**INFORMACJE O MIEJSCACH GDZIE MOŻNA SZUKAĆ POMOCY**

* ***POWIATOWY OŚRODEK INTERWENCJI KRYZYSOWEJ***

ul. Dąbrowskiego 139
32-600 Oświęcim

od poniedziałku do piątku w godz. 7.00 – 22.00
<https://pcproswiecim.pl/poik/>
tel. (33) 476 01 03
+48 510 374 573
e-mail: wsparcie@akcja.pl

Informacja :
Uprzejmie informujemy, iż Pracownicy Powiatowego Ośrodka Interwencji Kryzysowej w Oświęcimiu od poniedziałku do piątku w godzinach od 7:00 do 22:00 pod numerem telefonu:
**510 – 374 – 573** udzielają wsparcia oraz wszelkich informacji.

Na chwilę obecną zostaje zawieszone poradnictwo psychologiczne, prawne oraz program korekcyjny dla sprawców przemocy.

W pozostałych przypadkach proponujemy kontakt poprzez:.
wiadomość e-mail, adres: wsparcie@akcja.pl
lub pocztę tradycyjną: 32-600 Oświęcim, ul. Bema 4.

Dziękujemy za wyrozumiałość i współpracę.

* ***PORADNIA PSYCHOLOGICZNO – PEDAGOGICZNA W OŚWIĘCIMIU***

OŚWIĘCIM UL. BEMA 4
32-600 Oświęcim
[www.poradnia-oswiecim.pl](http://poradnia-oswiecim.pl/)

Informacja:
Klientów Poradni prosimy o wykorzystywanie alternatywnych sposobów komunikacji tj.

telefonicznie - 33 843 11 62, 505 387 488 w godzinach 8.00 - 15.00
email: info@poradnia-oswiecim.pl, sekretariat.pppo@powiat.oswiecim.pl,
pocztą tradycyjną ul. Bema 4 32-600 Oświęcim.

* ***TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY***

Przez całą dobę działa też telefon zaufania dla dzieci i młodzieży Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę: 116 111.

* ***CENTRUM WSPARCIA DLA OSÓB W STANIE KRYZYSU PSYCHICZNEGO***
[www.liniawsparcia.pl.](https://l.facebook.com/l.php?u=http%3A%2F%2Fwww.liniawsparcia.pl%2F%3Ffbclid%3DIwAR0NU6v9ckkixfMUJ6mNzvedrTVoXcRDrptVhTeSjoIKoCWvPA80yrc0d0M&h=AT0NMySGzPvpSVkn9aqAw2gWsiywZXrg_-sdsFqJ4bzhaYKN8s6XzS-3TQy5jkH0dJ2HX9qT-Yf5mh0TDysf7MjZM2rjuvBfV431UlBMp8sexp08jTqInTKKrrtnQ8HSbRJLE-LzLO9TuYm0-U534w9i6HojhGqE8TR5Sy-3wndce5ygV76MbW98visNyTmGl07j4WZ9fg2Z5_91XO4fHTjwWGsJDMRh7DXjb_urNHIf4LmUa4UrGeA-3_emHIM0cW1RptVq3pP4o8PO5UB0pjchT2SI1_RrWQUGhptsskqPMt7rH7NVT4sVKsby5qsUm4b1qKpNoTHL-F065wiOHKGtMXMayiC9pTi-ACkY3406aL90GLYaHRr34esz8PAkxWzewWf4WHRTrkIh8Zf47HjInkVie2JIPeieXcIbYULvHfjeiyNRZSfOTntXIORrEwCdy3ZZabNPL6bNeXQafMsqeH42s-KCr4uLxPIJ--uniXeKO6RyNnAGaApsWRlM4fc13bKf8lGAAER8FEUWiSrvDeaHteJjfGlvGfm0N0sZF8N5tywF-mM89qh-qchuJgxgre7xQW1SGQewL41icg-A72N2pfyvti4yXZKmM5OWNo5yWGyvQgeZTk8Qfmc)

Informacja :
Linia Wsparcia **800 70 2222** jest linią całodobową i bezpłatną dla osób dzwoniących. Pod telefonem, mailem i czatem dyżurują psycholodzy Fundacji ITAKA udzielający porad i kierujący dzwoniące osoby do odpowiedniej placówki pomocowej w ich regionie.

W wyznaczonych godzinach pełnią dyżury również specjaliści – lekarze psychiatrzy, prawnicy oraz pracownicy socjalni.

* ***ZAGROŻENIE PRZEMOCĄ DOMOWĄ - PLAN AWARYJNY DLA OSÓB DOŚWIADCZAJĄCYCH PRZEMOCY DOMOWEJ W EPIDEMII KORONAWIRUSA :***

<https://www.rpo.gov.pl/sites/default/files/grafiki%20w%20formacie%20do%20druku.pdf>

Informacje ze strony:
[https://www.rpo.gov.pl/…/plan-awaryjny-przemoc-domowa-pomoc…](https://www.rpo.gov.pl/pl/content/plan-awaryjny-przemoc-domowa-pomoc-w-epidemii?fbclid=IwAR3nTUTk2yV30VnUnlrAmkEZOIOJykll9eJXvoaHFjceKPvqzYPyRgB6v7k)

* ***NOWA LINIA WSPARCIA PSYCHOLOGICZNEGO***

<https://czp.org.pl/index.php/course/nowa-linia-wsparcia-psychologicznego/>

Informacja :
Właściwie wszyscy teraz doświadczamy lęku. Ludzie bardzo potrzebują rozmowy, kontaktu. Psychiatrzy i psychologowie mówią, że rozmowa to pierwsza pomoc w kryzysie. Jak masaż serca, gdy komuś ono się zatrzymuje. Zapraszamy do skorzystania z nowej linii wsparcia powstałej przy mokotowskim Centrum Zdrowia Psychicznego i przekazywania tego telefonu swoim podopiecznym. Pod telefonem dyżurują psychologowie. Linia dedykowana jest osobom zmagającym się z problemami natury psychicznej i trudnościami psychologicznymi związanymi z aktualną sytuacją epidemiologiczną i jej następstwami.

Czynna jest od poniedziałku do piątku w godz. 8-20.
Jej nr to: 222 990 431

Psychologowie udzielają wsparcia, porad i informacji odnośnie racjonalnych zasad postępowania w obliczu stanu epidemii.
Dodatkowo wydelegowany do tego pracownik infolinii jest w stanie udzielić informacji odnośnie różnych aspektów formalnych związanych ze stanem epidemii w zakresie wsparcia socjalnego, zmieniających się przepisów prawa. Może pokierować też do odpowiednich instytucji, wskazać przydatne adresy i telefony.