

OFERTA WSPARCIA GDYNIA

PROBLEM	TELEFON/MAIL	GODZINY	KTO PROWADZI
WYSZUKIWARKA	GDYNIAWSPIERA.PL		
TELEFON ZAUFANIA DLA MŁODZIEŻY COUCB.PL	585 00 88 85, czat ze strony COUCB.PL	Poniedziałek – piątek 12:00 – 20:00	
Dzieci, młodzież i ich rodziny – psycholog, psychiatra, integracja sensoryczna, TUS, EEG, biofeedback	531 255 697 diagnozaiterapia.gdynia@gmail.com		WIR Gdynia ul. Śmidowicza 49
Poradnia Zdrowia Psychicznego dla dorosłych – wszystko (oprócz uzależnień), pomoc dla całego Trójmiasta	58 621 61 43/58 620 81 70	Rejestracja poniedziałek – piątek 8:00-18:00	Poradnia Zdrowia Psychicznego Gdynia, ul. Traugutta 9
Poradnia Zdrowia Psychicznego dla dzieci i młodzieży (bez uzależnień), całe Trójmiasto	58 621 61 43 wew. 46 UWAGA! DO PSYCHOLOGA POTRZEBNE SKIEROWANIE OD LEKARZA PIERWSZEGO KONTAKTU	Rejestracja: Poniedziałek 9:00-18:00 Wtorek 8:00-16:00 Środa 9:00-16:00 Czwartek 8:00-16:00 Piątek 8:00-14:00	Poradnia Zdrowia Psychicznego Gdynia, ul. Traugutta 9
Dyskryminacja ze względu na płeć, wiek, orientację psychoseksualną i in.	519 544 485/577 772 832 kontakt@gcrt.pl		Stowarzyszenie Tolerado
Poradnia Psychologiczno- Psychoterapeutyczna dla dzieci i młodzieży	58 72 60 860 Bez skierowania	Poniedziałek – piątek 7:00-18:00	Szpital Pomorski ul. Wójta Radtkego 1
Poradnia Leczenia Uzależnień (dla osób od 15 r. ż) – uzależnienia behawioralne oraz od substancji psychoaktywnych (bez alkoholu) Mieszkańcy Gdyni	58 620 88 88	Rejestracja Poniedziałek – czwartek 7:30-19:00 Piątek 7:30-14:00	Ośrodek Profilaktyki i Terapii Uzależnień ul. Chrzanowskiego 3/5 Gdynia
Ośrodek Profilaktyki i Terapii Uzależnień – uzależnienia od alkoholu (od 15 r.ż)	58 621 61 35	Rejestracja Poniedziałek – czwartek 7:30-19:30 Piątek 7:30-15:00	Ośrodek Profilaktyki i Terapii Uzależnień ul. Reja 2a Gdynia

		Oddział dzienny Poniedziałek – piątek 8:00-15:00	
Uzależnienia i ryzykowne korzystanie z mediów ekranowych – dzieci od 6 do 12 r. ż.	518 014 959 poradzimy.net	Rejestracja Poniedziałek – piątek 8:00-14:00	Dział Profilaktyki Ośrodek Profilaktyki i Terapii Uzależnień ul. Chrzanowskiego 3/5 Gdynia
Eksperymentowanie z substancjami psychoaktywnymi – młodzież 13-15 lat	518 014 959 poradzimy.net	Rejestracja Poniedziałek – piątek 8:00-14:00	Dział Profilaktyki Ośrodek Profilaktyki i Terapii Uzależnień ul. Chrzanowskiego 3/5 Gdynia
Wsparcie dla osób, które doświadczyły śmierci lub próby samobójczej swoich bliskich	789 294 073 789 294 093		Kręgi na Wodzie https://zdrowagdynia.pl/kregi-na-wodzie/
Wsparcie psychologiczne dla dorosłych	58 665 0335		Zespół Pomocy Psychologicznej Gdynia ul. Świętojańska 57/1
Interwencja kryzysowa	58 622 22 22 interwencja@zps.net.pl		Ośrodek Interwencji Kryzysowej Gdynia, ul. Biskupa Dominika 25
Uzależnienia – substancje psychoaktywne, behawioralne – dzieci, młodzież, dorośli	505 165 924/58 550 26 69 poradnia@mrowisko.org.pl	Rejestracja Poniedziałek – piątek 9:00-17:00	Poradnia „Mrowisko” Sopot Al. Niepodległości 817A

OFERTA WSPARCIA GDAŃSK

PROBLEM	TELEFON/MAIL	GODZINY	KTO PROWADZI
Wsparcie psychologiczne i psychiatryczne – mieszkańcy Gdańska	794 960 760		Fundacja FOSA
Zaburzenia nerwicowe i psychotyczne	58 349 26 55		Poradnia Zdrowia Psychicznego UCK Dębinki 7 bud. 25 pok.10
Rodziny dotknięte problemem alkoholowym lub zagrożone uzależnieniem (dorośli, dzieci, młodzież)	58 347 89 30	Poniedziałek-piątek 7:00-20:00	Gdański Ośrodek Pomocy Psychologicznej dla Dzieci i Młodzieży Gdańsk u. Raclawicka 17
Profilaktyka uzależnień	58 553 43 11/58 320 02 56	Poniedziałek – piątek 8:00-16:00	GOPZiPU ul. Wrzeszczańska 29
Dyskryminacja ze względu na płeć, wiek, orientację psychoseksualną i in.	519 544 485/577 772 832 kontakt@gcrt.pl		Stowarzyszenie Tolerado
Pomoc psychologiczna i psychiatryczna dla dzieci i młodzieży	570 213 101 Poradnia_psychoterapeutyczna@wsp-bilikiewicz.pl		Wojewódzki Szpital Psychiatryczny Gdańsk ul. Srebrniki 14
Uzależnienia – substancje psychoaktywne, behawioralne – dzieci, młodzież, dorośli	505 165 924/58 550 26 69 poradnia@mrowisko.org.pl	Rejestracja Poniedziałek – piątek 9:00-17:00	Poradnia „Mrowisko” Sopot Al. Niepodległości 817A

OFERTA WSPARCIA SOPOT

PROBLEM	TELEFON	GODZINY	KTO PROWADZI
Uzależnienia – substancje psychoaktywne, behawioralne – dzieci, młodzież, dorośli	505 165 924/58 550 26 69 poradnia@mrowisko.org.pl mot@mrowisko.org.pl	Rejestracja Poniedziałek – piątek 9:00-17:00	Poradnia „Mrowisko” Sopot Al. Niepodległości 817A
Konsultacje psychiatryczne, psychoterapia indywidualna i rodzinna dla młodzieży do 18 r. ż. oraz ich rodzin	531 539 639		Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży Gdańsk ul. Chrobrego 10 pok. 7
Dyskryminacja ze względu na płeć, wiek, orientację psychoseksualną i in.	519 544 485/577 772 832 kontakt@gcrt.pl		Stowarzyszenie Tolerado

WSPARCIE DLA DZIECI I MŁODZIEŻY – KONTAKTY OGÓLNOPOLSKIE

PROBLEM	TELEFON	GODZINY	KTO PROWADZI
Dziecięcy telefon zaufania rzecznika praw dziecka: psycholog, pedagog, prawnik	800 12 12 12	Poniedziałek – piątek 8:15-20:00	Biuro Rzecznika Praw Dziecka
Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży	116 111 www.116111.pl/napisz	Codziennie 12:00-22:00	Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę
depresja	22 594 91 00	Środa – czwartek 17:00-19:00	Fundacja Itaka
depresja	22 484 88 01	Poniedziałek i czwartek 17:00-20:00	Fundacja Itaka
Edukacja seksualna	22 635 93 92	Piątek 16:00-20:00	Grupa Edukatorów Seksualnych „Ponton”
przemoc	800 120 002	całodobowy	Niebieska Linia
Uzależnienia behawioralne (osoby uzależnione i ich bliscy)	801 889 880	Codziennie 17:00-20:00	Instytut Psychologii Zdrowia PTP
HIV/AIDS	801 888 448/22 692 82 26	Poniedziałek – piątek 9:00-21:00	Krajowe Centrum ds. AIDS
Zaginiecie nastolatka	116 000	Poniedziałek-piątek 9:00-21:00 Sobota – niedziela 9:00-13:00	Fundacja ITAKA
LGBT+	22 628 52 22	Poniedziałek – piątek 18:00-21:00	Lambda Warszawa
Dyskryminacja ze względu na płeć, wiek, orientację psychoseksualną i in.	519 544 485/577 772 832 kontakt@gcrt.pl		Stowarzyszenie Tolerado

WSPARCIE DLA DOROSŁYCH – KONTAKTY OGÓLNOPOLSKIE

PROBLEM	TELEFON/MAIL	GODZINY	KTO PROWADZI
Telefon dla rodziców i nauczycieli: zachowania ryzykowne u dzieci i młodzieży, trudności w szkole	800 100 100 pomoc@800100100.pl	Poniedziałek – piątek 12:00-15:00	Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę
depresja	22 594 91 00	Środa-czwartek 17:00-19:00	Fundacja ITAKA
Kryzys emocjonalny	116 123	Poniedziałek – piątek 14:00-22:00	Instytut Psychologii Zdrowia PTP
Kryzys psychiczny	800 702 222 porady@liniawsparcia.pl	całodobowo	Fundacja ITAKA
depresja	22 484 88 01	Poniedziałki i czwartki 17:00-20:00	Fundacja ITAKA
Telefon zaufania dla osób starszych	22 635 09 54	Poniedziałek, środa i czwartek 17:00-20:00	Towarzystwo Mali Bracia Ubogich
Centrum Praw Kobiet- telefon interwencyjny	600 070 717	całodobowy	Centrum Praw Kobiet
HIV/AIDS	801 888 448/22 692 82 26	Poniedziałek – piątek 9:00-21:00	Krajowe Centrum ds. AIDS
Zaginięcie dziecka	116 000	Poniedziałek – piątek 9:00-21:00 Sobota – niedziela 9:00-13:00	Fundacja ITAKA
Edukacja seksualna	22 635 93 92	Piątek 16:00-20:00	Grupa Edukatorów Seksualnych „Ponton”
Przemoc	800 120 002	całodobowy	Niebieska Linia
Uzależnienia behawioralne (osoby uzależnione i ich bliscy)	801 889 880	Codziennie 17:00-20:00	Instytut Psychologii Zdrowia PTP
Dyskryminacja ze względu na płeć, wiek, orientację psychoseksualną i in.	519 544 485/577 772 832 kontakt@gcrt.pl		Stowarzyszenie Tolerado
Narkomania	800 199 990	Codziennie 16:00-21:00	KBPN
uzależnienia behawioralne	801 889 880	Codziennie 17:00-22:00	KBPN