

# GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

## Wykaz instytucji pomocowych w Dąbrowie Górniczej

### 1. MOPS –Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej

Al. Józefa Piłsudskiego 2, 41-300 Dąbrowa Górnicza

Tel. (32) 262 40 40 (32) 262 25 28 (32) 261 36 94

### 2. Ośrodek Interwencji Kryzysowej

ul. 3 Maja 22, 41-300 Dąbrowa Górnicza tel. (32) 262-86-31

### 3. Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

Urząd Miejski Dąbrowa Górnicza ul. Graniczna 21, II piętro sala narad oraz pokój 205a  
tel. 32 295 96 21

Punkt Konsultacyjno-Informacyjny ul. Adamieckiego 13 (budynek Przychodni „MERKURY”,  
wejście z boku od strony garaży) tel. 32 262 97 02

### 4. Ośrodek Edukacji Profilaktyki i Psychoterapii „Droga”

ul. Piłsudskiego 92/56 41-308 Dąbrowa Górnicza tel. 32 268 50 67 fundacjadroga@gmail.com

### 5. Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna

ul. 3 Maja 22 41-300 Dąbrowa Górnicza

tel.: (32) 262-38-11, 262-53-50, 262-38-77, 262-53-51

## ORGANIZACJE POZARZĄDOWE

### 6. Dąbrowskie Stowarzyszenie Rodzin w Kryzysie

ul. Łączna 35 41-303 Dąbrowa Górnicza Tel. 507844748, 502926702 lechdanuta@onet.pl

### 7. Fundacja „Godne życie”

ul. Gwardii Ludowej 107 41-306 Dąbrowa Górnicza Tel. 511982448, (32) 2619144

biuro@fundacjagodnezycie.eu

### 8. Fundacja Nasze Dzieci

Al. J. Piłsudskiego 92,41-308 Dąbrowa Górnicza FundacjaNaszeDzieci@arcelormittal.com

### 9. Stowarzyszenie „Dar serca”

41-306 Dąbrowa Górnicza ul. Karola Adamieckiego 12 tel. 505272808

[www.stowarzyszeniedarserca.org.pl](http://www.stowarzyszeniedarserca.org.pl)

### 10. Towarzystwo Przyjaciół Dzieci

ul. 3-go Maja 22/211 41-300 Dąbrowa Górnicza tel. 32 2622975 tel. 509626781

–Bożena Muszyńska; 669069100 –Bartosz Gałęziowski

# TELEFONY ZAUFANIA

w województwie śląskim

współpracujące z Polskim Towarzystwem Pomocy Telefonicznej

MIEJSCOWOŚĆ TELEFON	NAZWA	DNI I GODZINY
<b>Bielsko-Biała</b> 33 812-26-67	Katolicki Telefon Zaufania	codziennie 16.00 – 21.00 pn 14.00 – 19.00 wt i pt 16.00 – 18.00 śr i czw 15.00 - 18.00
<b>Czeladź</b> 32 265-66-22	Telefon Zaufania	codziennie 16.00 – 6.00
<b>Częstochowa</b> 192-88 lub 34 366 49 88	Telefon Zaufania	codziennie 20.00 – 24.00
<b>Częstochowa</b> 34 365-22-55	Jasnogórski Telefon Zaufania	codziennie 19.00-22.00
<b>Dąbrowa Górnicza</b> 32 268 12 22	Telefon Zaufania	codziennie 18.00 – 22.00
<b>Jastrzębie Zdrój</b> 32 471-78-78	Telefon Zaufania "Kontakt"	codziennie 15.00 – 8.00
<b>Katowice</b> 32 256-92-78	Telefon Zaufania OIK „Ad Vitam Dignam”	całodobowo
<b>Katowice</b> 32 253-05-00	Katolicki Telefon Zaufania	pn – cz 17.00 – 19.00
<b>Mysłowice</b> 32 274 15 38	Telefon Zaufania dla Osób z Problemem Alkoholowym	pn – pt 17.00 – 20.00
<b>Piekary Śląskie</b> 32 391 00 00	Punkt Konsultacyjny dla Osób Uzależnionych	pn – sob 17.00 – 20.00
<b>Świętochłowice</b> 32 770 00 44	Telefon Zaufania dla Osób z Problemem Alkoholowym	

**116 111** ogólnopolski i całkowicie bezpłatny Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży, czynny cały tydzień, w godz. 12—22 <http://www.116111.pl/> Telefon ten służy młodzieży i dzieciom potrzebującym wsparcia, opieki i ochrony.

**116 123** ePoradnia Psychologiczna Instytutu Psychologii Zdrowia PTP - oferta Poradni jest kierowana do osób dorosłych w kryzysie emocjonalnym, potrzebujących wsparcia i porady psychologicznej, młodych dorosłych, rodziców potrzebujących wsparcia w procesie wychowawczym i osób niepełnoprawnych, <http://www.116123.info/> **czynny:** w dni powszednie w godzinach 14—22.

**800 100 100** Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci - Bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna i on-line dla rodziców i nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia i informacji w zakresie przeciwdziałania i pomocy dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności wynikające z problemów i zachowań ryzykownych takich jak: agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystywanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, uzależnienia, depresja, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania, <https://800100100.pl/> **czynny:** poniedziałki—piątki w godz. 12.00—15.00.

**801 12 00 02** - Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie.

**801 140-068** - Porady i konsultacje w sprawach dzieci sięgających po alkohol.