



# Wsparcie dla osób z doświadczeniem choroby psychicznej i ich rodzin



Wrocław miasto spotkań

Wrocław 2018



**Zdrowie psychiczne** według WHO to „stan dobrego samopoczucia, w którym człowiek wykorzystuje swoje zdolności, może radzić sobie ze stresem w codziennym życiu, wydajnie oraz owocnie pracować oraz jest w stanie wnieść wkład w życie danej wspólnoty”.

Zdrowie psychiczne jest kapitałem pozwalającym człowiekowi na realizowanie intelektualnego i emocjonalnego potencjału oraz znalezienie i odgrywanie swoich ról w życiu społecznym, w szkole i w pracy<sup>1</sup>.

### **Ochrona zdrowia psychicznego to:**

- promocja zdrowia psychicznego,
- profilaktyka zaburzeń i chorób,
- leczenie i opieka,
- przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu osób z doświadczeniem choroby psychicznej.

### **Co pomaga w dbaniu o własną kondycję psychiczną:**

- samoobserwacja, znajomość siebie, swoich słabych i mocnych stron, tolerancji na stres, sposobów reagowania emocjonalnego, wypracowanie własnej równowagi pomiędzy pracą a odpoczynkiem,
- poszukiwanie i uczenie się efektywnych i adaptacyjnych sposobów wyrażania emocji, odreagowywania napięć i komunikowanie się z innymi,
- budowanie relacji dających możliwość wymiany emocjonalnej i wzajemnego wsparcia,
- branie udziału w treningach i warsztatach nakierowanych na rozwój kompetencji w zakresie komunikacji, rozpoznawania emocji, asertywności, radzenia sobie ze stresem czy umiejętności wychowawczych.

---

<sup>1</sup> Definicja zdrowia psychicznego pochodzi z „Zielona Księga. Poprawa zdrowia psychicznego ludności. Strategia zdrowia psychicznego dla Unii Europejskiej”, Bruksela 14.10.2005,COM (2005) 484 końcowy

# Gdzie we Wrocławiu szukać pomocy, gdzie się leczyć?

## 1. Placówki medyczne

**1.1 Szpitale i oddziały psychiatryczne stacjonarne świadczące całodobowe usługi diagnostyczno-leczniczo-rehabilitacyjne oraz oddziały dzienne zapewniające pośrednią formę hospitalizacji między oddziałem całodobowym a opieką ambulatoryjną:**

### 1.1.1 Pomoc dla dzieci i młodzieży

**Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. J. Gromkowskiego**

**adres:** ul. Koszarowa 5

**kontakt:** 71 392 53 08

**strona:** szpital.wroc.pl

**Centrum Neuropsychiatrii „Neuromed”**

**Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej**

**adres:** ul. Białawieska 74A

**kontakt:** 71 350 17 80 wew. 31 (rejestracja), 71 350 17 80 wew. 31 (informacja)

**strona:** neuropsychiatria.com

**Dzienny Ośrodek Psychiatrii i Zaburzeń Mowy Dla Dzieci i Młodzieży**

**adres:** ul. Wołowska 9

**kontakt:** 71 352 84 12 (rejestracja)

**strona:** dopdim.pl

### 1.1.2 Pomoc dla dorosłych

**Dolnośląskie Centrum Zdrowia Psychicznego Sp. z o.o.**

**adres:** ul. Wybrzeże J. Conrada-Korzeniowskiego 18

**kontakt:** 71 776 62 00 (informacja)

**strona:** dczp.wroclaw.pl

**Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. Jana Mikulicza-Radeckiego we Wrocławiu**

**adres:** ul. Pasteura 10

**kontakt:** 71 784 16 10 (rejestracja), 71 784 16 00 (informacja)

**strona:** sekretariat@usk.wroc.pl

**Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką**

**Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej we Wrocławiu**

**adres:** ul. Weigla 5

**kontakt:** 261 660 555 (rejestracja), 71 721 03 73 (informacja)

**e-mail:** szpital@4wsk.pl

## **1.2 Poradnie zdrowia psychicznego**

### **1.2.1 Dla dorosłych**

**Zakład Opieki Zdrowotnej „Psie Pole” Sp. z o.o.**

**adres:** ul. Brücknera 47-49

**kontakt:** 71 325 33 31

**Zakład Opieki Zdrowotnej „Psie Pole” Sp. z o.o.**

**adres:** ul. Potockiego 2

**kontakt:** 71 325 23 25

**Centrum Medyczne „Baby Vita”**

**adres:** ul. Zelwerowicza 4

**kontakt:** 71 349 39 11

**Centrum Neuropsychiatrii „Neuromed”**

**Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej**

**adres:** ul. Białowiecka 74A

**kontakt:** 71 350 17 80 w. 31

**Lekarska Przychodnia Specjalistyczna Towarzystwa Rozwoju Rodziny**

**adres:** ul. Podwale 74/ofc. 23

**kontakt:** 71 342 14 13

**„Amicur” – Ambulatoryjne Świadczenia Zdrowotne**

**adres:** ul. Elizy Orzeszkowej 55/57

**kontakt:** 71 322 56 20

**Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Przychodnia Kosmonautów” Sp. z o.o.**

**adres:** ul. Drzewieckiego 36a

**kontakt:** 71 349 76 75

**Dariusz Kiełkiewicz NZOZ Centrum Ikar**

**adres:** ul. Bulwar Ikara 30

**kontakt:** 71 791 61 63

**Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Centrum Medyczne Practimed Sp. z o.o.**

**adres:** ul. Pabianicka 25

**kontakt:** 71 798 36 41 (rejestracja)

**Akme-D K2 Sp. z o.o.**

**adres:** ul. Armii Krajowej 1

**kontakt:** 71 337 06 70

**Obwód Lecznictwa Kolejowego we Wrocławiu SPZOZ**

**adres:** ul. Joannitów 10/12

**kontakt:** 71 795 70 49

**PHM Sp. z o. o.**

**adres:** ul. Legnicka 61

**kontakt:** 71 349 03 60

**PHM Sp. z o. o.**

**adres:** ul. Sienkiewicza 58-60

**kontakt:** 71 322 26 91

**Przychodnia Pulsantis Standard**

**adres:** ul. Ostrowskiego 3

**kontakt:** 71 339 11 40

**Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. Jana Mikulicza-Radeckiego we Wrocławiu**

**adres:** ul. Pasteura 10

**kontakt:** 71 784 16 10

**Specjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Praxis-Duo”**

**S.C. L. Piel, R. Piel NZOZ**

**adres:** ul. Długa 11/13

**kontakt:** 71 355 34 34

**Wojewódzkie Centrum Medyczne „Dobrzyńska”**

**adres:** ul. Dobrzyńska 21/23

**kontakt:** 71 774 77 30 (rejestracja)

**Wrocławskie Centrum Zdrowia Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej**

**adres:** ul. Lindego 19-21

**kontakt:** 71 355 63 61 (rejestracja),

**adres:** ul. Dokreska 9

**kontakt:** 71 373 88 42

**Prywatna Przychodnia Lekarska Stefan Skrocki**

**adres:** ul. Grunwaldzka 69

**kontakt:** 71 321 94 55

**Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej MSWiA we Wrocławiu**

**adres:** ul. Grabiszyńska 35/39

**kontakt:** 71 798 47 25

**Dolnośląskie Centrum Zdrowia Psychicznego Sp. z o.o.**  
**adres:** ul. Wybrzeże J. Conrada-Korzeniowskiego 18  
**kontakt:** 71 776 63 22 (rejestracja)

**Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką  
Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej**  
**adres:** ul. Weigla 5  
**kontakt:** 261 660 555

**Dzienny Ośrodek Psychiatrii i Zaburzeń Mowy dla Dzieci i Młodzieży**  
**adres:** ul. Wołowska 9  
**kontakt:** 71 352 84 12  
**strona:** dopdim.pl

### **1.2.2 Dla dzieci i młodzieży**

**Oddział Fundacji „Promyk Słońca” Centrum Diagnostyczno-Rehabilitacyjne NZOZ**  
**adres:** ul. Swobodna 8A  
**kontakt:** 71 782 77 77

**Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. J. Gromkowskiego**  
**adres:** ul. Koszarowa 5  
**kontakt:** 71 392 53 56

**Wrocławskie Centrum Zdrowia Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej**  
**adres:** ul. Lindego 19-21  
**kontakt:** 71 355 63 61

**Dzienny Ośrodek Psychiatrii i Zaburzeń Mowy dla Dzieci i Młodzieży**  
**adres:** ul. Wołowska 9  
**kontakt:** 71 352 84 12  
**strona:** dopdim.pl

**Centrum Neuropsychiatrii „Neuromed”  
Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej**  
**adres:** ul. Białawieska 74A  
**kontakt:** 71 350 17 80 wew. 31

**Akme-D K2 Sp. z o.o.**  
**adres:** ul. Armii Krajowej 1  
**kontakt:** 71 337 06 70

**Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Centrum Medyczne Practimed Sp. z o.o.**  
**adres:** ul. Pabianicka 25

**kontakt:** 71 798 36 41 (rejestracja)

### **1.3 Poradnie psychologiczne**

**Centrum Neuropsychiatrii „Neuromed”  
Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej**

**dzielnica:** Fabryczna

**adres:** ul. Białowiecka 74A

**kontakt:** 71 350 17 80 wew. 31

**Dienny Ośrodek Psychiatrii i Zaburzeń Mowy dla Dzieci i Młodzieży**

**dzielnica:** Psie Pole

**adres:** ul. Wołowska 9

**kontakt:** 71 352 84 12

**Centrum Medyczne „Baby Vita”**

**dzielnica:** Stare Miasto

**adres:** ul. Zelwerowicza 4

**kontakt:** 71 349 39 11

**Oddział Fundacji „Promyk Słońca” Centrum Diagnostyczno-Rehabilitacyjne NZOZ**

**dzielnica:** Krzyki

**adres:** ul. Swobodna 8A

**kontakt:** 71 782 77 77

**Polski Związek Głuchych**

**Specjalistyczny Ośrodek Diagnostyki i Rehabilitacji Dzieci i Młodzieży z Wadą Słuchu**

**dzielnica:** Stare Miasto

**adres:** ul. Braniborska 2/10

**kontakt:** 71 355 67 19

### **1.4 Zespoły Leczenia Środowiskowego**

#### **1.4.1 Dla dzieci i młodzieży**

**Dienny Ośrodek Psychiatrii i Zaburzeń Mowy dla Dzieci i Młodzieży**

**adres:** ul. Wołowska 9

**kontakt:** 71 352 84 12

**strona:** dopdim.pl



## 1.4.2 Dla dorosłych

### **Ekumeniczna Stacja Opieki – Centrum Pielęgniarstwa Rodzinnego, Rehabilitacji i Opieki Paliatywnej**

**adres:** ul. Wysoka 4

**kontakt:** 71 322 06 81 (rejestracja)

**strona:** eso.wroclaw.pl

### **Wrocławskie Centrum Zdrowia Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej**

**adres:** ul. Lindego 19-21

**kontakt:** 71 355 63 61 (rejestracja)

**strona:** spzoz.wroc.pl

### **Dolnośląskie Centrum Zdrowia Psychicznego Sp. z o.o.**

**adres:** ul. Wybrzeże J. Conrada-Korzeniowskiego 18

**kontakt:** 71 776 63 22

**strona:** dczp.wroclaw.pl

### **Centrum Neuropsychiatrii „Neuromed”**

#### **Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej**

**adres:** ul. Białawieska 74A

**kontakt:** 71 350 17 80 wew. 31

**strona:** neuropsychiatria.com

Opracowano na podstawie danych nfz-wroclaw.pl.

## 1.5 Nocna i świąteczna pomoc medyczna

Świadczenia zdrowotne w nocnej i świątecznej opiece zdrowotnej od godz. 18.00 do 8.00 rano oraz całodobowo w dni wolne od pracy udzielane są pacjentom w razie nagłego zachorowania lub nagłego pogorszenia stanu zdrowia. Pacjent może się udać po pomoc do dowolnego punktu pełniącego dyżur w ramach nocnej i świątecznej pomocy medycznej.

**Szczegółowe informacje** dostępne są na stronie internetowej Narodowego Funduszu Zdrowia: [www.nfz-wroclaw.pl](http://www.nfz-wroclaw.pl)

## **Pogotowie Ratunkowe – 999 lub 112**

## 2. Poradnie psychologiczno-pedagogiczne

Poradnie świadczą pomoc psychologiczną i pedagogiczną dla rodziców i dzieci w przypadku trudności wychowawczych lub konieczności pomocy dziecku. Każda szkoła jest przyporządkowana do jednej z poradni działających na terenie Wrocławia.

## **2.1 Prowadzone przez Miasto Wrocław**

### **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 1**

**adres:** ul. Tadeusza Kościuszki 31/1

**kontakt:** 71 798 68 28, fax: 71 798 43 28

**e-mail:** sekretariat@ppp1.wroc.pl

**strona:** ppp1.wroc.pl

### **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 2**

**adres:** ul. Jedności Narodowej 112

**kontakt:** 71 798 68 29, fax: 71 798 43 29

**e-mail:** sekretariat@ppp2.wroc.pl

**strona:** ppp2.wroc.pl

### **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 4**

**adres:** ul. Jemiołowa 59

**kontakt:** 71 798 68 30, fax: 71 798 43 30

**e-mail:** sekretariat.ppp4@wroclawskaedukacja.pl

**strona:** ppp4.wroc.pl

### **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 5**

**adres:** ul. Piotra Czajkowskiego 28

**kontakt:** 71 798 68 31, fax: 71 798 43 31

**e-mail:** sekretariat.ppp5@wroclawskaedukacja.pl

**strona:** ppp5.wroclaw.pl

### **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 9**

**adres:** ul. Krakowska 102

**kontakt:** 71 798 68 32, fax: 71 798 43 32

**e-mail:** sekretariat@ppp19-wroc.pl

**strona:** ppp9-wroc.pl

### **Specjalistyczna Poradnia Terapeutyczna**

**adres:** ul. Borowska 101

**kontakt:** 71 798 68 84, fax: 71 798 43 84

**e-mail:** mnadolna1004@wroclawskaedukacja.pl

**strona:** spt.wroc.pl

## **2.2 Prowadzone przez osoby fizyczne i prawne niebędące jednostkami samorządu terytorialnego**

### **Niepubliczna Poradnia Diagnostyczno-Terapeutyczna Polskiego Towarzystwa Dysleksji**

**adres:** ul. Komuny Paryskiej 36-38

**„Manass” – Poradnia**

**adres:** ul. Żelazna 34

**Niepubliczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna C.R.U.I.**

**adres:** pl. św. Macieja 7A

**Niepubliczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna „Pro-Med”**

**adres:** ul. Gwarna 6A

**Niepubliczna Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna „Promyk Słońca”**

**adres:** ul. Swobodna 8A

**Niepubliczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna „Promitis”**

**adres:** ul. Kościuszki 108A/11

**Niepubliczna Poradnia Wczesnego Wspomagania Rozwoju Dziecka**

**adres:** ul. Dobrzyńska 21/23

**„Horyzont” Niepubliczna Poradnia Wczesnego Wspomagania Rozwoju Dziecka**

**adres:** ul. Wołowska 9

**Educata Niepubliczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna we Wrocławiu**

**adres:** al. Wiśniowa 81

**Niepubliczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna „Nasz Świat” nr 2**

**adres:** ul. Litewska 14a

**Niepubliczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Edyta Szczygieł**

**adres:** ul. Strachocińska 155-157

**Centrum Terapii SENSORIA Niepubliczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna**

**adres:** ul. Racławicka 15/19

**Specjalistyczna Niepubliczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna „UNLOCK” dla Dzieci ze Spektrum Autyzmu**

**adres:** ul. Aleksandra Ostrowskiego 30

Na podstawie danych: [www.wroclaw.pl/kursy-i-poradnie](http://www.wroclaw.pl/kursy-i-poradnie)

### 3. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej

#### **Celem MOPS jest m.in.:**

- umożliwienie osobom i rodzinom przezwyciężenie trudnych sytuacji życiowych, których same nie są w stanie pokonać, wykorzystując własne środki, możliwości i uprawnienia oraz zapobieganie powstaniu tych sytuacji,
- wspieranie osób i rodzin w wysiłkach zmierzających do zaspokojenia niezbędnych potrzeb i umożliwienia im życia w warunkach odpowiadających godności człowieka,
- prowadzenie pracy socjalnej rozumianej jako działanie skierowane do klienta i jego rodziny, wymagające jego udziału, aktywności i zaangażowania w proces prowadzący do korzystnych zmian, bez względu na sytuację materialną.

#### **Dyrekcja**

**adres:** ul. Strzegomska 6

**kontakt:** 71 782 23 00 do 03

**e-mail:** sekretariat@mops.wroclaw.pl

**strona:** mops.wroclaw.pl

Komórki organizacyjne bezpośrednio zajmujące się problemem:

#### **Centrum Pracy Socjalnej i Rodziny**

**adres:** ul. Podwale 75, oficyna

**kontakt:** 71 782 35 90 do 93

**strona:** mops.wroclaw.pl

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej we Wrocławiu w celu usprawnienia i ukierunkowania działań na rzecz osób z doświadczeniem choroby psychicznej wykorzystuje posiadane zasoby.

Pracownik socjalny, diagnozując dane środowisko, w którym przebywa osoba z doświadczeniem choroby psychicznej, korzysta z pomocy konsultantów i specjalistów Centrum Pracy Socjalnej i Rodziny.

#### **W Centrum Pracy Socjalnej i Rodziny zatrudnieni są m.in.:**

- konsultanci psycholodzy,
- konsultanci pedagogzy z umiejętnościami pracy z rodziną,
- specjaliści pracy zespołowej, w tym specjalista zajmującym się sprawami osób i rodzin z problemem zaburzeń psychicznych,
- lekarze psychiatrzy.

Pracownicy socjalni i specjalista pracy zespołowej współpracują ze stowarzyszeniami w zakresie pomocy osobom i rodzinom dotkniętym problemem zaburzeń psychicznych. Pracownicy socjalni przyjmują w zależności od miejsca zamieszkania osoby zwracającej się o pomoc w placówkach rozmieszczonych w całym mieście.

Wykaz placówek MOPS dostępny jest na stronie internetowej: [mops.wroclaw.pl](http://mops.wroclaw.pl).

### **Dział Adaptacji Osób Niepełnosprawnych**

**adres:** ul. Strzegomska 6, parter, sala nr 25

**kontakt:** 71 782 23 42, 71 782 23 39 (zaopatrzenie w przedmioty ortopedyczne, środki pomocnicze, sprzęt rehabilitacyjny), 71 782 23 57 (turnusy rehabilitacyjne)

### **Wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjnego i pomocniczego**

**Fundacja Ewangelickie Centrum Diakonii i Edukacji im. Ks. Marcina Lutra**

**adres:** ul. Ks. Marcina Lutra 2-8 (boczna ul. Wejherowskiej)

**kontakt:** 736 050 069

## **3.1 Środowiskowe Domy Samopomocy typu A**

Osoby ubiegające się o przyjęcie do ŚDS obowiązuje procedura Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej we Wrocławiu, który wydaje decyzję administracyjną na pobyt w ośrodku. Placówki pobytu dziennego wspierające osoby dorosłe z przewlekłymi zaburzeniami psychicznymi prowadzone są przez następujące organizacje pozarządowe.

### **Fundacja „Opieka i Troska”**

**adres:** ul. Kiełczowska 43, bud. 6

**kontakt:** 71 794 78 91

**e-mail:** [opiekaitroska@opiekaitroska.pl](mailto:opiekaitroska@opiekaitroska.pl)

### **Stowarzyszenie na Rzecz Promocji Zdrowia „Curatus”**

**adres:** ul. Kleczkowska 5, oficyna

**kontakt:** 71 329 09 19

**e-mail:** [sdscuratus@gmail.com](mailto:sdscuratus@gmail.com)

### **Dolnośląskie Stowarzyszenie Aktywnej Rehabilitacji „Art”**

**adres:** ul. Nowowiejska 20F

**kontakt:** 609 887 642

**e-mail:** [dolsar\\_art@interia.pl](mailto:dolsar_art@interia.pl)

### **Stowarzyszenie „W Naszym Domu”**

**adres:** ul. Szkolna 11

**kontakt:** 71 349 45 80

**e-mail:** [biuro@wnaszymdomu.org.pl](mailto:biuro@wnaszymdomu.org.pl)

## **3.2 Domy Pomocy Społecznej dla osób przewlekle chorych psychicznie**

### **Dom Pomocy Społecznej dla osób przewlekle chorych psychicznie**

prowadzony przez Miejskie Centrum Usług Socjalnych,  
ul. Kaletnicza 8 (dzielnica Psie Pole - Widawa).

## **Dom Pomocy Społecznej dla osób przewlekle chorych psychicznie**

wyłącznie dla kobiet, prowadzony przez Prowincję Zgromadzenia Sióstr Maryi Niepokalanej, ul. Farna 3 (dzielnica Psie Pole).

## **4. Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ**

### **4.1 Specjalistyczne usługi opiekuńcze dla osób z zaburzeniami psychicznymi**

Specjalistyczne usługi opiekuńcze są to usługi dostosowane do szczególnych potrzeb wynikających z rodzaju schorzenia lub niepełnosprawności, świadczone przez osoby ze specjalistycznym przygotowaniem zawodowym.

Celem zadania jest realizowanie specjalistycznych usług opiekuńczych dla osób z zaburzeniami psychicznymi na podstawie indywidualnej decyzji administracyjnej wydanej przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej we Wrocławiu, przyznającej podopiecznemu specjalistyczne usługi opiekuńcze.

### **Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ**

**adres:** ul. Podróżnicza 26/28

**kontakt:** 71 335 29 69

**strona:** spzoz.wroc.pl

### **4.2 Inne działania na rzecz osób z doświadczeniem choroby psychicznej**

Działania:

- grupa wsparcia
- klub pacjenta
- grupa wsparcia dla osób z problemami psychogeriatrycznymi.

### **Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ**

**adres:** ul. Lindego 19-21

**kontakt:** rejestracja uczestników: tel. 71 335 52 25

**e-mail:** pzp-rejestracja@spzoz.wroc.pl

**strona:** spzoz.wroc.pl

## **5. Organizacje pozarządowe realizujące zadania w obszarze promocji zdrowia psychicznego**

### **5.1 Wsparcie osób z doświadczeniem choroby psychicznej oraz ich rodzin i opiekunów w procesie zdrowienia**

#### **Fundacja „Opieka i Troska”**

**adres:** ul. Kiełczowska 43, bud. 6

**kontakt:** 71 794 78 91

**e-mail:** opiekaitroska@opiekaitroska.pl

**strona:** opiekaitroska.pl

**zakres działań:**

- konsultacje z psychologiem,
- warsztaty terapeutyczno-edukacyjne, trening uważności i relaksacji
- arteterapia,
- kulturalno-integracyjne,
- doradztwo zawodowe i prawne
- grupa wsparcia dla osób z depresją i w kryzysie psychicznym,
- spotkania z dietetykiem,
- zajęcia integracyjne połączone z treningiem kompetencji społecznych

#### **Stowarzyszenie na Rzecz Promocji Zdrowia „Curatus”**

**adres:** ul. Kleczkowska 5, oficyna

**kontakt:** 71 329 09 19

**e-mail:** curatus@o2.pl

**strona:** curatus.org.pl

**zakres działań:**

- zajęcia klubowe dotyczące psychoedukacji, muzyczno-wokalne, mają charakter otwarty
- otwarta grupa wsparcia dla rodzin i opiekunów z psychoedukacją

#### **Dolnośląskie Stowarzyszenie Aktywnej Rehabilitacji „Art”**

**adres:** ul. Grabiszyńska 89

**kontakt:** 71 784 57 37, 609 887 642

**e-mail:** dolsar\_art.@interia.pl

**strona:** dolsarart.org.pl

**zakres działań:**

- Pracownia Rehabilitacyjno-Plastyczna „Salon Art”, czynna poniedziałek-piątek w godz. 14.00-19.00, sobota w godz. 12.00-18.00,
- grupy wsparcia – spotykają się w pracowni „Małe Ciche” przy ul. Powstańców Śląskich 109, psychoedukacyjna grupa integracyjna w poniedziałki o godz. 17.00, grupa treningowa we wtorki o godz. 16.15,
- Teatr Integracyjny „Euforion” prowadzi próby-warsztaty oraz nabory chętnych do występów na scenie i organizacji przedstawień

## 5.2 Wsparcie osób z zespołami otępiennymi i zaburzeniami psychogeriatrycznymi oraz ich rodzin i opiekunów

### Fundacja „PozyTYwka”

**adres:** ul. Gajowicka 164/1

**kontakt:** 71 338 30 03, fax 71 361 04 77

**e-mail:** biuro@fundacjapozytywka.org.pl

**strona:** fundacjapozytywka.org.pl

**zakres działań:** program pn. „Aktywnie i zdrowo” – realizowany dla osób, które ukończyły 60. rok życia. Celem działań w ramach programu jest poprawa jakości życia osób starszych poprzez jak najdłuższe utrzymanie sprawności intelektualnej i rozwój społeczny, w ramach programu prowadzone są:

- treningi pamięci dla grupy zaawansowanej,
- treningi pamięci dla grupy początkującej „Pamiętam”,
- trening ruchowy „Potrafię”,
- konsultacje psychologa

### Stowarzyszenie grupa wsparcia dla osób z problemami pamięci „Niezapominajka”

**adres:** ul. Horbaczewskiego 20, lok. 3, I p.

**kontakt:** 506 162 519 pn, śr, pt w godz. 17.00-18.00

**e-mail:** stowniezapominajka@o2.pl

**strona:** stowniezapominajka.wroclaw.pl

**zakres działań:**

- wspieranie chorych z chorobą Alzheimera i Parkinsona oraz ich rodzin
- aktywizacja osób z zaburzeniami pamięci
- rehabilitacja społeczna
- edukacja opiekunów osób chorych
- działalność informacyjno-edukacyjna dla rodzin i opiekunów

### Dolnośląska Fundacja Alzheimerowska

**adres:** NZOZ Wrocławskie Centrum Alzheimerowskie  
ul. Generała J. Hallera 190, lok. 2

**kontakt:** 533 260 085 (rejestracja)

**e-mail:** kontakt@alzheimer.wroclaw.pl

**strona:** alzheimer.wroclaw.pl

**zakres działań:**

- badanie pamięci,
- konsultacje ze specjalistami: lekarz neurolog, psychiatra, psycholog kliniczny,
- grupowe spotkania edukacyjno-wspierające dla opiekunów osób z demencją



### **5.3 Promowanie zdrowia psychicznego w populacji dzieci, młodzieży i dorosłych mieszkańców Wrocławia**

#### **Fundacja „PozyTYwka”**

**adres:** ul. Gajowicka 164/1

**kontakt:** 71 338 30 03, fax 71 361 04 77

**e-mail:** biuro@fundacjapozytywka.org.pl

**strona:** fundacjapozytywka.org.pl

**zakres działań:** Program pn. „Żyj zdrowiem”, dla dzieci i młodzieży oraz ich rodziców. Celem jest promowanie zdrowia psychicznego ze szczególnym uwzględnieniem profilaktyki zaburzeń depresyjnych oraz przeciwdziałanie kryzysom psychicznym. W ramach programu prowadzone są warsztaty.

#### **Fundacja „Dolnośląskie Centrum Psychoonkologii i Rehabilitacji”**

**adres:** ul. Piłsudskiego 34A

**kontakt:** 510 395 555, 605 288 369

**e-mail:** anna@jelenik.pl,

**strona:** dcpir.pl

**zakres działań:**

- spotkania edukacyjne w klubie pacjenta
- grupę wsparcia dla nowych pacjentów
- konsultacje indywidualne z psychologiem lub terapeutą psychoonkologiem
- zajęcia ruchowo-usprawniające z elementami relaksacji i wizualizacji,
- wykłady dla chorych i ich rodzin dot. diety połączone z pokazem przyrządzania zdrowego jedzenia
- warsztaty z wizażu
- warsztaty z choreoterapii
- praktyka śmiechu: spotkania dla wszystkich pacjentów i osób wspierających
- zajęcia indywidualne z fizjoterapeutą z kinezylogii edukacyjnej mózgu

#### **Fundacja „Siwy Dym”**

**adres:** ul. Jagiellończyka 8C

**kontakt:** 539 341 859 w godz. 9.00-15.00

**e-mail:** fundacja.siwydym@siwydym.org.pl

**strona:** siwydym.org.pl

**zakres działań:** projekt pn. „Depresja w opresjach” – wsparcie osób z zaburzeniami nastroju i objawami psychosomatycznymi, grupy wsparcia, aktywizacja psychofizyczna i edukacja zdrowotna

#### **Fundacja „Evangelium Vitae”**

**adres:** ul. Rydygiera 22-28

**kontakt:** 71 782 87 61

**e-mail:** fundacja@boromeuszki.pl

**strona:** fev.wroclaw.pl

**zakres działań:** projekt pod nazwą „Przeciwdziałanie kryzysom zdrowia psychicznego i depresji u dzieci, młodzieży i dorosłych oraz wsparcie dla ich opiekunów i rodzin”:

- warsztaty „Jak radzić sobie ze stresem i zapobiegać depresji”,
- warsztaty umiejętności społecznych i interpersonalnych dla zagrożonych lub cierpiących na depresję,
- grupa wsparcia dla opiekunów osób z problemami depresyjnymi

### **Fundacja „Dobrze że jesteś”**

**kontakt:** 669 038 645

**e-mail:** fundacja@dobrzezejestes.pl

**strona:** dobrzezejestes.pl

**zakres działań:**

- fundacja zapewnia wsparcie psychologiczne pacjentom z oddziałów onkologicznych i hematologicznych oraz pomoc w zakresie opieki (Kliniki Hematologii, Nowotworów Krwi i Transplantacji Szpiku Kostnego SPSK nr 1, ul. Wybrzeże Pasteura 4, Dolnośląskiego Centrum Onkologii pl. Hirszfelda 12)

### **Polskie Stowarzyszenie Stwardnienia Rozsianego Oddział Dolnośląski**

**adres:** Klub Creator Strefa Spotkań ul. Szybowcowa 23

**kontakt:** 609 102 000

**e-mail:** wroclaw@ptsr.org.pl, wroclaw\_info@ptsr.org.pl

**zakres działań:**

- punkt Konsultacyjno-Informacyjny
- konsultacje psychologiczne
- warsztaty rozwojowe
- zajęcia z choreoterapii

## **6. Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie**

Celem programu jest udzielanie pomocy psychologicznej i prawnej ofiarom przemocy oraz prowadzenie grup wsparcia.

### **Stowarzyszenie na rzecz Promocji Zdrowia „Curatus”**

**adres:** ul. Kleczkowska 5, oficyna

**kontakt:** 71 329 09 19

**e-mail:** curatus@o2.pl

**strona:** curatus.org.pl

**zakres działań:** pomoc psychologiczna, otwarta grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy, pomoc prawna, telefon zaufania czynny w sobotę, niedzielę i święta (71 776 62 08)

### **Fundacja Centrum Praw Kobiet CPK**

**adres:** ul. Ruska 46B, II piętro, pokój nr 208, 208a i 219

**kontakt:** 71 358 08 74

**e-mail:** cpk\_wroclaw@cpk.org.pl

**strona:** cpk.org.pl

**zakres działań:** poradnictwo psychologiczne i prawne, grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy (po rozmowie indywidualnej)

### **Fundacja „Non Licet”**

**adres:** ul. Stalowa 6A

**kontakt:** 71 361 97 70

**e-mail:** oik@go2.pl

**zakres działań:** pomoc psychologiczna i prawna

### **Stowarzyszenie „Misja Dworcowa”**

**adres:** ul. Pomorska 16B

**kontakt:** 508 168 979, 71 321 05 50

**e-mail:** misja.dworcowa@wp.pl

**zakres działań:** pomoc psychologiczna i pedagogiczna

### **Stowarzyszenie „Intro”**

**adres:** pl. św. Macieja 4/5/6

**e-mail:** intro@psychotekst.pl

**strona:** kampaniaprzemoc.pl

**zakres działań:** informacja i pomoc internetowa, pomoc psychologiczna

### **Fundacja „Dajmy Szansę”**

**adres:** ul. Piłsudskiego 95, I p.

**Kontakt:** 71 346 88 20

**e-mail:** dajszanse@op.pl

**zakres działań:** pomoc prawna i psychologiczna

### **Stowarzyszenie Psychoedukacji i Terapii „Evolutio”**

**adres:** ul. Wagonowa 9/07, ul. Strzegomska 55, pok.203

**kontakt:** 731 450 926

**strona:** evolutio.stow@gmail.com

### **Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom i Ich Rodzinom w Szczególnie Trudnej Sytuacji Życiowej „ISKIERKA”**

**adres:** pl. Macieja 5, I piętro

**kontakt:** 71 322 41 14

**e-mail:** iskierka.wroc@gmail.com

**zakres działań:** pomoc prawna, psychologiczna oraz pedagogiczna

### **Ośrodek Interwencji Kryzysowej**

**adres:** ul. Rydgiera 45A, ul. Bora-Komorowskiego 31

**kontakt:** 71 796 40 85, 71 352 94 03

**e-mail:** stop.przemocy@mops.wroclaw.pl

**strona:** www.mops.wroclaw.pl (zakładka: formy-pomocy, nadodrzańskie-centrum-wsparcia, OIK)

**zakres działań:** pomoc prawna, psychologiczna

### **Centrum Neuropsychiatrii „Neuromed”**

**adres:** ul. Białawieska 74A, ul. Borowska 181-187

**kontakt:** 71 355 35 94, 71 350 17 30, 71 350 17 80, 71 786 43 44, 500 133 199

**e-mail:** sekretariat@neuropsychiatria.com

**strona:** neuropsychiatria.com

**zakres działań:** pomoc psychologiczna i terapeutyczna dla rodzin

### **Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ**

**adres:** pl. Dominikański 6, pok. 205

**kontakt:** 609 899 455

**e-mail:** arkadiuszklimczak@spzoz.wroc.pl

**zakres działań:** programy korekcyjno-edukacyjne dla sprawców przemocy

### **Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych**

**adres:** ul. Gabrieli Zapolskiej 4, III piętro, pok. 339

**kontakt:** 71 777 78 36, 71 777 79 60

**zakres działań:** udzielanie informacji i wsparcia rodzinom z problemem alkoholowym oraz przemocy w rodzinie

## **7. Orzekanie o stopniu niepełnosprawności**

### **Powiatowy Zespół do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności**

Powołany został przez Prezydenta Wrocławia przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej we Wrocławiu i obejmuje zasięgiem swego działania powiat grodzki – Wrocław i powiat ziemski wrocławski.

**Siedziba Zespołu:** ul. Strzegomska 6, parter

Zainteresowani przyjmowani są codziennie od 8.00 do 15.00 w pokoju nr 9.

**Informacja telefoniczna:** 71 782 23 60, 71 782 23 62

Druki niezbędne do ubiegania się o wydanie orzeczenia o niepełnosprawności, stopniu niepełnosprawności lub orzeczenia o stopniu niepełnosprawności o wskazaniach do ulgi i uprawnień, a także legitymacji osoby niepełnosprawnej, udostępniane są osobom zainteresowanym w siedzibie Zespołu lub można je pobrać ze strony [mops.wroclaw.pl](http://mops.wroclaw.pl) (zakładka: Powiatowy Zespół Orzekania o Niepełnosprawności).

## **Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności**

Wydaje orzeczenia o niepełnosprawności dla osób, które nie ukończyły 16 roku życia, orzeczenia o stopniu niepełnosprawności dla osób, które ukończyły 16 rok życia oraz legitymacje osoby niepełnosprawnej.

### **Orzeczenia o niepełnosprawności dla dzieci do 16 roku życia wydaje się dla celów:**

- zasiłku pielęgnacyjnego,
- świadczenia pielęgnacyjnego,
- korzystania z ulg i uprawnień.

### **Orzeczenia o stopniu niepełnosprawności (lekkim, umiarkowanym lub znacznym) wydaje się dla osób, które ukończyły 16 rok życia dla celów:**

- odpowiedniego zatrudnienia,
- szkolenia,
- uczestnictwa w warsztacie terapii zajęciowej,
- zaopatrzenia w przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze,
- środowiskowego wsparcia w samodzielnej egzystencji,
- uzyskania karty parkingowej,
- świadczeń z pomocy społecznej,
- zasiłku pielęgnacyjnego,
- uzyskania przez opiekuna dziecka świadczenia pielęgnacyjnego,
- ulg i uprawnień.

**Zespół nie wypłaca świadczeń finansowych.** Orzeczenie jest dokumentem potwierdzającym niepełnosprawność. Przysługujące osobie niepełnosprawnej świadczenia oraz ulgi i uprawnienia uzależnione są od orzeczonej niepełnosprawności lub stopnia niepełnosprawności, a w niektórych przypadkach również od kodu schorzenia lub szczegółowego wskazania znajdującego się na orzeczeniu. Otrzymane w Zespole orzeczenie należy złożyć we właściwej instytucji przyznającej świadczenia lub ulgi.

### **Aby otrzymać orzeczenie o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności należy złożyć:**

- wniosek o wydanie orzeczenia,
- zaświadczenie lekarskie o stanie zdrowia wydane dla potrzeb zespołu ds. orzekania o niepełnosprawności (wystawione nie wcześniej niż na 30 dni przed dniem złożenia wniosku),
- dokumentację medyczną: badania diagnostyczne, konsultacje specjalistyczne, karty informacyjne z pobytów w szpitalu.

Niezbędne druki (wniosek i zaświadczenie lekarskie) można otrzymać w siedzibie Zespołu lub pobrać ze strony internetowej.

## **Legitymacja osoby niepełnosprawnej**

Zespół wystawia legitymację osoby niepełnosprawnej na podstawie ważnego, prawomocnego orzeczenia o niepełnosprawności lub o stopniu niepełnosprawności, a także na podstawie orzeczeń ZUS o grupie inwalidzkiej lub o niezdolności do pracy.

**Niezbędne druki można otrzymać w siedzibie Zespołu lub pobrać ze strony internetowej.**



Wsparcie dla osób z doświadczeniem choroby psychicznej i ich rodzin ma pomóc w prawidłowym funkcjonowaniu społecznym chorego oraz jego najbliższych, a także zapobiegać wykluczeniu społecznemu osób dotkniętych chorobą.

Podjęmowane działania polegają na promocji zdrowia psychicznego, profilaktyce zaburzeń i chorób, umożliwieniu leczenia oraz zapewnieniu specjalistycznej opieki. Oferta dotycząca zdrowia psychicznego skierowana jest do osób z doświadczeniem choroby psychicznej, ich rodzin i opiekunów.

Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych  
Urzędu Miejskiego Wrocławia  
ul. Gabrieli Zapolskiej 4, 52-032 Wrocław  
tel. 71 777 77 60, faks: 71 777 79 94  
[www.wroclaw.pl](http://www.wroclaw.pl)



Wrocław miasto spotkań