

SPECJALISTYCZNE PORADNICTWO RODZINNE 2021
gminy Dąbrówka, Klembów, Radzymin

siedziba Punktu: **Radzymin, ul. Letnia 15**

godziny pracy: wtorek 11.00 – 16.00
piątek 15.00 – 20.00
sobota 10.00 – 15.00

telefon: **784-236-866**

e-mail: **punkt.eserefka@gmail.com**

strona www: www.punktspecjalistycznegoopradnictwarodzinnego.business.site

Zakres oferowanych usług:

poradnictwo pedagoga poradnictwo psychologa poradnictwo socjalne
poradnictwo psychoterapeuty poradnictwo seksuologa
poradnictwo terapeuty ds. uzależnień

Konieczne są zapisy w godzinach pracy punktu, w celu zapisów należy kontaktować się telefonicznie lub za pośrednictwem e-maila. Możliwość dojazdu do klienta.

W OKRESIE EPIDEMII KORONAWIRUSA

W sytuacji stanu zagrożenia, porady będą udzielane wyłącznie w trybie on-line

Porady udzielane są podczas indywidualnych osobistych konsultacji/porad, lub

Messenger–na koncie Punkt Eserefka <https://www.facebook.com/punkt.eserefka.9>

Skype (<https://www.skype.com/pl/get-skype/>) należy połączyć się z kontem Punkt Eserefka, za pośrednictwem poczty e-mail – punkt.eserefka@gmail.com.

Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego

gminy Jadów, Strachówka, Tłuszcz

siedziba Punktu: **Tłuszcz, ul. Powstańców 7**

telefon: **535-972-001 w godzinach pracy dyspozytora**

e-mail: **biuro@fundacjaspektrum.pl**

strona www: **www.fundacjaspektrum.pl**

Dyspozytor pełni dyżur:

poniedziałek 13.00 – 19.00

wtorek 8.00 – 14.00

środa 9.00 – 15.00

czwartek 8.00 – 14.00

piątek 9.00 – 15.00

Zakres oferowanych usług:

poradnictwo pedagoga poradnictwo psychologa poradnictwo seksuologa poradnictwo socjalne

Zasady przyjęcia:

Telefon bądź e-mail z określeniem problemu lub wskazaniem specjalisty. Możliwość dojazdu

Zasady dojazdu do klienta:

DZIAŁALNOŚĆ W OKRESIE EPIDEMII KORONAWIRUSA

wszystkie wizyty do specjalistów umawiane są telefonicznie w godzinach pracy dyspozytora.

Istnieje możliwość spotkań w punkcie lub on-line.

Kwarantanna- istnieje możliwość kontaktu telefonicznego lub on-line (Skype lub WhatsApp).

Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego

gminy **Marki, Żąbki i Zielonka**

siedziba Punktu: **Żąbki, ul. Słowackiego 21** (Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji)

telefon: **660-907-563**

e-mail: **kontakt@propracownia.pl**

strona www: **www.stowarzyszeniepro.pl**

Kontakt telefoniczny i mailowy z dyspozytorem:

poniedziałek 13.00 – 17.00

środa 9.00 – 13.00

piątek 9.00 – 13.00

Terminy mogą ulec zmianie!

Zasady przyjęcia:

Terminy umawiane telefonicznie lub mailowo w czasie dyżuru dyspozytora. Dyspozytor może udzielić wsparcia psychologicznego lub porady w sytuacji braku miejsca do specjalisty.

Zakres oferowanych usług:

konsultacje wychowawcze pedagoga pomoc psychologiczna w tym lekarza psychiatry
psychoterapia indywidualna i par poradnictwo socjalne

Specjaliści, po wcześniejszym umówieniu, przyjmują od poniedziałku do piątku
w godzinach 8.00 – 20.00.

DZIAŁALNOŚĆ W OKRESIE EPIDEMII KORONAWIRUSA

porady udzielane są w formie on-line poprzez szyfrowany komunikator Zoom z możliwością zamknięcia spotkania lub na żywo przy zachowaniu zasad reżimu sanitarnego.

W sprawie działalności punktów można kontaktować się z Wydziałem Spraw Obywatelskich Starostwa Powiatowego w Wołominie telefon: **22 346-11-04**,
e-mail: wso@powiat-wolominski.pl.

Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego

zasięg działania punktu: **gminy Kobyłka, Poświętne i Wołomin**

prowadzący Punkt: Fundacja Ogarnij Emocje z Wołomina

siedziba Punktu: **Wołomin, ul. Żelazna pawilon 1b (piętro)**

telefon: **795-990-820 czynny w dni powszednie 11.00 – 18.00**

e-mail: **ogarnij-emocje@wp.pl** bez ograniczeń czasowych

Dyspozytor pełni dyżur osobiście w punkcie:

środa 15.00 – 20.00

czwartek 11.00 – 16.00

piątek 10.00 – 13.00

Zakres oferowanych usług:

psychoterapia indywidualna i par

pomoc psychologiczna

konsultacje wychowawcze pedagoga

poradnictwo socjalne

Zasady przyjęcia:

Telefon bądź e-mail z określeniem problemu lub wskazaniem specjalisty. Osobisty kontakt w czasie dyżuru dyspozytora.

Zasady dojazdu do klienta:

Należy podać informację o problemie i przyczynie braku możliwości dojazdu do punktu poradnictwa rodzinnego oraz podać dokładny adres, numeru telefonu oraz wskazać specjalistę, który ma się udać do uczestnika projektu. Dopuszcza się wspieranie poradnictwem specjalistycznym Beneficjenta w formie on-line po uprzednim uzgodnieniu tele-wsparcia.

Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej

siedziba Ośrodka: Zielonka przy ul. Poniatowskiego 29

godziny pracy: poniedziałek 8.00 – 16.00

wtorek 8.00 – 16.00

środa 8.00 – 16.00

czwartek 8.00 – 16.00

piątek 8.00 – 16.00

telefon: 22 771-83-84

e-mail: psychologpoikzielonka@wp.pl

strona www: www.poik-zielonka.pl

tel. interwencyjny: 504-221-017 (całodobowy)

Zakres oferowanych usług:

- przemoc w rodzinie, konflikty rodzinne
- wsparcie w kryzysie
- porady rodzinne i wychowawcze

Centrum Psychoterapii Spektrum

siedziba Centrum: Wołomin Al. Armii Krajowej 16A

godziny pracy: poniedziałek: 13:00-19:00

wtorek: 8:00-14:00

środa: 9:00-15:00

czwartek: 8:00-14:00

piątek: 9:00-15:00

telefon: 504-749-021; 570-363-991; 535-972-001

e-mail: kontakt@cpspektrum.pl

strona www: www.cpspektrum.pl

Zakres oferowanych usług:

- pomoc w zakresie zarówno zaburzeń psychicznych (takich jak depresja, zaburzenia lękowe, zaburzenia osobowości i in.) jak również dla osób cierpiących z powodu problemów w relacjach, niskiego poczucia własnej wartości bądź trudnych wydarzeń życiowych (śmierć bliskich, rozwód, utrata pracy itp.)
- porady rodzinne i wychowawcze

Poradnia zdrowia psychicznego

siedziba Poradni: Żąbki ul. Rychlińskiego 1 (Drewnica)

telefon: 22 419-70-01

e-mail: sekretariat@drewnica.pl

strona www: www.drewnica.pl

Bezpłatne wsparcie psychospołeczne

OŚRODEK OPIEKI PSYCHOLOGICZNO -PSYCHOTERAPEUTYCZNEJ

(I poziom referencyjności) wraz z poradnią dla dzieci i młodzieży świadczą bezpłatne usługi w ramach NFZ.

W związku z epidemią COVID-19 konsultacje i terapie odbywają się za pomocą TELEPORADY oraz komunikatora Whats app.

Zakres świadczeń :

- Porada psychologiczna diagnostyczna
- Porada psychologiczna
- Psychoterapia indywidualna
- Psychoterapia rodzinna
- Psychoterapia grupowa
- Wsparcie psychospołeczne
- Wizyty, porady domowe lub środowiskowe

Zapisy i informacje :

tel. 535 154 731

e-mail: poradniepsychologiczne@kaarmed.pl

Zapraszamy do placówek:

Legionowo -ul. Rynek 14/3, wejście od ul .H. Sienkiewicza pn./wt./ śr. godz.11:00-20:00; czw./pt. godz. 8:00-16:00.

Ząbki – ul.11 Listopada 57, wejście od ul. I Brygady pn./wt. godz. 8:00-16:00; śr./czw./pt. godz.11:00-20:00.

Ursynów – ul. Dembowskiego 6 pn./wt./pt. godz.8:00-16:00; śr./czw. godz. 11:00-20:00

Poświętne Kontakt przez pracownika GOPS

pomoc terapeutyczna dla osób uzależnionych oraz ich rodzin w pierwszą i trzecią środę danego miesiąca w U G w godz. 16.00 - 19.00 Pani Barbara Olszewska.

Możliwa jest bezpłatna pomoc psychoterapeutyczna dla mieszkańców **Miasta Kobylka**, w punkcie konsultacyjnym przy ul. Wołomińskiej 1 B, za pomocą komunikatora video.

Osoby zainteresowane proszone są o kontakt telefoniczny:

Psychoterapeuta – Sławomir Orych 600-355-163

Psychoterapeuta – Magdalena Zaborowska 509-541-349