

**W Miejsko Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Skale działa Punkt Informacji, Wsparcia Rodzin i Pomocy dla Osób Dotkniętych Przemocą działający w siedzibie MGOPS w Skale ul. Szkolna 4**

* Jeśli masz problem i nie potrafisz go rozwiązać
* Jeśli czujesz się zastraszony
* Jeśli jesteś osobą pokrzywdzoną
* Jeśli doświadczasz kryzysu psychicznego
* Jeśli potrzebujesz z kimś porozmawiać
* Jeśli nie dajesz sobie rady z codziennością
* Jeśli nie możesz pogodzić się ze stratą bliskiej osoby
* Jeśli nie chce Ci się żyć

**SKORZYSTAJ Z BEZPŁATNEJ POMOCY**

W ramach oferowanego wsparcia w Punkcie dostępni są specjaliści:

* **Psycholog** – dyżur dwa razy w miesiącu w drugi i czwarty wtorek miesiąca od godziny 14:00 – 19:00
* **Mediator** – dyżur jeden raz w miesiącu od godziny 16:00 – 19:00
* **Psychoterapeuta uzależnień –** dyżur jeden raz w miesiącu od godziny 16:00 – 19:00
* **Pracownik socjalny dyżur** w poniedziałek w godzinach pracy MGOPS w Skale

Terminy wizyt można ustalić telefoniczne **12 445-95-79** lub telefon zaufania **531-587-261**

**INSTYTUCJE POMOCOWE NA TERENIE GMINY SKAŁA:**

1. **Gminna Komisja Rozwiazywania Problemów Alkoholowych** **tel. 511-145-231, tel.: 12 389-10-98**
	* **Pełnomocnik Burmistrza ds. Rozwiązywania Problemów** **Alkoholowych.**

Dyżur:poniedziałek, piątek 14:00-18:00;wtorek, środa, czwartek 7:00-11.00

* + **Terapeuta uzależnień** - dyżur w każdy piątek od godziny 15:00 -19:00
1. **Komisariat Policji w Skale tel.: 47 834-61-50 dyżur całodobowy.**
2. **Poradnia Leczenia Uzależnień tel. 48 731-002-112**
* **Lekarz psychiatra –** dyżur w poniedziałek od 12:00 – 20:00
* **Specjalista psychoterapii uzależnień** – dyżur wtorek – czwartek od 8:00 do 13:00
* **Psycholog** – dyżur w środy od 10:00 – 20:00, w piątki od 8:00 – 14.00
1. **Ośrodek środowiskowej opieki psychologicznej psychoterapeutycznej, dla dzieci i młodzieży w Sułoszowej**
* **Psycholog, psychoterapeuta** – dyżur poniedziałek, środa: 9:00 – 20:00, wtorek: 10:00 – 20:00, czwartek, piątek: 8:00 – 20:00, sobota 8.00 – 14:00
1. **Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Powiatu Krakowskiego Filia w Skale** ul. Bohaterów Września 42

**tel. 12 389-15-48**

* **Logopeda** - dyżur poniedziałek 14:00-17:00, wtorek 9:00-14:00, środa 8:00-15:00, piątek 13:00-18:00
* **Psycholog** - dyżur poniedziałek 8:00-14:00, wtorek 14:30-19:00, środa 8:30-19:00, czwartek 9:00-13:00, piątek 8:30-12:00
* **Pedagog** - dyżur poniedziałek 11:00-17:00, czwartek 8:00-10:30, piątek 8:00-10:30

W Miejsko Gminny Ośrodku Pomocy Społecznej można również skorzystać z:

* **Nieodpłatnego Poradnictwa Obywatelskiego Consilium -** Punkt Nieodpłatnej Pomocy Prawnej. Możliwość konsultacji od poniedziałku do piątku w godzinach od 15:00-19:00. **tel.: 576-058-217**

**PORADNICTWO I WSPARCIE JEST BEZPŁATNE**

**BAZA INSTYTUCJI POMOCOWYCH NA TERENIE GMINY SKAŁA**