***PORADNITWO SPECJALISTYCZNE NA TERENIE MIASTA SUWAŁK W 2020 r.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Miejsce udzielanych porad, telefon** | **Rodzaj porady** | **Dni i godziny przyjęć** |
| **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Pątek** | **Sobota** |
| **Poradnia Rodzinna Fundacji EGO – Centrum Ochrony Dziecka****ul. Noniewicza 91 lok. 9,12,13****tel. 535- 032-190****fundacja@fundacjaego.pl** | Terapeuta rodzinny | ----- | ----- | 10.00-16.00 | ----- | ----- | ----- |
| Pedagog | ----- | 16.00-19.00 | ----- | ----- | ----- | ----- |
| Psychoterapeuta | 16.00-20.00 | ----- | 16.00-19.00 | ----- | ----- | ----- |
| Psycholog ds. młodzieży | 14.00-17.00 | ----- | ----- | ----- | ----- | ----- |
| Psycholog dziecięcy | ----- | ----- | ----- | 10.00-13.00 | ----- | ----- |
| Psychiatra | ----- | ----- | ----- | ----- | 16.00-20.00 | ----- |
| **Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie Dział Pomocy Kryzysowej** **ul. Filipowska 20B****tel. 87- 565- 28- 91** | Poradnictwo socjalne | 07.30-15.30 | 07.30-15.30 | 07.30-15.30 | 07.30-15.30 | 07.30-15.30 | ----- |
| Poradnictwo i konsultacje psychologiczne w tym rodzinne | 08.00-10.0011.30-15.30 | 08.00-16.00 | 11.30-15.30 | 07.30-15.30 | 11.30-15.30 | ----- |
| Poradnictwo prawne | ----- | 15.30-17.30 | ----- | 15.30-17.30 | ----- | ----- |
| Grupa wsparcia dla osób uwikłanych w problemy przemocy w rodzinie | ----- | 16.00-18.00 | ----- | ----- | ----- | ----- |
| Terapia interwencyjna | Sesje ustalane indywidualnie z sychologiem | Sesje ustalane indywidualnie z psychologiem | Sesje ustalane indywidualnie z psychologiem | Sesje ustalane indywidualnie z psychologiem | Sesje ustalane indywidualnie z psychologiem | ----- |
| **Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach Dział Pieczy Zastępczej****ul. Filipowska 20****tel. 87- 562- 89-70 w. 940****pok. 32**  | Poradnictwo psychologiczne i pedagogiczne dla rodzin zastępczych i ich dzieci umieszczonych w pieczy zastępczej oraz pełnoletnich wychowanków podlegających procesowi usamodzielniania po opuszczeniu pieczy zastępczej | 7.30-15.30 | 7.30-15.30 | 07.30-15.30 | 07.30-15.30 | 07.30-15.30 | ----- |
| **Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach Dział Pomocy Środowiskowej** **ul. Filipowska 20 tel. 87- 562- 89-70 w. 940****pok. 3,4,5,9,10** | Poradnictwo socjalne udzielane w ramach dyżuru pracownika socjalnego | 09.00-17.00 | -------- | -------- | -------- | -------- | ----- |
| **Poradnia Psychologiczna****ul. Szpitalna 62** **tel. 87-562-64-00** | Porady psychologa – sesje psychoterapii indywidualnej w ramach umowy z NFN, (**wymagane skierowanie lekarza ubezpieczenia zdrowotnego**) | 11.35-15.35 | ------ | 14.00-18.00 | 07.30-11.30 | ------ | ----- |
| **Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna****ul. Nowomiejska 10** **tel. 87- 566- 41- 49** **87 -567- 00 -67** | Poradnictwo rodzinne\*\* | 16.00-18.00 | ----- | ----- | 15.00-18.00 | 14.00-16.00 | ----- |
| Poradnictwo psychologiczne\*\* | 14.00-18.00 | ----- | 14.00-18.00 | 11.00-13.0015.00-17.00 | 11.00-12.00 | ----- |
| **Poradnia Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia od Alkoholu, ul. Szpitalna 62****tel. 87-562-64-00****tel. 87- 562- 64- 59****tel. 87- 562-64-57****tel. 87- 562-64-69**  | Porady lekarza psychoterapeuty, sesje psychoterapii indywidualnej i grupowej, sesja psychoterapii rodzinnej | 08.00-19.00 | 08.00-15.00 | 08.00-19.00 | 08.00-19.00 | 07.30-15.00 | ----- |
| **Poradnia Terapii Uzależnienia od Substancji Psychoaktywnych****ul. Szpitalna 62****tel. 87- 562- 64 -54****tel. 87-562-64-00** | Porady lekarza i terapeuty, sesje psychoterapii indywidualnej i grupowej | 12.00-19.00 | 12.00-19.00 | ------ | 07.30-14.30 | 12.00-19.00 | ----- |
| **Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży****ul. Szpitalna 62****tel. 087-562- 64 -00** | Porady lekarza i psychologa | ------ | 14.00-18.00 | 07.30-15.00 | ------ | 12.00-16.00 | ----- |
| **Centrum Zdrowia Psychicznego**świadczenia udzielane są osobom z problemami psychicznymi powyżej 18 roku życia oraz ich rodzinom  |
| **Punkt Zgłoszeniowo Koordynacyjny****tel. 087-562-64-71** | Przyjmowanie zgłoszeń do udzielenia świadczenia specjalistycznego | 08.00-18.00 | 08.00-18.00 | 08.00-18.00 | 08.00-18.00 | 08.00-18.00 | ----- |
| **Poradnia Zdrowia Psychicznego****tel. 087-562-64-71**  | Porady lekarza, psychoterapeuty, psychologa | 08.00-18.00 | 08.00-18.00 | 08.00-18.00 | 08.00-18.00 | 08.00-18.00 | ----- |
| **Zespół Leczenia Środowiskowego****tel. 087-562-64-71****tel. 087-562-64-73**  | Porady lekarza, psychoterapeuty, psychologa, terapeuty środowiskowego w środowisku pacjenta i jego rodziny | 08.00-18.00 | 08.00-18.00 | 08.00-18.00 | 08.00-18.00 | 08.00-18.00 | ----- |
| **Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych****ul. Noniewicza 71 A, pok. 117****tel. 87 563 56 01**  | Procedura zobowiązania do leczenia odwykowegoProcedura Niebieskiej Karty | 08.00-16.00 | 07.30-15.30 | 07.30-15.30 | 07.30-15.30 | 07.30-15.30 | ----- |
| **Suwalskie Stowarzyszenie „WYBÓR”** **ul. Kościuszki 71, II piętro****Dodatkowe informacje od PN. – PT. 16.00-18.00****tel. 506- 223- 424****Suwalskie Stowarzyszenie „Wybór” (Oddział Dzienny)** **ul. Młynarskiego 9** **tel. 87-565-17- 15**  | Indywidualna psychoterapia DDAterapeutatel. 792-187-837 | ----- |  ----- | ----- | ----- | 17.15-19.15(poza przerwą wakacyjną 11.07.2020 r. - 20.08.2020 r.) | ----- |
| Indywidualna psychoterapia DDAterapeutatel. 505-024-679  | ----- | ----- | ----- | 15.15-17.15(poza przerwą wakacyjną 05.07.2020 r. - 16.09.2020 r.) | ----- | ----- |
| Grupa terapeutyczna konstruktywnych zachowań abstynenckich i rozwoju osobistego | 13.30-16.30 | ------ | ------ | ------ | ------ | ----- |
| Konsultacje indywidualne dla uczestników grupy terapeutycznej konstruktywnych zachowań abstynenckich i rozwoju osobistego | ------ | ------ | ------ | ----- | 13.00-15.00(pierwsze 3 piątki miesiąca) | ----- |
| **Telefon zaufania Komendy Miejskiej Policji w Suwałkach****087-564-12-60** | ----- | ----- | ----- | ----- | ------ | ----- | ----- |
| **Suwalskie Stowarzyszenie Klub Abstynentów „FILAR”****ul. Kościuszki 71** | Grupa dla osób współuzależnionychtel. 501-793-863 | ----- | ----- | 16.00-18.00 | **-----** | **-----** | **-----** |
| Dyżur terapeuty tel. 501-793-863 | ------ | ----- | 18.00-19-00 | ----- | ----- | ----- |
| Dyżur psychologa609-208-371 | ----- | ----- | 16.00-18.00 | ----- | ----- | ----- |
| Grupy socjoterapeutyczne tel. 793-949-433 | ----- | Grupa dla dzieci18.00-20.00 | ----- | Grupa dla dzieci16.00-18.00 | ----- | ----- |
| **Suwalskie Stowarzyszenie Klub Abstynentów „FILAR”****ul. Kościuszki 71****tel. 530-750-070****tel. 087-565-12-92** | Grupy samopomocoweAA „Bartek” | ----- | 18.00-20.00 | ----- | ----- | 18.00-20.00 | ----- |
| AA „Pierwszy Krok” | ----- | ----- | ----- | ----- | ----- | 13.30-15.30 |
| „ Coffee House” | ----- | ----- | ----- | ----- | ----- | 16.00-20.00 |
| Grupy dla WspółuzależnionychAl.-Anon „Nadzieja” | ----- | 18.00-20.00 | ----- | ----- | ----- | ----- |
| **Punkt prowadzony przez organizację pozarządową, z siedzibą na ul. Kościuszki 71****tel. 502-836-086** | Porad prawnych udziela radca prawny\* | 12.00-16.00 | 16.00-20.00 | 08.00-12.00 | 12.00-16.00 | 12.00-16.00 | ----- |
| **Punkt Nieodpłatnej Pomocy Prawnejul. Filipowska 20B****tel. 087-562-82-22** | Porad udziela adwokat i radca prawny\* | 07.30-11.30 | 07.30-11.30 | 15.30-19.30 | 07.30-11.30 | 07.30-11.30 | ----- |
| **Punkt prowadzony przez Centrum Aktywności Społecznej  "Pryzmat”ul. Noniewicza 91** **tel. 087-565-02-58****kom. 796-754-024** | Porady prawnych udziela adwokat\* | 16.00-20.00 | 12.00-16.00 | 12.00-16.00 | 08.00-12.00 | 08.00-16.00 | ----- |

\* **UWAGA! Udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej odbywa się według kolejności zgłoszeń, po umówieniu terminu wizyty. Zgłoszenia można dokonać telefonicznie pod numerem telefonu: 87 562 82 22 - czynnym w godzinach pracy Urzędu Miejskiego w Suwałkach do odwołania epidemii.**

**\*\* Obowiązuje telefoniczne umawianie wizyt.**