

**Gdzie
szukać
pomocy**



**Podmioty lecznicze finansowane ze środków
Narodowego Funduszu Zdrowia świadczące
usługi z zakresu zdrowia psychicznego
na terenie miasta Gliwice***

NFZ

* Nie obowiązuje rejonizacja. Oznacza to, że pacjent ma prawo wybrać dowolną placówkę medyczną z kontraktem z NFZ na terenie całego kraju, niezależnie od miejsca zamieszkania.

**Lista miejsc świadczących usługi z zakresu zdrowia
psychicznego dostępna jest na stronie
„NFZ Gdzie się leczyć” <https://gsl.nfz.gov.pl/GSL/>**



WSPARCIE DZIECI I MŁODZIEŻY

Podmiot leczniczy	Rodzaj usług	Adres	Dane kontaktowe
Centrum Zdrowia Psychicznego Feniks	• poradnia zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży; • oddział dzienny dla dzieci i młodzieży. Podmiot prowadzi ośrodek środowiskowej opieki psychologicznej i psychoterapeutycznej dla dzieci i młodzieży – I poziom referencyjny	ul. Młyńska 8	tel.: 32 413 16 26 e-mail: gliwice.mlynska@czpfeniks.pl https://czpfeniks.pl/ 
Centrum Terapii i Wspomagania Rozwoju Focus	• poradnia zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży. Podmiot prowadzi ośrodek środowiskowej opieki psychologicznej i psychoterapeutycznej dla dzieci i młodzieży – II poziom referencyjny	ul. Sikornik 18	tel.: 574 074 496 e-mail: rejestracja.focus@gmail.com http://poradniafocus.pl/ https://wspomaganie-rozwoju.pl/ 

Fundacja „Dom Nadziei” Katolicki Ośrodek Rehabilitacyjno-Wychowawczy dla Dzieci i Młodzieży „Dom Nadziei”	• poradnia profilaktyki i terapii uzależnień; • poradnia leczenia uzależnień; • poradnia zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży; • ośrodek terapii i rehabilitacji dla osób uzależnionych od alkoholu i substancji psychoaktywnych dla dorosłych i dzieci.	ul. Główna 30	tel.: 32 286 06 23 e-mail: biuro@domnadziei.pl https://www.domnadziei.pl/ 
--	--	------------------	---

WSPARCIE OSÓB DOROSŁYCH, W TYM SENIORÓW

Podmiot leczniczy	Rodzaj świadczeń	Adres	Dane kontaktowe
Psych-Med Sp. z o.o – Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej PSYCH-MED	• poradnia zdrowia psychicznego; • dzienny oddział psychiatryczny rehabilitacyjny; • zespół leczenia środowiskowego (domowego).	ul. Ziemowita 6	tel.: 32 231 15 51 e-mail: info@psych-med.pl https://www.psych-med.pl/ 
Górnośląskie Stowarzyszenie „FAMILIA	• Centrum Leczenia Uzależnień – ośrodek terapii uzależnienia od substancji psychoaktywnych; • Hostel adaptacyjny dla osób uzależnionych od substancji psychoaktywnych; • Hostel dla osób z zaburzeniami psychicznymi.	ul. św. Huberta 60 Hostel – ul. Dolnej Wsi 45A	tel.: 500 205 601 od poniedziałku do piątku 11:00-14:00 tel.: 32 231 30 33 e-mail: clufamilia.gliwice@gmail.com www.familia.org.pl 

Centrum Zdrowia Psychicznego i Leczenia Uzależnień „Familia”	● poradnia zdrowia psychicznego; ● poradnia leczenia uzależnienia i współuzależnienia od alkoholu; ● poradnia leczenia uzależnienia od substancji psychoaktywnych; ● dzienny oddział terapii uzależnienia od substancji psychoaktywnych; ● oddział terapii dla uzależnionych od substancji psychoaktywnych ze współistniejącymi zaburzeniami psychiatrycznymi; ● ośrodek leczenia zespołów abstynencyjnych od substancji psychoaktywnych.	ul. Dębowa 5	Rejestracja Poradnia: tel.: 32 270 37 58 32 231 86 15 690 288 116 Rejestracja – Oddział Dzienny: tel.: 32 270 37 58 32 231 86 15 690 288 116 Rejestracja – Oddział Całodobowy tel.: 32 270 37 58 32 231 86 15 789 433 322 e-mail: czpilu@mp.pl https://familia-gliwice.pl/ 
Centrum Zdrowia Psychicznego Feniks Gliwice	● poradnia zdrowia psychicznego; ● oddział dzienny psychiatryczny; ● poradnia leczenia nerwic.	ul. Młyńska 8	tel.: 32 413 16 26 e-mail: gliwice.mlynska@czpfeniks.pl https://czpfeniks.pl/ 
Fundacja „Dom Nadziei”	● ośrodek terapii i rehabilitacji dla osób uzależnionych od alkoholu i substancji psychoaktywnych dla dorosłych i dzieci.	ul. Górna 30	tel.: 32 286 06 23 e-mail: biuro@domnadziei.pl https://www.domnadziei.pl/ 

Ośrodek Leczenia Nerwic i Zaburzeń Odżywiania „Dąbrówka”	• poradnia leczenia nerwic, • oddział dzienny leczenia zaburzeń nerwicznych; • poradnia psychologiczna; • poradnia zdrowia psychicznego; • poradnia psychoterapii.	ul. Asnyka 10	tel.: 602 665 442 606 853 332 32 238 34 70 e-mail: rejestracjaoln@psychoterapia-silesia.pl https://www.psychoterapia-silesia.pl/ 
Centrum Terapii i Wspomaga- nia Rozwoju Poradnia Focus	• poradnia zdrowia psychicznego dla dorosłych.	ul. Sikornik 18	tel.: 574 074 496 e-mail: rejestracja.focus@gmail.com https://wspomaganie-rozwoju.pl/ 

PUBLICZNA PORADNIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA

Poradnia udziela pomocy psychologiczno-pedagogicznej i logopedycznej dzieciom (w wieku od urodzenia) i młodzieży (do ukończenia szkoły ponadpodstawowej), a także ich rodzicom (opiekunom prawnym) i nauczycielom w zakresie wychowania i kształcenia. Z pomocy mogą korzystać uczniowie, ich rodzice oraz nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek z terenu miasta Gliwice.

Zakres usług	Adres	Kontakt
■ udzielanie dzieciom i młodzieży pomocy psychologiczno-pedagogicznej, w tym pomocy logopedycznej, pomocy w wyborze kierunku kształcenia zawodu; ■ udzielanie rodzicom i nauczycielom pomocy psychologiczno-pedagogicznej związanej z wychowywaniem i kształceniem dzieci i młodzieży.	ul. Gierymskiego 1	tel.: 32 231 05 69 e-mail: sekretariat@ppp.gliwice.eu www.poradnia.gliwice.pl 

**NIEPUBLICZNE PORADNIE PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNE
DZIAŁAJĄCE NA TERENIE MIASTA GLIWICE, UDZIELAJĄCE
BEZPŁATNEGO WSPARCIA DZIECIOM W RAMACH
WCZESNEGO WSPOMAGANIA ROZWOJU (WWR)**

Nazwa	Adres	Kontakt
CENTRUM WSPOMAGANIA ROZWOJU DZIECKA I RODZINY CREDO Niepubliczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	ul. Pszczyrńska 44A	tel.: 607 044 095 e-mail: biuro@centrumcredo.pl centrumcredo@gmail.com www.centrumcredo.pl
CENTRUM MEDYCZNO- TERAPEUTYCZNE STAMINA Niepubliczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	ul. Kilińskiego 6 ul. Dworcowa 60	tel.: 32 708 75 95 e-mail: kontakt@centrumstamina.pl https://centrumstamina.pl/
AKADEMIA NAUKI GLIWICE Niepubliczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	ul. Tadeusza Hoblera 10,	tel.: 505 098 653 e-mail: kontakt@akademiagliwice.pl https://akademiagliwice.pl/
CENTRUM TERAPII I WSPOMAGANIA ROZWOJU Niepubliczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna FOCUS	ul. Sikornik 18	tel.: 660 701 413 e-mail: rejestracja.focus@gmail.com https://www.wspomaganie-rozwoju.pl/
MOŻEMY WIĘCEJ Niepubliczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	ul. Cichociem- nych 18	tel.: 578 009 995 e-mail: rejestracja.fundacja@gmail.com https://www.fundacjamożemywiecej.pl/
SENS Niepubliczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	ul. Ignacego Daszyńskiego 154	tel.: 609 963 370, 888 147 224 – koordynator WWR e-mail: kontakt@sens-gliwice.pl https://sens-gliwice.pl/





INTEGRARE Niepubliczna Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	ul. Zygmuntowska 34	tel.: 668 103 446 536 835 716 e-mail: biuro@logopeda-gliwice.pl http://logopeda-gliwice.pl/
RUBINOWA Niepubliczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	ul. Rubinowa 2e/1u	tel.: 574 420 791 e-mail: rejestracja.rubinowa@gmail.com https://poradniarubinowa.pl/
VITACOMPLEX Niepubliczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	ul. Dubois 8	tel.: 697 790 000 882 800 010 e-mail: centrum@vitacomplex.pl https://vitacomplex.pl/
CENTRUM DIAGNOZY TERAPII I REHABILITACJI ANYTIME Niepubliczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	ul. Grottgera 46-50	tel.: 609 99 10 10 609 995 542 e-mail: b.smolnik@anytimebs.pl www.anytimebs.pl

Miasto corocznie zleca podmiotom do realizacji zadania publiczne w dziedzinie przeciwdziałania uzależnieniom i patologiom społecznym w zakresie:

- prowadzenia placówek wsparcia dziennego;
- przeciwdziałania narkomanii;
- profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych.

<https://bip.gliwice.eu/przeciwdzialanie-uzaleznieniom>



A także zadania publiczne związane z:

- ochroną zdrowia psychicznego,
- profilaktyką zaburzeń zdrowia psychicznego,
- promocją zdrowia psychicznego

Podmioty, do których możesz się zwrócić o pomoc

WYDZIAŁ ZDROWIA I SPRAW SPOŁECZNYCH URZĘDU MIEJSKIEGO W GLIWICACH

ul. Zwycięstwa 21
tel. 32 239 12 59
e-mail: zd@um.gliwice.pl

- **Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych zajmuje się m.in.:**
 - opracowywaniem lokalnych programów społecznych w tym: Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego dla miasta Gliwice, Miejskiego programu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych oraz przeciwdziałania narkomanii dla miasta Gliwice;
 - aktualizacją poradnika „Zadbaj o swój dobrostan”;
 - przeprowadzaniem otwartych konkursów ofert oraz zawieraniem umów m.in. z podmiotami leczniczymi lub organizacjami pozarządowymi na realizację zadań publicznych z zakresu profilaktyki uzależnień oraz promocji zdrowia psychicznego i profilaktyki zaburzeń psychicznych;
 - obsługą Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych;
 - współpracą z innymi instytucjami w zakresie zdrowia psychicznego oraz profilaktyki i leczenia uzależnień;
 - organizowaniem bezpłatnych wydarzeń w zakresie promowania zdrowego stylu życia, w tym przeciwdziałających alkoholizmowi i narkomanii, a także wspierających dobrostan psychiczny mieszkańców Gliwic;
 - sprawozdawczością i koordynacją zadań związanych z tematem zdrowia psychicznego, profilaktyką oraz leczeniem uzależnień;
 - zapewnieniem kontaktu z pełnomocnikami ds. przeciwdziałania uzależnieniom, ds. osób z niepełnosprawnościami, ds. seniorów, ds. wspierania rodziny i pieczy zastępczej.

GMINNA KOMISJA ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH:

Urząd Miejski w Gliwicach
ul. Zwycięstwa 21, pokój 208
tel. 32 239 12 95, e-mail: gkrpa@um.gliwice.pl

OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ

ul. Górnych Wałów 9
44-100 Gliwice
tel. 32 335 96 00 – centrala
Sekretariat: 32 335 96 99, 32 335 97 00
e-mail: ops@ops.gliwice.eu
strona internetowa: www.opsgliwice.pl



Ośrodek Pomocy Społecznej to instytucja, której głównym celem jest wspieranie osób i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Zajmuje się udzielaniem pomocy finansowej, rzeczowej oraz usługowej, a także prowadzi działania mające na celu przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu.

■ Dział Pierwszego Kontaktu i Działań Wspierających

ul. Górnych Wałów 9
tel. 32 335 96 17

Jeżeli potrzebujesz informacji o formach wsparcia oferowanych przez Ośrodek, chcesz pomóc osobie znajdującej się w potrzebie ale nie wiesz jak to zrobić – skontaktuj się z Działem Pierwszego Kontaktu, który udzieli informacji i poinformuje gdzie można uzyskać niezbędne wsparcie.

W ramach powyższego Działu funkcjonuje również usługa Specjalistycznych Usług Opiekuńczych dla osób z zaburzeniami psychicznymi.

■ Dział Analityczno-Strategiczny

ul. Górnych Wałów 9
tel. 32 335 96 53

Chcesz wiedzieć co ciekawego dzieje się w twojej dzielnicy? Chcesz skorzystać z możliwości jakie dają projekty współfinansowane ze środków Unii Europejskiej – nawiąż kontakt z pracownikami tego działu. W ramach działań DAS realizowane są działania w społecznościach lokalnych, w różnych dzielnicach Gliwic, jak również różne ciekawe projekty i usługi dla mieszkańców.

■ Dział Wsparcia Rodziny

ul. Sikorskiego 134
tel. 32 335 41 35, 32 332 45 32

Interesuje Cię jak doskonalić swoje umiejętności i kompetencje wychowawcze, chcesz zdobyć wiedzę i umiejętności związane z budowaniem relacji w rodzinie, zadbać o dobrostan i kondycję psychiczną swoją i swojej rodziny, chcesz nauczyć się lepiej komunikować ze swoimi dziećmi? Skontaktuj się z powyższym działem OPS, pracują tam specjaliści, którzy mogą ci w tym pomóc. Możesz wziąć udział w różnych spotkaniach i warsztatach dla rodziców.

■ Ośrodek Interwencji Kryzysowej

ul. Władysława Sikorskiego 134
tel. dyżurny: 32 335 41 50
tel. kom. 510 230 115
e-mail: oik@ops.gliwice.eu

Jeżeli doświadczasz kryzysu psychicznego, potrzebujesz natychmiastowej pomocy, szukasz wsparcia emocjonalnego dla siebie lub dla innych osób, potrzebujesz konsultacji psychologicznej, masz trudności w relacjach, przeżywasz żałobę i szukasz pomocy skontaktuj się z Ośrodkiem Interwencji Kryzysowej. Pracujący tam specjaliści udzielą ci pomocy najszybciej, jak to możliwe.

ŚRODOWISKOWY DOM SAMOPOMOCY

ul. Sikorskiego 134
tel. 32 270 07 65
https://www.facebook.com/p/%C5%9Arodowiskowy-Dom-Samopomocy-w-Gliwicach-100067841201176/?locale=pl_PL



Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach to dzienny ośrodek wsparcia przeznaczony dla osób cierpiących na zaburzenia psychiczne oraz dla osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz z niepełnosprawnością sprzężoną

W ŚDS prowadzone są:

- zajęcia z zakresu psychologicznego i psychoedukacyjnego, zajęcia terapeutyczno-edukacyjne, treningi praktyczne oraz społeczne, zajęcia arteterapeutyczne;
- klub uczestnika będący grupą spotkaniowo-integracyjną dla osób leczących się psychiatrycznie;
- grupa wsparcia dla rodzin i bliskich osób leczących się psychiatrycznie prowadzona przez psychologa i lekarza psychiatrę;

- spotkania z ekspertem przez doświadczenie (osoba, która doświadczyła kryzysu psychicznego) dla osób chorujących psychicznie i ich bliskich.

■ SKLEPIK Z MARZENIAMI

ul. Górnych Wałów 13

W galerii **Sklepek z marzeniami** prowadzone są spotkania dla rodzin osób leczących się psychiatrycznie, konsultacje z psychologiem i asystentem zdrowienia. Organizowane są również bezpłatne, otwarte warsztaty artystyczne dla mieszkańców, wystawy uczestników placówki z niepełnosprawnościami, a także profesjonalnych artystów niezależnych z całej Polski.

IZBA WYTRZEŻWIEŃ

ul. Okopowa 6

44-100 Gliwice

tel. 32 335 04 93, 32 231 54 24

e-mail: diw@mzuk.pl

strona internetowa: <https://mzuk.gliwice.pl/jednostka/izba-wytrzezwien/>



W Izbie Wytrzeźwień prowadzone są:

- zajęcia warsztatowe dla młodzieży szkół podstawowych i ponadpodstawowych z zakresu profilaktyki, prowadzone przez psychologa
tel. 32 335 04 93
- porady prawne
poniedziałek 14:00–15:00
tel. 32 335 04 93

POWIATOWY URZĄD PRACY

pl. Inwalidów Wojennych 12

44-100 Gliwice

tel. 32 444 23 00

<https://gliwice.praca.gov.pl/>



Powiatowy Urząd Pracy w Gliwicach to instytucja publiczna wspierająca osoby bezrobotne oraz poszukujące pracy.

■ Zakres usług:

- **poradnictwo zawodowe** – wsparcie udzielane osobom, które potrzebują pomocy w wyborze, zmianie lub rozwoju swojej ścieżki zawodowej;
- **pośrednictwo pracy** – pomoc w aktywnym poszukiwaniu pracy, oferty pracy dostosowane do możliwości zdrowotnych;
- **szkolenia i kursy zawodowe** – możliwość bezpłatnego udziału w kursach i szkoleniach celem podniesienia kwalifikacji zawodowych
- **staże i praktyki zawodowe** – możliwość zdobycia doświadczenia zawodowego;
- **dofinansowanie do podjęcia działalności gospodarczej** – realna pomoc finansowa, dzięki której osoba bezrobotna może dostosować stanowisko pracy do własnych potrzeb bez konieczności angażowania środków własnych;
- **dofinansowanie dla pracodawców** – dofinansowanie do wynagrodzeń lub refundacja kosztów dostosowania stanowiska pracy;
- **indywidualny plan działania** – Pośrednik Pracy przygotowuje plan działania dostosowany do możliwości i preferencji danej osoby. Realna pomoc w stopniowym powrocie na rynek pracy z uwzględnieniem barier zdrowotnych.

DORADCA ZAWODOWY

pokój nr 008

tel. 32 444 23 89

32 444 23 90

32 444 23 91

32 444 23 98

32 444 23 99

■ INNE BEZPŁATNE WSPARCIE W ZAKRESIE ZDROWIA PSYCHICZNEGO

Na terenie miasta Gliwice zlecane są zadania publiczne w ramach ogłaszanych konkursów lub tzw. małych grantów m.in. w zakresie zdrowia psychicznego, dzięki którym wybrane organizacje mogą realizować bezpłatne działania dla mieszkańców miasta Gliwice. Informacje dostępne są na stronie BIP w zakładce organizacje pozarządowe -> Otwarte konkursy ofert na realizację zadań publicznych Miasta Gliwice / „Małe granty”.

<https://bip.gliwice.eu/ogloszenia-o-otwartych-konkursach-ofert-na-realizacje-zadan-publicznych-miasta-gliwice>