

WNIOSEK

o udostępnienie wykazu instytucji udzielających dzieciom i młodzieży pomocy psychologicznej i pedagogicznej w Koszalinie

Szanowny Panie Prezydencie,

Obecnie wszyscy znaleźliśmy się w ekstremalnie trudnej, niecodziennej dla nas sytuacji. Stale towarzyszący nam strach przed zakażeniem, niepokój związany z przyszłością, izolacja i poczucie osamotnienia, powodują narastanie w nas negatywnych emocji.

W trudnej sytuacji znalazło się zwłaszcza pokolenie dzieci i młodzieży w wieku szkolnym, które zostało mocno dotknięte zmianami związanymi z funkcjonowaniem życia społecznego, tym samym zaburzając ich rozwój społeczno-emocjonalny. Pandemia zafundowała im zupełnie nowe funkcjonowanie w codziennym życiu, stanęli przed nowymi wyzwaniami, co u dużej większości dzieci i młodzieży wywołuje stres i frustrację.

Zwracam się zatem do Pana Prezydenta z prośbą o udostępnienie poprzez komunikator szkolny (eduportal) wykazu placówek, stowarzyszeń, fundacji udzielających pomocy psychologicznej i pedagogicznej dzieciom i młodzieży. Serdecznie proszę, aby informacja dotarła do wszystkich rodziców, których dzieci uczęszczają do koszalińskich placówek oświatowych (w tym przedszkoli) oraz do wychowawców (opiekunów) klas, z apelem o przedstawienie najważniejszych telefonów z listy (adekwatnie do wieku) swoim podopiecznym.

Choć zdaję sobie sprawę, że sporządzona lista to tylko kropla w morzu potrzeb, to jednak jestem przekonana, że taka skonsolidowana, konkretna informacja ułatwi rodzicom i ich dzieciom szybkie znalezienie wskazówek nt. dostępności tak ważnej dziś pomocy psychologicznej dla dzieci i młodzieży.

Z góry ogromnie dziękuję za szybką interwencję.

Żaneta Kwapisz

PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE I PEDAGOGICZNE W KOSZALINIE

1.	Antydepresyjny telefon zaufania	wsparcie osób chorujących na depresję oraz ich bliskich	Adres korespondencyjny: Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa	800 70 22 22 Bezpłatna infolinia	Dyżury psychologów: poniedziałek, wtorek, niedziela 15.00-20 środa, piątek 10.00 – 15.00 Dyżury psychiatrów: czwartek 16.00-21.00 Piątek 15.00-20.00	porady@liniawspracia.pl https://stopdepresji.pl
2.	Ogólnopolska poradnia telefoniczna dla osób przeżywających kryzys emocjonalny	prowadzenie telefonicznych konsultacji dla osób potrzebujących wsparcia w sytuacjach kryzysowych, wsparcie rodziców potrzebujących pomocy w procesie wychowawczym	Poradnia prowadzona przez Instytut Psychologii Zdrowia PTP Porady udzielane telefonicznie	116 123 Bezpłatna infolinia	poniedziałek – piątek 14.00 - 22.00	http://www.psychologia.edu.pl/kryzysy-osobiste/telefon-kryzysowy-116123.html
3.	Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę	Pomoc udzielana anonimowo i bezpłatnie. Szerokie spektrum pomocy (złość, smutek, bezsilność itd.)	Porady udzielane telefonicznie	116 111 Bezpłatna infolinia	Linia czynna 24h/7	https://116111.pl/
4.	Bezpłatna linia wsparcia dla osób po stracie bliskich	prowadzenie telefonicznych konsultacji dla osób w żałobie	Porady udzielane telefonicznie	800 108 108 Bezpłatna infolinia	poniedziałek – piątek 14.00 - 20.00	http://www.naglesami.org.pl/zapisy info@naglesami.org.pl

5.	Linia dzieciom	<p>Konsultacje dla dzieci i młodzieży w sprawie problemów związanych z dojrzewaniem, nieporozumieniami czy konfliktami z kolegami, niešťczęśliwą miłością, przemocą w szkole lub w domu, kłótniami z rodzicami, myślami samobójczymi, lękami, nadwagą i odżywianiem.</p> <p>Konsultacje dla rodziców, opiekunów lub pedagogów, którzy chcieliby wiedzieć jak pomóc dziecku.</p>	Porady udzielane telefonicznie	800 080 222 Bezpłatna infolinia	Linia czynna 24h/7	http://www.liniadzieciom.pl/
6.	Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka	sprawy dotyczące przemocy, problemów emocjonalnych, w relacjach rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych oraz wynikających z okresu dorastania	Porady udzielane telefonicznie	800 12 12 12 Bezpłatna infolinia	Poniedziałek – piątek w godzinach 8.15 – 20.00	https://brpd.gov.pl/dzieciecy-telefon-zaufania-rzecznika-praw-dziecka/
7.	Miejska Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	<p>Pomoc rodzicom i nauczycielom w rozpoznawaniu i rozwijaniu indywidualnych potrzeb, predyspozycji i uzdolnień dzieci i młodzieży.</p> <p>Poradnictwo, psychologiczne, rodzinne, zachowań ryzykownych np. zaburzeń odżywiania, profilaktyka przemocy,</p>	ul. Morska 43 75-215 Koszalin	94 343 00 81 Koszt zgodnie z taryfą operatora	Rejestracja czynna: poniedziałek - piątek 11.00-14.00	http://www.mpp-p.com.pl mpp-p@mpp-p.com.pl

		uzależnień, interwencja kryzysowa				
8.	NZOZ „MONADA” Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej dla Dzieci i Młodzieży	Psychoterapia indywidualna, Psychoterapia grupowa, Psychoterapia rodzinna, Porady psychologiczne, Diagnozy psychologiczne, Sesje wsparcia psychospołecznego, Wizyty domowe i środowiskowe	al. Monte Cassino 13, 75-414 Koszalin	94 341 77 27 798 994 029	Rejestracja czynna: poniedziałek - piątek 9.00-17.00	nzozmanada@gmail.com
9.	Niepubliczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Centrum Diagnostyczne Rehabilitacyjne Neuro - Thera - Med	Terapia psychologiczna, wydawanie opinii, wczesne wspomaganie rozwoju	ul. Marszałka Józefa Piłsudskiego 43 75-502 Koszalin	532 525 187 Koszt zgodnie z taryfą operatora	Rejestracja czynna: poniedziałek - piątek 8.00-15.00	https://neurotheramed.pl/ sekretariat@neurotheramed.pl
10.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Koszalinie	Specjaliści Zespołu oferują także pomoc psychologiczną i pedagogiczną osobom i rodzinom, które mają trudności lub wykazują potrzebę wsparcia w rozwiązaniu swoich problemów życiowych, bez względu na posiadany dochód. Pomoc specjalistyczna obejmuje osoby i rodziny pozostające w trudnej sytuacji życiowej z powodu nieumiejętności poradzenia	Aleja Monte Cassino 2, 75-412 Koszalin	Pedagog Krystyna Husak – pokój 326 poniedziałek, wtorek, środa, czwartek, piątek – godz. 7.00 – 15.00 tel. 94 316 03 14 Psycholog Mateusz Oleś – pokój 328 poniedziałek, wtorek, piątek – godz. 7.00 – 15:30 środa – godz. 7.00 –		http://www.mopr.koszalin.pl/przemoc-i-poradnictwo

		sobie w sprawach opiekuńczo-wychowawczych, problemów natury psychologicznej lub innych dysfunkcji powodujących nieprawidłowe funkcjonowanie w środowisk		12.00 czwartek – godz. 11.00 – 15.30 tel. 94 316 03 19		
				Psycholog Andrzej Błahut – pokój 327 poniedziałek, wtorek, środa, czwartek, piątek – godz. 7.00 – 15.00 tel. 94 316 03 27		
11.	Środkowopomorskie Centrum Zdrowia Psychicznego MEDISON	Pomoc udzielana jest osobom powyżej 18 roku życia (młodzież szkół średnich – ostatnie roczniki, rodzice)	ul. Sarzyńska 9, 75-950 Koszalin (szpital) ul. Zwycięstwa 119 75-601 Koszalin (poradnia)	94 712 55 55 (szpital) 94-348-90-06 / 666-028-185 (poradnia)	Całodobowa infolinia Poniedziałek-piątek 8.00-18.00	http://medison.com.pl
12.	Centrum Psychoterapii i Leczenia Uzależnień ANON Sp. z o.o	Porady dla osób uzależnionych i ich rodzin. Centrum ANON prowadzi nieodpłatnie programy lecznicze w trzech jednostkach organizacyjnych: • Poradnia Uzależnień • Dzienny Oddział Leczenia Uzależnień • Poradnia Psychologiczna	al. Monte Cassino 13, 75-414 Koszalin	94 343 07 48 Telefon zaufania 801 889 880	Poradnia online (wtorek: 9.00-11.00 i czwartek: 16.00-19.00) Codziennie w godzinach 17.00-22.00	http://www.anon.koszalin.pl anonkoszalin@wp.pl https://www.uzaleznieniabehawioralne.pl/poradnia-online/ poradnia@uzaleznieniebehavioralne.pl
13.	Stowarzyszenie Profilaktyki i Terapii „Młodzi - Młodzi”	Świadczenia medyczne w zakresie psychiatrii, psychologii i psychoterapii	ul. Zwycięstwa 168, 75-612 Koszalin	94 340 35 22 513 606 445 Marta Wołoszyn 502 103 664 Violetta Południak	W celu umówienia spotkania zalecany jest kontakt telefoniczny	http://mlodzi-mlodym.koszalin.pl/ stowmm@gmail.com

				501 640 467		
14.	Fundacja „Zastopuj”	Profilaktyka uzależnień dla dzieci i młodzieży	Plac Wolności 2-3, p.203, 75-622 Koszalin	786 232 255 697 212 132		info@zastopuj.pl
15.	Polskie Towarzystwo Zapobiegania narkomanii, Oddział w Koszalinie	Prowadzenie poradnictwa psychologicznego i pedagogicznego. Organizowanie prelekcji z zakresu uzależnień i zajęć terapeutycznych dla dzieci i młodzieży z tzw. grup ryzyka.	ul. Zwycięstwa 168, 75-612 Koszalin	94 341 01 01	Rejestracja online	ptznkoszalin@gmail.com
16.	Stowarzyszenie „Vocatio Dei” Katolicka Poradnia Rodzinna w diecezji koszalińsko - kołobrzeskiej	Poradnictwo rodzinne	ul. Andersa 24, 75-017 Koszalin	606 101 417 (pedagog terapeuta systemowy)	Katolicki tel. zaufania: 508 143 012 Diecezjalna doradczyni życia rodzinnego: 693 056 869	http://vocatiodei.pl/
17.	Dom Miłosierdzia Bożego Punkt Wsparcia Psychologicznego „dla każdego”	Punkt wsparcia psychologicznego	al. Monte Cassino 7, Koszalin	94 719 17 70 660 539 514	środa: 15.15-16.30	https://dommilosierdzia.pl/dom-y/dom-milosierdzia-bozego-w-koszalinie/
18.	Fundacja „Zdążyć z miłością”	Pomoc dla osób w trudnej sytuacji życiowej, z problemami emocjonalnymi, a w szczególności dla samotnych matek	ul. Jana z Kolna 10, 75-204 Koszalin	605 268 151 660 492 764		https://www.zdazycmiloscia.org.pl/porady-specjalistow/ porady@zdazycmiloscia.org.pl

19.	<p>Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży NZOZ „MONADA”</p>	<p>Ośrodek oferuje bezpłatne usługi na rzecz zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży, w tym pomoc psychologa, psychoterapeuty, terapeuty środowiskowego</p> <p>Zakres udzielanych świadczeń:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Porada psychologiczna diagnostyczna. 2. Porada psychologiczna. 3. Sesja psychoterapii indywidualnej. 4. Sesja psychoterapii rodzinnej. 5. Sesja psychoterapii grupowej. 6. Sesja wsparcia psychospołecznego. 7. Wizyta, porada domowa lub środowiskowa miejscowa lub zamiejscowa, realizowana w ramach poradni psychologicznej przez osoby udzielające świadczeń opieki zdrowotnej w ramach I poziomu referencyjnego. 	<p>Ul. Monte Cassino 13 75-414 Koszalin</p>	<p>94 341 77 27 798 994 029</p>	<p>Rejestracja poniedziałek-piątek 9.00-17.00</p>	<p>nzozmanada@gmail.com</p>
20.	<p>Młodzieżowy Telefon Zaufania – Grupa „Ponton”</p>	<p>Porady w zakresie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • antykoncepcji, • zdrowia seksualnego, • ciała i higieny, • seksu, • relacji, • przemocy seksualnej. 	<p>Grupa Ponton ul. Nowolipie 13/15 00-150 Warszawa</p>	<p>22 635 93 92</p>	<p>Dyżury w każdy piątek w godz. 16:00 – 20:00</p>	<p>https://ponton.org.pl porady@ponton.org.pl</p>

21.	Powiatowa Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna	Z pomocy korzystać mogą dzieci i młodzież uczęszczający do przedszkoli i szkół z ternu gmin Powiatu Koszalińskiego	Ul. Raławicka 13 75-620 Koszalin	94 71 40 202	Poniedziałek – piątek 8.00-18.00 Szczegółowy plan pracy umieszczony na stronie Poradni	poradnia@powiat.koszalin.pl https://www.poradnia.powiat.koszalin.pl/
-----	--	---	-------------------------------------	--------------	--	--