestępstwo popełnione z użyciem przemocy lub groźby bezprawnej wobec członków rodziny, mających warunkowe zawieszenie wykonania kary pozbawienia wolności lub przebywających na warunkowym zwolnieniu i dopuszczających się przemocy wobec najbliższych (zgodnie z zapisami porozumienia o współpracy zawartego pomiędzy Dyrektorem Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Ministrem Sprawiedliwości i Komendantem Głównym Policji). W ramach interwencji informacje uzyskane od osób kontaktujących się z Pogotowiem „Niebieska Linia” przekazujemy lokalnym służbom, a następnie monitorujemy podjęte przez nich działania i ich efekty. Interwencja może być podjęta na prośbę osoby kontaktującej się z nami lub z inicjatywy konsultanta Pogotowia w sytuacjach bezpośredniego zagrożenia zdrowia i życia.

3. Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

116 111

Masz problem? Czujesz smutek, złość, bezsilność? Skontaktuj się z nami.

Jesteśmy grupą osób pomagających poradzić sobie w trudnych sytuacjach. Możesz opowiedzieć nam o tym, co przeżywasz.

Zasady Telefonu 116 111:

Anonimowo, Bezpłatnie, Chętnie i Cierpliwie, Dyskretnie

Telefon Zaufania skierowany jest do **dzieci i młodzieży**. Możesz do nas zadzwonić **codziennie**, od **12.00 do 2.00** w nocy.

Jesteś dzieckiem lub nastolatkiem i chcesz o coś zapytać lub podzielić się z nami swoim kłopotem?

Napisz do nas wiadomość za pośrednictwem strony www.116111.pl/napisz

4. Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

800 12 12 12

Dręczą Cię w szkole, biją na podwórku, boisz się wychodzić z domu?

Stałeś się celem ataku w internecie, jest wielki hejt na Ciebie, ktoś wpuścił w sieć Twoje kompromitujące zdjęcie?

Zostałeś sam, pogubiłeś się w życiu, straciłeś przyjaciela, nie masz z kim pogadać?

Nie jesteś sam! Zadzwoń pod numer 800 12 12 12. To telefon zaufania Rzecznika Praw Dziecka.

Czekają tam na Ciebie ludzie, którzy Ci pomogą. Za darmo. Nie musisz się przedstawiasz ani mówić, skąd dzwonisz. Możesz pozostać całkowicie anonimowy. Nikt się nie dowie o tę rozmowę, ani rodzice, ani szkoła, ani znajomi. Eksperci z Telefonu Zaufania pomogą Ci rozwiązać Twój problem, wyjaśnią, co robić, jak się zachować, gdzie znaleźć konkretne wsparcie.

Nie czekaj, nie trać czasu, pomóż sobie – zadzwoń 800 12 12 12.

Pod numer interwencyjny mogą też dzwonić osoby dorosłe, aby zgłosić problemy dzieci lub rażące zaniedbania względem nich.

Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.15 do 20.00. Każdy, kto zadzwoni po godzinie 20.00 lub w dni wolne od pracy, może przedstawić swój problem na automatycznej sekretarce i zostawić numer kontaktowy. Pracownik telefonu zaufania oddzwoni następnego dnia.

Do dziecięcego telefonu zaufania najczęściej zgłaszane są sprawy dotyczące przemocy, problemów emocjonalnych, w relacjach rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych oraz wynikających z okresu dorastania. Zespół Dziecięcego Telefonu Zaufania prowadzi także edukację upowszechniającą prawa dziecka poprzez spotkania oraz zajęcia edukacyjne.

Umiejscowienie Dziecięcego Telefonu Zaufania w strukturach Biura Rzecznika Praw Dziecka umożliwia jego konsultantom możliwość zajmowania się problemem, monitorowanie sytuacji oraz organizowanie dalszej pomocy w oparciu o współpracę z wieloma instytucjami.

Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka swoją działalność rozpoczął 20 listopada 2008 roku.

Telekomunikacja Polska jako operator telekomunikacyjny i firma zaangażowana społecznie w pomoc dzieciom zdecydowała się wspomóc Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka. Dzięki tej współpracy wszyscy dzwoniący pod numer telefonu zaufania nie ponoszą żadnych kosztów. Numer **800 12 12 12** został udostępniony na zasadach niekomercyjnych.

5. TELEFON ZAUFANIA „Narkotyki - Narkomania”

801 199 990

Oferta Telefonu skierowana jest do osób z problemem narkomanii: osób używających narkotyków, uzależnionych oraz ich bliskich.

Do zakresu pomocy świadczonej przez pracowników infolinii należy:

- udzielanie informacji na temat systemu interwencji, leczenia i adresów konkretnych placówek
- informowanie o przepisach prawnych związanych z narkomanią
- udzielanie profesjonalnych porad nt. mechanizmów uzależnienia, motywowania do leczenia itd. oraz wsparcia psychologicznego.

Telefon jest czynny codziennie w godzinach 16:00-21:00, z wyjątkiem świąt państwowych.

6. TELEFON ZAUFANIA - uzależnienia behawioralne

801 889 880

Telefon zaufania dla osób cierpiących z powodu uzależnień behawioralnych, tj. uzależnienia od hazardu, internetu, seksu, zakupów, pracy czy jedzenia.

Działalność telefonu zaufania obejmuje:

- prowadzenie konsultacji telefonicznych dla osób cierpiących z powodu uzależnień behawioralnych i ich bliskich;
- rozwijanie i udostępnianie bazy informacji o lokalnie działających specjalistach i instytucjach prowadzących terapię uzależnień behawioralnych;
- prowadzenie działań informacyjnych i edukacyjnych na temat uzależnień behawioralnych.

Telefon zaufania 801-889-880 jest czynny codziennie, także w weekendy, w godzinach od 17 do 22.

Koszt połączenia z telefonów stacjonarnych to koszt jednego impulsu, według taryfy operatora.

Koszt połączenia z telefonów komórkowych – cena za każdą minutę, zależnie od taryfy operatora.

VII. INNE INSTYTUCJE

1. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej – Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Płocku, www.mopsplock.eu, e-mail: oik@mopsplock.eu,

Siedziba: ul. Zgliczyńskiego 4, pokoje od 112 do 116,

prawnik pok. 107 – I piętro,

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

czynny od poniedziałku do piątku w godz. 7:30 – 15:30

**TELEFON INTERWENCYJNO - WSPIERAJĄCY DLA OSÓB DOZNAJĄCYCH PRZEMOCY DOMOWEJ
(lub świadków przemocy)**

660 434 220

czynny codziennie 9:00 – 21:00

Oddziaływania Korekcyjno – edukacyjne dla Osób Stosujących Przemoc –

telefon informacyjny 24 364 02 49

Ośrodek Terapeutyczny w Ośrodku Interwencji Kryzysowej przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Płocku, ul. Zgliczyńskiego 4, tel. 24 364 02 48, 24 364 02 49, 24 364 02 50,

Dyżury specjalistów:

- **Psychoterapeuta**
- **Grupa Terapeutyczna** Informacja i zapisy, tel. 24 364 02 48(50)
- **Grupa Wsparcia**
- **Psycholog dziecięcy**

- **Terapia par i rodzin** Informacja i zapisy, tel. 24 364 70 95

- **Prawnik** Informacja i zapisy, tel. 24 364 02 79

Ośrodek Wsparcia dla Seniorów w Ośrodku Interwencji Kryzysowej przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Płocku – **ul. Synagogałna 9/11,**
tel. 24 364 02 48 (50)

- Grupa Edukacyjno – Wspierająca dla Seniorów - co druga środa 14:00 – 16:00
- Konsultacje indywidualne terapeuty uzależnień - co drugi wtorek 15:15 – 18:15

2. Komenda Miejska Policji w Płocku www.policjaplock.pl

Siedziba: Płock, Al. Kilińskiego 8, tel. 997, 24 266 16 00

KOMISARIAT POLICJI W PŁOCKU, ul. Armii Krajowej 62 (Osiedle Podolszyce Północ) tel. 24 266 16 72, tel. 24 266 16 73

3. Prokuratura Rejonowa w Płocku www.poplock.pl

Siedziba: Pl. Obrońców Warszawy 8, tel. 24 267 45 60

4. Sąd Rejonowy w Płocku – III Wydział Rodzinny i Nieletnich www.plock.sr.gov.pl

Siedziba Sądu Rejonowego w Płocku: Pl. Narutowicza 6, tel. 24 269 74 00, 24 269 74 76
III Wydział Rodzinny i Nieletnich ul. Piekarska 11, tel. 24 262 73 74, 24 262 44 63

5. Straż Miejska w Płocku www.strazmiejska.plock.eu

Siedziba: Płock, ul. Otoklińska 10, tel. 986, 24 366 03 10