



BEZPŁATNA POMOC W KRYZYSIE ZDROWIA PSYCHICZNEGO



POMOC INTERWENCYJNA

Miejski System Interwencji Kryzysowej MOPR:

Gdańsk, ul. Leczkowa 1A, tel. 58 511 01 21,
58 511 01 22 (całodobowo),
e-mail: msik@mopr.gda.pl.

Punkt Interwencji Kryzysowej MOPS: Sopot,
pon-pt, g. 8:00-19:00 (brak wsparcia w weekendy),
tel. 609 680 115 (całodobowo, 7 dni
w tygodniu).

Couch Gdynia: bezpłatne wsparcie dla młodzieży
i młodych dorosłych, ul. Abrahama 80, Gdynia,
pn-pt 14:00-20:00 | sobota 12:00-18:00.

Kliniczny Oddział Ratunkowy UCK: Gdańsk,
ul. Mariana Smoluchowskiego 17, Centrum
Medycyny Inwazyjnej, parter. Jest to izba przyjęć,
w której- w trybie dyżurowym- można uzyskać
konsultację psychiatryczną w sytuacjach nagłego
pogorszenia stanu zdrowia psychicznego.
Placówka działa całodobowo,
7 dni w tygodniu.

**Izba Przyjęć Wojewódzki Szpital
Psychiatryczny:** Gdańsk, ul. Srebrniki 17, budynek
nr 20, w trybie dyżurowym- można uzyskać
konsultację psychiatryczną
w sytuacjach nagłego pogorszenia stanu zdrowia
psychicznego. Placówka działa całodobowo, 7 dni
w tygodniu.

Centrum Interwencji Kryzysowej (CIK): Gdańsk,
ul. ks. Gustkowicza 13, całodobowe wsparcie dla
wszystkich, którzy znaleźli się w bardzo trudnej,
ekstremalnej sytuacji życiowej, tel. 58 511 01 21, 58
511 01 22, e-mail: goik@mopr.gda.pl.

TELEFONY ZAUFANIA

- ➔ Kryzysowy Telefon Zaufania dla Osób Dorosłych: 116 123 (całodobowo, 7 dni w tygodniu)
- ➔ Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Kryzysie: 800 702 222 (całodobowo, 7 dni w tygodniu)
- ➔ Telefon Zaufania Dla Dzieci i Młodzieży: tel. 116 111 (całodobowo, 7 dni w tygodniu)
- ➔ Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”: tel. 800 120 002 (całodobowo, 7 dni w tygodniu)

- ➔ Telefon zaufania dla osób LGBT+ i ich bliskich: tel. 22 628 52 22, e- mail: poradnictwo@lambdawarszawa.org (pon-pt, g. 18:00–21:00)
- ➔ Telefon zaufania dla osób uzależnionych od hazardu, Internetu, seksu, zakupów, pracy czy jedzenia: tel. 801 889 880 (pon-ndz, g. 17:00–22:00)
- ➔ Telefon Wsparcia dla osób w żałobie- Fundacja Nagle Sami: tel. 800 108 108 (pon-pt, g. 14:00-20:00)





POMOC PSYCHOLOGICZNA BEZ SKIEROWANIA OD LEKARZA

**Fundacja Oparcia Społecznego Aleksandry
FOSA, Punkt Informacyjno-Konsultacyjny:**
Gdańsk, ul. Fryderyka Chopina 42, tel. 787
960 860

**Fundacja Pomorskie Centrum
Psychotraumatologii:** Gdańsk, ul. Brzozowa
15,
tel. 660 765 050 lub 721 613 787

**Gdański Ośrodek Pomocy Psychologicznej
dla Dzieci i Młodzieży:** Gdańsk, ul.
Raclawicka 17, możliwość terapii
indywidualnej i grupowej dla młodych
dorośłych do 24 r. ż., tel: 58 347 87 89 lub 58
347 89 30

Centrum Praw Kobiet: Gdańsk, ul.
Gdyńskich Kosynierów 11, dla kobiet
doświadczających przemocy, po zdarzeniu
związany z przemocą, tel. 58 341 79 15

**Towarzystwo Profilaktyki Środowiskowej
„MROWISKO”:** programy profilaktyczne
i terapeutyczne dla młodzieży i młodych
dorośłych. Realizują „Program redukcji
osamotnienia”, <https://mrowisko.org.pl>

UZAŁEŻNIENIA

Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnienia:

<https://www.wotu.pl/>

Miejska Poradnia Terapii Uzależnień

i Współuzależnienia: Gdańsk, ul. Oliwska 62, tel.
58 880 80 08

Gdański Ośrodek Promocji Zdrowia

i Profilaktyki Uzależnień: Gdańsk, ul.
Wrzeszczańska 29, tel. 58 320 02 56; 609 901 097

STRATA

Holistyczne Centrum Wsparcia po Stracie
eMOCja

<https://centrumemocja.pl/zgloszenia/>



AKTUALNE OFERTY BEZPŁATNEGO WSPARCIA W GDAŃSKU



AKTUALNE OFERTY BEZPŁATNEGO WSPARCIA W GDYNI

