***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 | 08.00-10.00  11.30-15.30 | 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 | | 11.00-13.00  15.00-17.00 | | 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 odwykowego  Procedura 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 DDA  terapeuta  tel. 792-187-837 | | ----- | | ----- | ----- | ----- | | 17.15-19.15  (poza przerwą wakacyjną 11.07.2020 r. - 20.08.2020 r.) | | ----- |
| Indywidualna psychoterapia DDA  terapeuta  tel. 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 współuzależnionych  tel. 501-793-863 | | ----- | | ----- | 16.00-18.00 | **-----** | | **-----** | | **-----** |
| Dyżur terapeuty  tel. 501-793-863 | | ------ | | ----- | 18.00-19-00 | ----- | | ----- | | ----- |
| Dyżur psychologa  609-208-371 | | ----- | | ----- | 16.00-18.00 | ----- | | ----- | | ----- |
| Grupy socjoterapeutyczne tel. 793-949-433 | | ----- | | Grupa  dla dzieci  18.00-20.00 | ----- | Grupa  dla dzieci  16.00-18.00 | | ----- | | ----- |
| **Suwalskie Stowarzyszenie Klub Abstynentów „FILAR”**  **ul. Kościuszki 71**  **tel. 530-750-070**  **tel. 087-565-12-92** | Grupy samopomocowe  AA „Bartek” | | ----- | | 18.00-20.00 | ----- | ----- | | 18.00-20.00 | | ----- |
| AA „Pierwszy Krok” | | ----- | | ----- | ----- | ----- | | ----- | | 13.30-15.30 |
| „ Coffee House” | | ----- | | ----- | ----- | ----- | | ----- | | 16.00-20.00 |
| Grupy dla Współuzależnionych  Al.-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 Prawnej ul. 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.**