

WROCLAWSKI INFORMATOR RODZINNY



Wrocław miasto spotkań

2014

WROCLAWSKI
INFORMATOR
RODZINNY

„Wrocławski Informator Rodzinny” został przygotowany w ramach projektu „Moja Rodzina”.

Promocja zdrowego i aktywnego stylu życia, zapobieganie zagrożeniom, profilaktyka chorób, rozwój osobisty i kulturalny, umiejętność radzenia sobie w trudnych sytuacjach życiowych oraz przeciwdziałanie ryzykownym zachowaniom – to niektóre propozycje z oferty przygotowanej przez Miasto we współpracy z instytucjami, podmiotami medycznymi i organizacjami pozarządowymi.

Zachęcamy Państwa do korzystania z porad, warsztatów, zajęć edukacyjnych, mediacji, terapii i innych form pomocy, szczególnie w sytuacjach kryzysowych.



mojarodzina.wroclaw.pl



Wrocławski Informator Rodzinny 2014

Wsparcie rodziny. Programy finansowane przez Miasto Wrocław

1. Poradnictwo rodzinne	9
2. Poradnictwo prawne	15
3. Mediacje	17
4. Świetlice środowiskowe	18
5. Świetlice środowiskowe i kluby prowadzone przez rady osiedli	23
6. Trener osiedlowy	24
7. Kluby seniora	28
8. Opiekunowie dzienni	39
9. Programy prorodzinne Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej	41
9.1 Program pomocy dla rodzin wielodzietnych „Dwa plus trzy i jeszcze więcej”	41
9.2 Program wsparcia rodzin	41
9.3 Asystenci rodzinni	41
9.4 Pomoc dla ofiar przemocy	42
9.5 Pomoc dla rodzin zastępczych	42
10. Usługi opiekuńcze	43
11. Wsparcie rodzin w opiece nad osobami chorymi (dzieci i osoby dorosłe)	43
12. Program wsparcia środowiskowego dla osób z doświadczeniem choroby psychicznej oraz ich rodzin/opiekunów	44
13. Działania dla osób niepełnosprawnych	50
14. Organizacja i zapewnienie opieki nad dziećmi w wieku do lat 3 sprawowanej w formie żłobków, klubów dziecięcych oraz dziennego opiekuna	53

5

Zdrowie Rodziny. Programy finansowane przez Miasto Wrocław

1. Zdrowa matka i dziecko	57
1.1 Wrocławskie szkoły rodzenia	57
1.2 Ośrodki informacyjno-edukacyjne	58
1.3 Warsztaty pedagogiczne	59
1.4 Ośrodek Szybkiej Diagnostyki Prenatalnej	59
2. Programy profilaktyczne dla dzieci i młodzieży	59
2.1 Profilaktyka próchnicy zębów u dzieci w wieku przedszkolnym 3–5 lat	59

2.2 Profilaktyka wad i schorzeń narządu wzroku u dzieci w wieku przedszkolnym ...	60
2.3 Wczesne wykrywanie wad i schorzeń narządu wzroku i słuchu w populacji dzieci i młodzieży szkolnej.....	60
2.4 Program promocji zdrowia i zapobiegania wadom postawy u dzieci i młodzieży szkolnej „Trzymaj się prosto”	61
2.5 Program profilaktyki zakażeń wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV)	62
2.6 Profilaktyka nadwagi i otyłości oraz innych zaburzeń okresu rozwojowego	62
2.7 Profilaktyka cukrzycy i zaburzeń metabolicznych	62
3. Programy profilaktyczne dla dorosłych	64
3.1 Profilaktyka raka piersi	64
3.2 Profilaktyka raka skóry	69
3.3 Profilaktyka cukrzycy i zaburzeń metabolicznych	70
3.4 Profilaktyka zespołu stopy cukrzycowej	74
3.5 Program rehabilitacji kardiologicznej w ramach wtórnej prewencji chorób sercowo-naczyniowych	74
3.6 Program promocji zdrowia dla osób z obrzękiem limfatycznym	75
3.7 Aktywny styl życia i profilaktyka chorób narządu ruchu	75
3.8 Program profilaktyki schorzeń narządu ruchu ze szczególnym uwzględnieniem osteoporozy	76
3.9 Program dla osób z problemem nietrzymania moczu	76
3. 10 Szczepienia ochronne przeciwko grypie dla mieszkańców Wrocławia w wieku senioralnym 65+	77
4. Profilaktyka uzależnień	77
4.1 Przeciwdziałanie przemocy oraz wsparcie psychologiczne w rozwiązywaniu problemów dotyczących uzależnień	77
4.2 Komisja rozwiązywania problemów alkoholowych	80
4.3 Punkty konsultacyjne	80
4.4. Kluby abstynenta	82
4.5 Programy terapeutyczne	82
4.6 Punkt antynikotynowy oraz informacji o uzależnieniach	83
4.7 Punkt bezpłatnego i anonimowego testowania w kierunku HIV	83

WSPARCIE RODZINY

Programy finansowane
przez Miasto Wrocław

1. Poradnictwo rodzinne

Poradnictwo rodzinne obejmuje szeroko rozumiane problemy funkcjonowania rodziny, w tym problemy wychowawcze w rodzinach naturalnych i zastępczych oraz problemy opieki nad osobą niepełnosprawną, a także terapię rodzinną (Ustawa z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej, t.j. Dz.U. z 2013 r., poz. 182).

Celem poradnictwa rodzinnego jest poprawa funkcjonowania rodziny, pomoc w rozwiązywaniu problemów życiowych oraz przeciwdziałanie kryzysom poprzez:

- diagnozowanie problemów i potrzeb życiowych osób i rodzin niewydolnych wychowawczo;
- udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej, prawnej, socjalnej i innej rodzinom w trudnej sytuacji życiowej;
- udzielanie rodzicom/opiekunom indywidualnych konsultacji/porad dotyczących opieki i wychowania dzieci i młodzieży;
- pomoc w radzeniu sobie z problemami wychowawczymi;
- prowadzenie edukacji grupowej w formie wykładów, szkoleń, warsztatów, szczególnie w zakresie podnoszenia kompetencji rodzicielskich oraz kształtowania i rozwijania umiejętności podtrzymywania więzi rodzinnych;
- udzielanie wsparcia przy podejmowaniu ważnych decyzji życiowych, wyboru drogi życiowej i aktywnego przygotowania się do pełnienia ról w małżeństwie i rodzinie;
- prowadzenie edukacji w zakresie odpowiedzialnego rodzicielstwa;
- udzielanie pomocy w zakresie ochrony macierzyństwa;
- promowanie pozytywnego wizerunku rodziny pełnej, wielodzietnej i wielopokoleniowej;
- prowadzenie mediacji rodzinnych;
- pomoc i wsparcie udzielane osobom uzależnionym od alkoholu, narkotyków i innych środków psychoaktywnych oraz osobom współuzależnionym i rodzinom.

9

Specjalistyczna Poradnia Rodzinna

adres: ul. Katedralna 4

numer telefonu: 71 327 11 01

e-mail: referat.rodzin@archidiecezja.wroc.pl

strona: www.archidiecezja.wroc.pl

zakres świadczonych porad: porady psychologiczne, pedagogiczne i prawne dla osób i rodzin w trudnej sytuacji życiowej; prowadzenie terapii indywidualnej i grupowej przez specjalistów

Akademicka Poradnia Rodzinna „Sychar”

adres: pl. Nankiera 17a (budynek Duszpasterstwa Akademickiego „Maciejówka”)

numer telefonu: 730 458 979

e-mail: poradnia.maciej@wp.pl

strona: www.maciejowka.org

zakres świadczonych porad: konsultacje pedagogiczne, psychologiczne, konsultacje rodzinne, konsultacje z instruktorem naturalnego planowania rodziny, mediacje

rodzinne i małżeńskie oraz spotkania z duszpasterzem

Poradnia Rodzinna przy parafii pw. św. Karola Boromeusza

adres: ul. Oficerska 1–3, p.I, pok.15/15a

numer telefonu: 71 360 49 65, 691 100 450 lub 600 879 983

e-mail: poradniaboromeusz@gmail.com

strona: www.boromeusz.franciszkanie.pl

zakres świadczonych porad: porady, diagnostyka i konsultacje psychologa, pedagoga oraz porady prawne i duszpasterskie

Poradnia Rodzinna przy parafii pw. św. Antoniego

adres: klasztor Franciszkanów, al. Kasprowicza 26

numer telefonu: 71 327 34 30

e-mail: poradnia.rodzinna.anton@gmail.com

strona: rodzina.wroclaw.pl

zakres świadczonych porad: dyżury specjalistów: psychologa, pedagoga, doradcy życia rodzinnego, prawnika oraz duszpasterza; warsztaty dotyczące problemów wychowawczych dzieci, budowania więzi międzyludzkich i nauki właściwej komunikacji i rozwoju osobistego, a także zajęcia rozwojowe dla rodziców z małymi dziećmi; warsztaty, szkolenia, zajęcia psychoedukacyjne dla dzieci i młodzieży w salkach parafialnych przy kościele

Poradnia Rodzinna przy klasztorze oo. Dominikanów „Syntonia”

adres: pl. Dominikański 2, wejście od ul. Janickiego, II piętro

numer telefonu: 71 344 66 31 wew. 42, 728 471 669

e-mail: syntwro@dominikanie.pl

strona: www.wroclaw.dominikanie.pl/syntonia.html

zakres świadczonych porad: porady i konsultacje indywidualne psychologów, spotkania ze specjalistą naturalnego planowania rodziny, pedagogiem i doradcą zawodowym; prowadzona jest grupa wsparcia oraz grupa DDA

Poradnia Rodzinna przy parafii pw. św. Jadwigi

adres: ul. Pilczycka 25

numer telefonu: 511 387 719

e-mail: poradnia@rodzinna.wroclaw.pl

strona: rodzinna.wroclaw.pl

zakres świadczonych porad: prowadzenie dyżurów przez specjalistów: psychologa, pedagoga, terapeutę uzależnień, doradcę życia rodzinnego, terapeutę NEST, prawnika

Poradnia Rodzinna przy parafii pw. św. Henryka

adres: ul. Gliniana 16

numer telefonu: 784 767 166

e-mail: henryk.poradnia@op.pl

strona: www.swhenryka.archidiecezja.wroc.pl

zakres świadczonych porad: doradztwo psychologiczne, pedagogiczne, mediacje, doradztwo prawne oraz w zakresie życia rodzinnego i małżeńskiego; warsztaty komunikacji rodzic – dziecko oraz warsztaty komunikacji interpersonalnej dla małżeństw

Poradnia Rodzinna przy parafii pw. św. Maksymiliana M. Kolbego

adres: ul. Horbaczewskiego 20

numer telefonu: 71 352 27 86

zakres świadczonych porad: poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne, socjalne, mediacje, poradnictwo rodzinne – specjalista nauk o rodzinie; zajęcia integracyjne „Moja Rodzina” oraz debaty młodzieży szkolnej i dorosłych o rodzinie

Poradnia Rodzinna przy parafii pw. św. Anny (Pracze Odrzańskie)

adres: ul. Brodzka 160 – konsultacje specjalistów i warsztat „Być mamą”

Szkoła Podstawowa nr 22, ul. Stabłowicka 143 – warsztaty dla rodziców

numer telefonu: 503 413 851

e-mail: kontakt@familandia.pl

strona: www.familandia.pl

zakres świadczonych porad: konsultacje indywidualne: psycholog, pedagog, prawnik, doradca życia rodzinnego, duszpasterz; warsztaty „Być mamą” oraz warsztaty dla rodziców i opiekunów obejmujące: warsztat umiejętności wychowawczych, usprawnienie komunikacji rodzice – dzieci, informujące o prawidłowościach rozwoju dzieci oraz o zaburzeniach rozwojowych

Poradnia Rodzinna „Profamilia” przy parafii pw. św. Anny (Oporów)

adres: ul. Sobótki 42

numer telefonu: 693 862 311

e-mail: poradnia@profamilia.wroclaw.pl

strona: www.profamilia.wroclaw.pl

zakres świadczonych porad: doradztwo pedagogiczne, psychologiczne, nauka i konsultacje w zakresie metod naturalnego planowania rodziny, warsztaty: „Szczęśliwe małżeństwo dzięki dobrej komunikacji” oraz „Zdążyć być ojcem zanim będziesz dziadkiem”

Poradnia Rodzinna przy parafii pw. św. Franciszka z Asyżu

adres: ul. Borowska 174

Gabinety specjalistów i sale, w których będą odbywać się warsztaty, mieszczą się w Ośrodku Kultury Katolickiej „Rotunda” znajdującym się w budynkach parafii.

numer telefonu: 786 817 837

e-mail: poradnia.rodzinna.franciszek@gmail.com

strona: poradniafranciszek.wroclaw.pl

zakres świadczonych porad: dyżury: pedagoga, doradcy życia rodzinnego, psychologa, psychoterapeuty, mediatora, prawnika oraz duszpasterza; prowadzone przez specjalistów warsztaty zebrane będą w bloki tematyczne: wzmocnienie więzi

w rodzinie, kształtowanie umiejętności wychowawczych oraz zajęcia profilaktyczno-edukacyjne dla dzieci

Fundacja „Sancta Familia” Poradnia Rodzinna

adres: ul. Monte Cassino 64

numer telefonu: 71 348 29 01, 517 453 575

e-mail: fundacja@safa.org.pl

strona: www.safa.org.pl

zakres świadczonych porad: specjaliści dyżurujący w poradni to: psycholog, pedagog, terapeuta uzależnień oraz doradca życia rodzinnego

Stowarzyszenie Katolicki Ruch Antynarkotyczny „Karan” Centrum Interwencji Kryzysowej „Karan”

adres: ul. Skoczylasa 8

numer telefonu: 71 349 15 56

e-mail: karan.wroclaw@op.pl

strona: www.karan.pl

zakres świadczonych porad: prowadzenie diagnostyki, poradnictwa rodzinnego, pomoc psychologiczna, pedagogiczna, terapia indywidualna oraz warsztaty podnoszące kompetencje wychowawcze

Poradnia Rodzinna przy Fundacji „Evangelium Vitae”

adres: ul. Rydygiera 22–28

numer telefonu: 71 782 87 61 (wew. 21, 25), 798 988 903

e-mail: poradnia@boromeuszki.wroclaw.pl

strona: fev.wroclaw.pl

zakres świadczonych porad: doradca życia rodzinnego, psycholog i psychoterapeuta, terapeuta NEST, prawnik, doradca rodzinny posługujący się językiem migowym

Poradnia Rodzinna – Fundacja „Akita”

adres: ul. Handelsmana 20/2, ul. Kochanowskiego 34/2

numer telefonu: 71 347 91 54, 71 344 20 46

e-mail: info@akitafundacja.pl

strona: www.akitafundacja.pl

zakres świadczonych porad: porady psychologa, pedagoga, prawnika oraz porady edukacyjno-informacyjne

Stowarzyszenie „Aperiamus” – Wspieranie Rozwoju Osobowego

adres: ul. Jedności Narodowej 85/1

numer telefonu: 500 755 921 (rejestracja we wtorki w godz. 8.00–9.00 oraz 19.00–20.00)

e-mail: aperiamus@poczta.onet.pl

strona: aperiamus.magma-net.pl

zakres świadczonych porad: prowadzenie systemowego poradnictwa i terapii

rodzinnej (w tym małżeńskiej) dla rodzin, par i osób doświadczających kryzysu (z problemami wychowawczymi, edukacyjnymi, zdrowotnymi, emocjonalnymi, w tym przeżywanie żałoby po stracie bliskiej osoby, oraz małżeńskimi) oraz terapii indywidualnej dla młodzieży i młodych dorosłych (studentów) z problemami emocjonalnymi oraz społecznymi – pomoc w kształtowaniu dojrzałej osobowości przyszłych rodziców; prowadzenie warsztatów psychoedukacyjnych dla rodziców oraz psychoedukacyjno-arteterapeutycznych dla rodziców z dziećmi

Stowarzyszenie Psychoedukacji i Terapii „Evolutio”

adres i numery telefonu: Wrocławskie Centrum Wspierania Organizacji Pozarządowych Sektor 3, ul. Legnicka 65, tel. 71 359 75 00

Konsultacje indywidualne: gabinet psychologiczny ul. Legnicka 55/5, tel. 664 716 717

strona: www.evolutio.org.pl, www.pomoc-po-rozstaniu.sektor3.wroclaw.pl

zakres świadczonych porad: konsultacje indywidualne – rekrutacja do grupy oraz konsultacje psychologiczne; otwarta grupa wsparcia dla osób będących w kryzysie z powodu rozwodu lub rozstania z partnerem

Punkt Poradnictwa i Terapii Rodzinnej „Iskierka”

adres: pl. św. Macieja 7

numer telefonu: 71 321 07 04, 71 322 41 14

e-mail: iskierka.wroc@wp.pl

strona: iskierkawroc.pl

zakres świadczonych porad: konsultacje i poradnictwo psychologiczno-rodzinne, poradnictwo prawne, prowadzenie psychoterapii indywidualnej i rodzinnej, prowadzenie warsztatów psychoedukacyjnych dla rodziców z dziećmi

Fundacja na rzecz Edukacji i Zdrowia „Daruma”

adres: Ośrodek Terapeutyczny „Harmonia”, ul. Bednarska 3/2

numer telefonu: 783 305 138

e-mail: ap@daruma.pl

strona: www.daruma.pl, www.harmonia.wroclaw.pl

zakres świadczonych porad: porady specjalistyczne: psycholog, pedagog, terapeuta uzależnień; warsztaty dla rodzin z małymi dziećmi oraz warsztaty dla rodziców dzieci starszych (5–10 lat)

Towarzystwo Rozwoju Rodziny

adres: ul. Zelwerowicza 4 oraz ul. Podwale 74 (oficyna 23)

numer telefonu: 71 349 39 11, 602 645 443

e-mail: wroclaw@trr.org.pl

strona: www.trr.info.pl

zakres świadczonych porad: telefon interwencyjno-wspierający, poradnictwo psychologiczne, coaching, terapia indywidualna, rodzinne działania psychoterapeutyczne, diagnoza, otwarta grupa wsparcia, grupy edukacyjno-terapeutyczne

Wrocławskie Stowarzyszenie na rzecz Dzieci i Młodzieży „Bajka”

adres: konsultacje psychologiczne, pedagogiczne oraz mediacje prowadzone będą w gabinecie Poradni Rodzinnej „Bajka” ul. Kwiska 5/7, lok. 216; warsztaty grupowe prowadzone będą w sali szkoleniowej Zgromadzenia Sióstr Szkolnych de Notre Dame, ul. św. Marcina 12

numer telefonu: 71 758 42 40, 507 138 061

e-mail: a.rychter@onet.pl

strona: www.bajka.edu.pl

zakres świadczonych porad: poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne, mediacje rodzinne oraz warsztaty grupowe

Fundacja „In Posterum”

adres: ul. Strzegomska 7

numer telefonu: 71 359 09 50

e-mail: inposterum@wp.pl

strona: www.inposterum.pl

zakres świadczonych porad: porady psychologiczne obejmujące: diagnozowanie potrzeb osób i rodzin, udzielanie pomocy psychologicznej uwzględniającej wewnętrzny potencjał rodziny i jego wykorzystanie, pomoc rodzicom i opiekunom w radzeniu sobie z trudnościami w procesie opieki i wychowania dzieci i młodzieży, pomoc osobom współuzależnionym i ich rodzinom; grupa wsparcia prowadzona raz w miesiącu w okresie trwania projektu

Demokratyczna Unia Kobiet – Klub Wrocławski

Poradnia rodzinna „Pod Lwami”

adres: ul. Zelwerowicza 16/18, lokal 3

numer telefonu: 71 341 71 43

e-mail: duk.partycypacja@wp.pl

zakres świadczonych porad: konsultacje, poradnictwo (w tym poradnictwo dla młodocianych rodziców), diagnostyka, interwencja pedagogiczna – mediacje rodzinne, dyżury pedagoga, psychologa, doradcy rodzinnego oraz grupa samopomocowa, spotkania integracyjne, warsztaty i treningi kompetencji, możliwość skorzystania z porady prawnej na wniosek specjalisty; poradnia prowadzi Interdyscyplinarny Program Wsparcia dla rodzin z problemami społecznymi

Fundacja Społecznych Kuratorów Sądowych „Dajmy Szansę”

adres: ul. Piłsudskiego 95 (domofon 3 i 4)

numer telefonu: 71 346 88 20 – po godz. 16.00, 530 004 627 – do godz. 16.00

e-mail: dajszanse@op.pl lub poradnia@spoko.pl

strona: www.dajmyszansę.pl

zakres świadczonych porad: dyżury psychologa, specjalisty ds. uzależnień, specjalisty pracy socjalnej, doradcy rodzinnego, prawnika, kuratora sądowego; obowiązuje rejestracja w godzinach przyjęć w tygodniu poprzedzającym lub w dniu wizyty

2. Poradnictwo prawne

Poradnictwo prawne to pomoc prawna dla osób znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Polega na udzieleniu klientowi informacji o przysługujących mu prawach oraz obowiązkach w rozwiązaniu przedstawionego problemu prawnego. Jego celem jest wsparcie klienta w poszukiwaniu oraz wyborze optymalnego rozwiązania w oparciu o analizę sytuacji klienta, z poszanowaniem jego samodzielności.

Fundacja Centrum Praw Kobiet

adres: ul. Rуска 46b, pokój 208

numer telefonu: 71 358 08 74

e-mail: cpk_wroclaw@cpk.org.pl

dni i godziny porad:

indywidualne porady prawne: poniedziałek 13.00–18.00, środa 8.00–11.00, czwartek 11.00–13.00; konsultacje „Szybka pomoc”: poniedziałek – czwartek 10.00–18.00, piątek 10.00–15.00

strona: www.cpk.org.pl

Biuro Porad Obywatelskich

adres: ul. Szajnochy 12

numer telefonu: 71 344 84 39

e-mail: bpo@bpo.wroclaw.pl

dni i godziny porad:

poniedziałek i czwartek 10.00–18.00

wtorek, środa, piątek 10.00–16.00

strona: www.bpo.wroclaw.pl

Stowarzyszenie „Uniconsult”

adres: ul. Koreańska 1a

numer telefonu: 605 995 681

e-mail: biuro@uniconsult

dni i godziny porad: wtorek, środa 16.00–18.00

strona: www.uniconsult.pl

Dolnośląskie Stowarzyszenie Pomocy Ofiarom Przepęstw „Karta 99”

adres 1: ul. Kościuszki 35b

e-mail: dspop@wp.pl

dni i godziny porad:

konsultacje w zakresie prawa i spraw obywatelskich: poniedziałek 9.00–17.00, wtorek, środa 9.00–15.30

poradnictwo pedagogiczne: wtorek 11.00–13.00

adres 2: ul. Koszykarska 6a

numer telefonu: 71 344 66 33

dni i godziny porad: prawny punkt konsultacyjny: wtorek 12.00–14.30

Wrocławski Sejmik Osób Niepełnosprawnych

adres: ul. św. Antoniego 36/38

numer telefonu: 71 344 17 34

e-mail: wson@wson.wroc.pl

dni i godziny porad: poniedziałek – czwartek 10.00–15.00

strona: www.wson.wroc.pl

Fundacja „Sancta Familia”

adres: ul. Monte Cassino 64

numer telefonu: 517 453 575

e-mail: fundacja@safa.org.pl

dni i godziny porad: środa 16.00–20.00

strona: www.safa.org.pl

Fundacja Społecznych Kuratorów Sądowych „Dajmy Szansę”

adres: ul. Piłsudskiego 95, I piętro

numer telefonu: 71 346 88 20

e-mail: dajszanse@op.pl

dni i godziny porad:

poradnictwo prawne: środa 14.00–16.00

kurator sądowy: środa 16.00–18.00

strona: www.dajmyszansę.pl

Stowarzyszenie „Ab Ovo”

adres: pl. Orłąt Lwowskich 2

numer telefonu: 732 889 728

e-mail: info@abovo.org.pl

dni i godziny porad: środa 17.00–19.00

Demokratyczna Unia Kobiet

adres: ul. Zelwerowicza 16/18/3

numer telefonu: 71 341 71 43

e-mail: DUK-Wroclaw@wp.pl

dni i godziny porad: poniedziałek 12.00–14.00

strona: www.dukwroclaw.pl

Stowarzyszenie „Żółty Parasol”

adres: ul. Nowowiejska 38

numer telefonu: 733 150 994

dni i godziny porad: środa 17.00–19.00

strona: www.parasol.net.pl

3. Mediacje

Mediacje to jedna z metod rozwiązywania konfliktów, w której osoba trzecia pomaga stronom we wzajemnej komunikacji, określeniu interesów i rzeczywistych punktów spornych. Jest to dobrowolny, nieformalny i poufny proces poszukiwania rozwiązania problemu, umożliwiający osiągnięcie porozumienia, które zadowala obie strony.

Demokratyczna Unia Kobiet

adres: ul. Zelwerowicza 16/18/3

numer telefonu: 71 341 71 43

dni i godziny porad: według umówionego terminu

e-mail: DUK-Wroclaw@wp.pl

strona: www.dukwroclaw.pl

Osoby zainteresowane skorzystaniem z mediacji lub szkoleń proszone są o kontakt telefoniczny lub bezpośrednie spotkanie w biurze.

Stowarzyszenie „Żółty Parasol”

adres: ul. Nowowiejska 38

numer telefonu: 733 150 994

dni i godziny porad: według umówionego terminu

strona: www.parasol.net.pl

Parafia rzymskokatolicka pw. św. Maksymiliana M. Kolbego we Wrocławiu

adres: ul. Horbaczewskiego 20

numer telefonu: 71 351 54 61

dni i godziny porad: drugi czwartek miesiąca godz. 16.00–18.00

Stowarzyszenie „Ab Ovo”

adres: pl. Orłąt Lwowskich 2

numer telefonu: 732 889 728

e-mail: info@abovo.org.pl

dni i godziny porad: pierwsza środa miesiąca 17.00–18.00

Fundacja „Sancta Familia”

adres: ul. Monte Cassino 64

numer telefonu: 517 453 575

dni i godziny porad: pierwszy i trzeci czwartek miesiąca 18.00–20.00

e-mail: fundacja@safa.org.pl

strona: www.safa.org.pl

4. Świetlice środowiskowe

Świetlica jest placówką wsparcia dziennego, która prowadzi zorganizowaną działalność opiekuńczą i wychowawczą oraz pozwala na racjonalne zagospodarowanie czasu wolnego od zajęć szkolnych dzieci i młodzieży. Celem działalności świetlicy środowiskowej jest wspieranie rodziny w procesie przygotowywania dzieci i młodzieży do samodzielnego życia, kształtowania właściwych postaw społecznych poprzez objęcie ich w czasie wolnym od zajęć szkolnych opieką oraz zajęciami edukacyjnymi i profilaktycznymi.

Oferta świetlic adresowana jest szczególnie do rodzin potrzebujących wsparcia w opiece nad dziećmi. Zajęcia w świetlicach:

- przeznaczone są dla dzieci i młodzieży w wieku 6–18 lat;
- odbywają się od poniedziałku do piątku w godzinach popołudniowych;
- są bezpłatne.

Świetlice oferują dzieciom i młodzieży:

- zajęcia edukacyjne (odrabianie lekcji, korepetycje uzupełniające zaległości w nauce, naukę języków, obsługę komputerów itp.);
- zajęcia rozwijające zainteresowania (plastyczne, muzyczne, fotograficzne, teatralne i inne);
- zajęcia profilaktyczne (rozwój osobisty, profilaktyka uzależnień, przeciwdziałanie przemocy);
- zajęcia rekreacyjno-sportowe;
- rozmowy z pedagogiem lub psychologiem;
- wycieczki i wyjścia (do kina, teatru, na wystawy, do zoo itp.);
- wypoczynek w czasie ferii zimowych i letnich, w tym wyjazdy na zimowisko i kolonie letnie lub półkolonie podczas ferii i wakacji (bezpłatne lub częściowo odpłatne).

W świetlicach środowiskowych dzieci:

- pokonują trudności w nauce;
- bezpiecznie i atrakcyjnie spędzają czas wolny;
- poprawiają kondycję na zajęciach sportowych;
- poznają i uczą się rozumieć i akceptować siebie;
- odkrywają i rozwijają talenty;
- uczą się dbać o zdrowie;
- zwiedzają ciekawe miejsca;
- oglądają interesujące filmy, spektakle, wystawy;
- znajdują przyjaciół.

Podczas pobytu w świetlicy dzieci i młodzież otrzymują posiłek w formie półproduktów lub produktów gotowych do spożycia (kanapki, owoce, jogurty, warzywa, napoje i inne).

Rodzice mają możliwość wsparcia oraz skorzystania z fachowej pomocy w sprawach dotyczących problemów wychowawczych i opiekuńczych.

Rzymskokatolicka Parafia pw. św. św. Jakuba i Krzysztofa

adres: ul. Bolesława Krzywoustego 291

numer telefonu: 71 345 78 13

e-mail: elesnow@archidiecezja.wroc.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 15.00–19.00

strona: www.dzieciwparafii.org

Rzymskokatolicka Parafia pw. św. św. Stanisława, Doroty i Wacława

adres: pl. Wolności 3

numer telefonu: 71 343 27 21

e-mail: krystyna.idzikowska@wp.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 13.00–18.00

Rzymskokatolicka Parafia pw. Najświętszej Maryi Panny Nieustającej Pomocy – Muchobór Mały

adres: ul. Szkocka 35

numer telefonu: 71 357 57 85

e-mail: Muchoborek@op.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 15.00–19.00

Rzymskokatolicka Parafia pw. św. Michała Archanioła

adres: ul. Bolesława Prusa 78

numer telefonu: 71 321 11 47

e-mail: pawel@swm.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 16.00–20.30

strona: www.oratorium-michal.salezjanie.pl

Rzymskokatolicka Parafia pw. św. Jadwigi

adres: ul. Wolska 9a,

numer telefonu: 71 349 39 51

e-mail: zrodelkoparafia@wp.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 14.00–20.00

strona: www.parafia.jadwiga.wroclaw.pl

Rzymskokatolicka Parafia pw. św. Andrzeja Boboli

adres: ul. Koszalińska 15

numer telefonu: 71 357 54 68

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 15.00–19.00

strona: www.bobola.archidiecezja.wroc.pl

Rzymskokatolicka Parafia pw. św. Anny

adres: ul. Brodzka 163

numer telefonu: 71 354 33 56

e-mail: par.pracze@interia.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 14.00–18.00

strona: www.pracze.pl

Rzymskokatolicka Parafia pw. św. Jerzego

adres: ul. Biegła 3

numer telefonu: 71 343 35 21

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 14.00–18.00

strona: www.sw-jerzy-brochow.blogspot.com

Rzymskokatolicka Parafia pw. św. Andrzeja Apostoła

adres: ul. Boguszowska 84

numer telefonu: 71 354 35 15

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 13.00–18.00

Rzymskokatolicka Parafia pw. św. Boromeusza

adres: ul. Krucza 58

numer telefonu: 71 361 52 65

e-mail: boromeusz@franciszkanie.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 15.30–18.30

strona: www.boromeusz.franciszkanie.pl

Rzymskokatolicka Parafia pw. św. Bonifacego

adres: pl. Stanisława Staszica 4

numer telefonu: 71 328 95 17

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 14.00–18.00

strona: www.bonifacy.archidiecezja.wroc.pl

Chrześcijańska Służba Charytatywna, świetlica „Miś”

adres: ul. Oleśnicka 4

numer telefonu: 609 416 520

e-mail: biuro@chsch.pl

strona: www.chsch.org.pl

Stowarzyszenie na rzecz Dziecięcej Działalności Twórczej i na rzecz Sztuki „Tęczowisko”

adres: ul. Nowa 4

numer telefonu: 71 390 89 19

e-mail: teczowisko@wp.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 16.00–20.00

strona: www.teczowisko.pl

Zgromadzenie Sióstr Szkolnych de Notre Dame

adres: ul. Świątokrzyska 45–55

numer telefonu: 71 322 78 67

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 14.00–18.00

strona: www.swietlica.wroclaw.pl

Fundacja „Tobiaszki”

adres: al. Kasprowicza 26

numer telefonu: 71 327 34 70

e-mail: tobiaszki@interia.pl

godziny otwarcia: poniedziałek 15.00–20.00, wtorek – piątek 14.00–19.00

strona: www.tobiaszki.w.interia.pl

Stowarzyszenie „Ocalić Szansę – SOS”

adres: ul. Wapienna 19/1

numer telefonu: 667 966 495

e-mail: sos.wroc@wp.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 15.30–19.30

strona: www.sos-wroclaw.pl

Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom i Ich Rodzinom w Szczególnie Trudnej Sytuacji Życiowej „Iskierka”

adres 1: ul. Rogowska 116a

numer telefonu: 784 750 210

adres 2: ul. Głębczycka 3

numer telefonu: 71 343 01 25

e-mail: iskierka.wroc@wp.pl

godziny otwarcia: ul. Rogowska: poniedziałek – piątek 15.00–19.00,

ul. Głębczycka: poniedziałek – piątek 14.00–19.00

strona: www.iskierkawroc.pl

Fundacja „Sancta Familia”

adres: ul. Monte Cassino 64

numer telefonu: 690 909 059

e-mail: fundacja@safa.org.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 15.00–19.00

strona: www.safa.org.pl

Wrocławskie Stowarzyszenie Narodowego Czynu Pomocy Szkole

adres: ul. Oleśnicka 18/2

numer telefonu: 71 367 24 31

e-mail: beatarudzka@orange.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 14.00–18.00

strona: www.sp9.w.pl

Fundacja Wspierania Aktywności Lokalnej „Fala”

adres: ul. Solskiego 13

numer telefonu: 71 727 78 79

e-mail: biuro@fala.edu.pl

godziny otwarcia: poniedziałek, wtorek, środa, piątek 15.00–19.00,

czwartek 14.00–18.00

strona: www.fala.edu.pl

Stowarzyszenie „Karan”

adres: ul. Skoczylasa 8

numer telefonu: 71 349 15 56

e-mail: karan.wroclaw@op.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 14.00–19.00

strona: www.karan.wroc.pl

Stowarzyszenie Społeczno-Kulturalne „Polanka”

adres: ul. Żmigrodzka 56

numer telefonu: 694 333 914

e-mail: stowarzyszeniepolanka@interia.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 14.00–18.00

22

Fundacja „Opieka i Troska”

adres: ul. Kielczowska 43/6

numer telefonu: 71 794 78 91

e-mail: opiekaitroska@opiekaitroska.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 15.00–19.00

strona: www.opiekaitroska.pl

Stowarzyszenie Pomocy „Akson”

adresy: pl. Wyzwolenia 4/2, ul. Krajewskiego 1, ul. Świstackiego 18/2,

ul. Jedności Narodowej 110b

numer telefonu: 71 352 94 03

e-mail: aksonwroc@wp.pl

godziny otwarcia: pl. Wyzwolenia: poniedziałek, środa, piątek 15.00–17.00,

wtorek – czwartek 14.00–17.00, ul. Krajewskiego: poniedziałek – piątek 13.30–17.30,

ul. Świstackiego i ul. Jedności Narodowej: poniedziałek – piątek 16.00–20.00

strona: www.akson.org.pl

Stowarzyszenie Rozwoju Osiedla Świniary

adres: ul. Pęgowska 34

numer telefonu: 71 346 22 90

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 12.00–16.00

Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom „Nauka – Sport – Wypoczynek”

adresy: ul. Boya Żeleńskiego 32, ul. Kowalska 105

numer telefonu: 607 296 817

godziny otwarcia: ul. Boya Żeleńskiego: poniedziałek – piątek 14.30–17.30,
ul. Kowalska: wtorek, czwartek 14.30–17.30

Fundacja „Integratia”

adres: ul. Janiszewskiego 14

numer telefonu: 71 340 05 44

e-mail: alikos23@gmail.com

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 15.00–19.00

strona: www.sp12.wroclaw.pl

Demokratyczna Unia Kobiet

adres: ul. Zelwerowicza 16/18

numer telefonu: 71 341 71 43

e-mail: DUK-Wroclaw@wp.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – czwartek 14.00–18.00

strona: www.dukwroclaw.pl

5. Świetlice środowiskowe i kluby prowadzone przez rady osiedli

Świetlice środowiskowe prowadzone przez rady osiedli zapewniają wsparcie w opiece i wychowaniu dzieci i młodzieży oraz pomagają zagospodarować czas wolny. Świetlice oferują różnorodne zajęcia, rozmowy z pedagogami, psychologami oraz wycieczki.

Rada Osiedla Huby

adres: ul. Gliniana 30

numer telefonu: 71 336 96 22

e-mail: huby@neostrada.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 14.30–18.00

strona: www.huby.soe.pl

Rada Osiedla Kowale

adres: ul. Kowalska 79

numer telefonu: 71 345 68 49

e-mail: kowale@osiedle.wroc.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 13.30–18.30

Rada Osiedla Lipa Piotrowska

adres: ul. Tymiankowa 3

e-mail: lipa_piotrowska@osiedle.wroc.pl

numer telefonu: 71 346 20 80

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 16.30–19.00

Rada Osiedla Nadodrże

adres: ul. Niemcewicza 27

numer telefonu: 71 784 49 95

e-mail: nadodrzel@op.pl

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 14.00–18.00

Rada Osiedla Polanowice-Poświętne-Ligota

adres: ul. Kamińskiego 190

numer telefonu: 71 325 60 91

e-mail: rada@polanowice.net

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 14.00–18.00

strona: www.polanowice.net

Rada Osiedla Muchobór Wielki

adres: ul. Stanisławowska 99/1a

e-mail: radaosiedla@muchoborwielki.pl

godziny otwarcia: poniedziałek, wtorek, czwartek 16.00–20.00

strona: www.muchoborwielki.pl

6. Trener osiedlowy

W ramach programu „Trener osiedlowy” dzieci oraz młodzież mogą wziąć udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych prowadzonych na 46 przyszkolnych boiskach na terenie Wrocławia. Grafiki dyżurów poszczególnych trenerów dostępny jest na stronie internetowej www.trener-osiedlowy.pl.

Boiska, na których pracują trenerzy osiedlowi, znajdują się przy następujących szkołach:

Fabryczna

Szkoła Podstawowa nr 3

adres: ul. Bobrza 27

Szkoła Podstawowa nr 19

adres: ul. Koszykarska 2–4

Szkoła Podstawowa nr 24

adres: ul. Częstochowska 42

Szkoła Podstawowa nr 27

adres: ul. Rumiankowa 34

Szkoła Podstawowa nr 30

adres: ul. Zaporowska 28

Szkoła Podstawowa nr 51

adres: ul. Krępiccka 50

Szkoła Podstawowa nr 68

adres: ul. Szczęśliwa 28

Szkoła Podstawowa 75

adres: ul. Piotra Ignuta 28

Szkoła Podstawowa nr 95

adres: ul. Starogajowa 66–68

Szkoła Podstawowa nr 113

adres: ul. Zemska 16C

Gimnazjum nr 9

adres: ul. Sarbinowska 10

Gimnazjum nr 22

adres: ul. Lubelska 95A

Gimnazjum nr 18

adres: ul. Kłodnicka 36

Liceum Ogólnokształcące nr 15

adres: ul. Wojnowicka 58

Zespół Szkół nr 3

adres: ul. Szkocka 64

Krzyki

Szkoła Podstawowa nr 9

adres: ul. Nyska 66

Szkoła Podstawowa nr 16

adres: ul. Wietrzna 50

Szkoła Podstawowa nr 23

adres: ul. Przystankowa 32

Szkoła Podstawowa nr 34

adres: ul. Konstantego Ildefonsa Gałczyńskiego 8

Szkoła Podstawowa nr 47

adres: ul. Januszowicka 35–37

Szkoła Podstawowa nr 61

adres: ul. Skarbowców 8

Szkoła Podstawowa nr 72

adres: ul. Trwała 17–19

Szkoła Podstawowa nr 76

adres: ul. Wandy 13

Szkoła Podstawowa nr 90

adres: ul. Orzechowa 62

Szkoła podstawowa nr 96

adres: ul. Krakowska 2

Szkoła Podstawowa nr 99

adres: ul. Głębczycka 3

Gimnazjum nr 3

adres: ul. Świstackiego 12A

Gimnazjum nr 21

adres: ul. św. Jerzego 4

Gimnazjum nr 23

adres: ul. Jastrzębia 26

Liceum Ogólnokształcące nr 8

adres: ul. Zaporoska 71

Śródmieście

Szkoła Podstawowa nr 1

adres: ul. Nowowiejska 78

Szkoła Podstawowa nr 58

adres: ul. Składowa 2–4

Szkoła Podstawowa nr 78

adres: ul. Jedności Narodowej 195

Szkoła Podstawowa nr 91

adres: ul. Stefanii Sempołowskiej 54

Szkoła Podstawowa nr 93

adres: ul. Juliana Ursyna Niemcewicza 29–31

Szkoła Podstawowa nr 107

adres: ul. Bolesława Prusa 64

27

Stare Miasto

Gimnazjum nr 5

adres: ul. Iwana Pawłowa 15

Gimnazjum nr 14

adres: ul. Hugona Kołłątaja 1–6

Psie Pole

Szkoła Podstawowa nr 10

adres: ul. Inflancka 13

Szkoła Podstawowa nr 21

adres: ul. Osobowicka 127

Szkoła Podstawowa nr 39

adres: ul. Przedwiośnie 47

Szkoła Podstawowa nr 44

adres: ul. Wilanowska 31

Szkoła Podstawowa nr 50

adres: ul. Czeska 38

Szkoła Podstawowa nr 74

adres: ul. Kleczkowska 2

Szkoła Podstawowa nr 98

adres: ul. Sycowska 22A

Zespół Szkół nr 11

adres: ul. Strachocińska 155–157

7. Kluby seniora

We Wrocławiu kluby seniora działają przy radach osiedli, parafiach i organizacjach pozarządowych. Do klubów seniora najczęściej należą emeryci, renciści lub osoby w wieku 60+. Wielu z nich zadaje sobie trud cotygodniowego dojazdu do swojego klubu, nieraz w oddalonej części Wrocławia, żeby wciąż móc się rozwijać, uczestniczyć w wielu ciekawych zajęciach i nawiązywać kontakt z innymi seniorami.

Fabryczna

Klub Seniora przy Parafii Rzymskokatolickiej pw. św. Elżbiety

adres: ul. Grabiszyńska 103

numer telefonu: 71 785 93 38

spotkania klubu: czwartek 16.00

formy zajęć: spotkania integracyjne, rozmowy przy kawie i herbacie

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Gajowice

adres: ul. Lwowska 43

numer telefonu: 71 361 82 28, 71 361 18 49

spotkania klubu:

- wtorek: 15.00–17.00

- środa: 15.00–17.00

strona: www.gajowice.pl

formy zajęć: chór, wycieczki, wyjścia do kina, teatru i opery, prelekcje zdrowotne i edukacyjne

Stowarzyszenie pw. Matki Bożej Nieustającej Pomocy „Przyjaciele Seniorów”

adres: ul. Stalowa 64

numer telefonu: 608 783 608

spotkania klubu:

- wtorek: 11.00–13.00
- czwartek: 9.00–14.00

formy zajęć: gimnastyka, chór, zajęcia teatralne, ćwiczenia umysłu, spotkania z terapeutami, zajęcia dla osób z chorobą Alzheimera, grupa wsparcia dla rodzin opiekujących się osobami chorymi, starszymi i z chorobą Alzheimera „Poddasze”

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Powstańców Śląskich

adres: ul. Gajowicka 96a

numer telefonu: 600 651 457

strona internetowa: www.rada-osiedla.pl

spotkania klubu:

- poniedziałek od 17.00
- czwartek od 17.00

formy zajęć: prelekcje zdrowotne i edukacyjne

Klub Seniora „Ikar” przy Radzie Osiedla Gądów-Popowice Płd.

adres: ul. Lotnicza 22

numer telefonu: 723 500 105

spotkania klubu:

- środa: 16.30–20.00

formy zajęć: wycieczki jednodniowe, gra w ping-ponga, szachy, brydż, spotkanie przy kawie i herbacie, wycieczki rowerowe

Klub Seniora „Integracja” przy Parafii Rzymskokatolickiej pw. św. Maksymiliana M. Kolbego

adres: ul. Horbaczewskiego 20

numer telefonu: 502 765 302

spotkania klubu:

- wtorek 16.00–18.00

formy zajęć: wyjścia do różnych instytucji kulturalnych, wycieczki po mieście, zajęcia integracyjne; klub zrzesza seniorów niepełnosprawnych

Klub Seniora przy DK „Bakara”

adres: ul. Różana 4/6

numer telefonu: 71 363 24 55

spotkania klubu:

- poniedziałek od 17.00
- środa: 11.00–15.00

formy zajęć: chór, teatr, animacja kultury, choreoterapia, język angielski, zajęcia komputerowe

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Grabiszyn-Grabiszynek

adres: ul. Blacharska 12/1

numer telefonu: 71 339 10 84

spotkania klubu:

- czwartek: 14.00–16.00

strona: www.grabiszyngrabiszynek.pl

formy zajęć: chór, spotkania i rozmowy przy kawie i herbacie, prelekcje zdrowotne i edukacyjne, rękodzieło, wyjścia do kina i teatru

Klub Seniora przy Parafii Rzymskokatolickiej pw. Najświętszej Marii Panny Królowej Polski

adres: ul. Jerzmanowska 85

numer telefonu: 516 242 060

spotkania klubu:

- poniedziałki i środy od 18.30

formy zajęć: filmy, ćwiczenia ogólnorozwojowe, rękodzieło

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Kuźniki

adres: ul. Sarbinowska 19–21

numer telefonu: 71 781 45 42

spotkania klubu:

- poniedziałek, wtorek, czwartek, piątek: 16.00–20.00

strona: www.kuzniki.com

formy zajęć: brydż, gimnastyka, język angielski

Klub Seniora przy Spółdzielni Mieszkaniowej „Kozanów IV”

adres: ul. Modra 12

numer telefonu: 71 353 76 65

spotkania klubu:

- czwartek: 16.00–18.00

formy zajęć: rękodzieło, wyjścia do kin i teatrów, wycieczki, spotkania przy kawie i herbacie, wieczorki karciane

Klub Seniora przy Parafii Rzymskokatolickiej pw. Matki Bożej Różańcowej

adres: ul. Wielkopolska 3–5

numer telefonu: 605 789 603

spotkania klubu:

- środa: 18.45–20.00

formy zajęć: rozmowy przy kawie i herbacie, spotkania z ciekawymi gośćmi, organizacja przedstawień z młodzieżą, wyjazdy na grzyby

Klub Seniora przy Parafii Rzymskokatolickiej pw. św. Andrzeja Apostoła

adres: ul. Boguszkowska 84

numer telefonu: 609 998 200

spotkania klubu:

- wtorek: 17.30–18.00, czwartek: 15.00–18.00

formy zajęć: zajęcia muzyczne, zajęcia kulinarne, spotkania z ciekawymi gośćmi, gimnastyka

Klub Seniora Ludzi Aktywnych przy Parafii Rzymskokatolickiej pw. św. Jadwigi

adres: ul. Wolska 6

numer telefonu: 71 349 39 30

spotkania klubu:

- środa: 19.00

formy zajęć: kącik literacki, wycieczki, prelekcje zdrowotne i edukacyjne, wyjścia do kina, teatru i opery, kiermasze, warsztaty tematyczne, zajęcia sportowe

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Maślice

adres: ul. Suwalska 5

spotkania klubu:

- środa od 17.00

formy zajęć: gimnastyka, wycieczki, spotkania przy kawie i herbacie, szachy, brydż, rękodzieło

Klub Seniora „Muchoborki” przy Radzie Osiedla Muchobór Wielki

adres: ul. Stanisławowska 90, Przedszkole nr 22

numer telefonu: 790 875 797

strona: www.muchoborwielki.pl

spotkania klubu:

- poniedziałki i czwartki: 17.00–19.00

formy zajęć: rękodzieło, gry, wycieczki, bule, choreoterapia, gimnastyka, język angielski, wycieczki, grilowanie, zabawy na świeżym powietrzu

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Nowy Dwór

adres: ul. Zemska 38a

numer telefonu: 692 754 09

spotkania klubu:

- wtorek: 10.00–12.00 i 16.00–19.00
- czwartek: 16.00–19.00
- piątek: 16.00–20.00

strona: www.nowydwor-ro.pl

formy zajęć: nordic walking, spotkania towarzyskie, spotkania edukacyjne

Chór Seniora przy Centrum Kultury Wrocław-Zachód

adres: ul. Chociebuska 4–6

numer telefonu: 71 354 46 60

spotkania klubu:

- czwartek: 10.00–13.00

formy zajęć: chór

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Oporów

adres: ul. Wiejska 2/4

numer telefonu: 71 364 59 84

spotkania klubu:

- środa: 16.00–18.00

formy zajęć: gimnastyka, kurs komputerowy, nauka języka angielskiego, spotkania z ciekawymi ludźmi, wycieczki, wyjścia do kina

Klub Seniora przy Ośrodku Działań Społeczno-Kulturalnych „Piast”

adres: ul. Rękodzielnicza 1

numer telefonu: 71 353 68 23

spotkania klubu:

- środa: 11.00–14.00

formy zajęć: gimnastyka, tai-chi, wieczorki taneczne, rękodzieło, wieczorki poetyckie, wycieczki

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Pracze Odrzańskie

adres: ul. Stabłowska 141

numer telefonu: 71 354 27 37

spotkania klubu:

- czwartek: 15.00–18.00

formy zajęć: spotkania ze specjalistami z różnych dziedzin, rękodzieło, wieczorki poetyckie i taneczne

Klub Seniora „Magnolia” działający przy Stowarzyszeniu „Przyjazne Osiedle” Nowy Dwór

adres: ul. Wojrowicka 58, budynek Liceum Ogólnokształcącego nr 15

numer telefonu: 71 357 16 34

spotkania klubu:

- poniedziałek – piątek 16.00–19.00

formy zajęć: choreoterapia, tenis stołowy, chór, edukacja zdrowotna, gry planszowe, basen, ćwiczenia rehabilitacyjne, brydż, szachy, wyjścia do kina, wycieczki

Psie Pole

Stowarzyszenie Społeczno-Kulturalne „Polanka”, Klub Seniora „Polanka”

adres: ul. Żmigrodzka 56 (wejście od ul. Bałtyckiej)

numer telefonu: 71 352 44 30

spotkania klubu:

- poniedziałek i piątek: 14.00–20.00

formy zajęć: tenis, gimnastyka, brydż, warsztaty fotograficzne, komputerowe, językowe

Klub Seniora przy Stowarzyszeniu „Życ Inaczej”

adres: ul. Kamieńskiego 10b

numer telefonu: 71 327 66 64

spotkania klubu:

- poniedziałek, środa, czwartek 8.00–12.00

strona: www.zycinaczej.org.pl

formy zajęć: zajęcia plastyczne, muzyczne, spotkania z kombatantami

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Kowale

adres: ul. Kowalska 79

numer telefonu: 71 345 68 49

spotkania klubu:

- poniedziałek: 15.00–17.00
- wtorek: 11.00–12.00
- czwartek: 15.00–16.00

formy zajęć: gimnastyka, kinezyjologia, wyjścia do kina i teatru, wycieczki, rękodzieło

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Lipa Piotrowska

adres: ul. Tymiankowa 3

numer telefonu: 504 651 337

spotkania klubu:

- poniedziałek, wtorek, środa: 17.00–20.00

formy zajęć: wyjścia do kina, teatru, wycieczki, basen, nordic walking, rękodzieło

Klub Seniora przy Parafii Rzymskokatolickiej pw. św. św. Jakuba i Krzysztofa „Złoty Jesienny Liść”

adres: ul. B. Krzywoustego 291

numer telefonu: 609 061 355

spotkania klubu:

- czwartek: 10.00–12.00
- sobota i niedziela: 16.00–18.00

formy zajęć: wycieczki, gimnastyka, nordic walking, chór, rękodzieło, wyjścia do kina i teatru, współpraca ze świetlicą parafialną, wyjazdy integracyjne

Klub Seniora przy Parafii Rzymskokatolickiej pw. św. Kazimierza

adres: ul. Litewska 1

numer telefonu: 504 751 656

spotkania klubu: czwartek od 16.00

formy zajęć: spotkania integracyjne, prelekcje zdrowotne i edukacyjne, zajęcia tematyczne

Klub Seniora „Grodzisko”

adres: Sołtysowicka 51

numer telefonu: 608 601 208

spotkania klubu:

- poniedziałki i czwartki od 18.00

formy zajęć: ćwiczenia rehabilitacyjne, wyjścia do kina i teatru

Klub Aktywnych Kobiet przy Radzie Osiedla Swojczyce-Strachocin-Wojnów

adres: ul. Swojczycka 118

numer telefonu: 693 292 244

spotkania klubu:

- poniedziałek od 11.00
- wtorek 10.00 i 18.00
- środa 16.30 i 17.30
- piątek 17.00 i 18.00

strona: www.swojczyce.pl

formy zajęć: warsztaty komputerowe i fotograficzne, język angielski i niemiecki, zajęcia prozdrowotne, wyjścia do kina, opery i teatru, wycieczki

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Świniary

adres: ul. Pęgowska 14

numer telefonu: 71 346 21 79

spotkania klubu:

- poniedziałki i czwartki: 18.00–22.00

strona: www.seniorzy.blogspot.com

formy zajęć: rękodzieło, nordic walking, wycieczki, zajęcia kulinarne

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Polanowice-Poświętne-Ligota

adres: ul. Kamińskiego 256

numer telefonu: 604 308 474

spotkania klubu:

- poniedziałki, środy i piątki: 18.00–20.00

formy zajęć: zajęcia komputerowe, gimnastyka, rozmowy przy kawie i herbacie, biblioteka, wyjścia do kina i teatru

Klub Seniora „Marysienka” przy parafii pw. św. Jana Apostoła

adres: ul. Królewska 30

numer telefonu: 783 337 068

spotkania klubu:

- wtorek od 17.00
- czwartek od 17.00

formy zajęć: rękodzieło, wycieczki, wyjścia do kina teatru i opery, gimnastyka, nordic walking

Stare Miasto

Akademia Złotego Wieku

adres: ul. A. Zelwerowicza 16/18, lokal 3

numer telefonu: 71 341 71 43, 71 343 47 29

spotkania klubu:

- piątek 14.00–17.00

formy zajęć: poradnictwo, grupa wsparcia, spotkania środowiskowe, spotkania tematyczne, porady prawne, rzecznictwo interesów, szkolenia finansowe

Klub Seniora przy Unii Ewangelikalnej w Rzeczypospolitej Polskiej

Akademia Trzeciego Wieku

adres: ul. św. Jadwigi 12

numer telefonu: 71 346 99 11, 791 270 216

spotkania klubu:

- piątek od 16.00 co drugi tydzień

formy zajęć: wykłady, dyskusje, prezentacje, wycieczki, nauka języka niemieckiego

Klub Aktywnego Seniora przy Stowarzyszeniu Promocji Sportu „Fan”

adres: ul. Ignuta 115

numer telefonu: 508 918 428

strona: www.fan.org.pl

spotkania klubu: ruchomo

formy zajęć: wyjścia kulturalne, kursy komputerowe, basen, nauka tańca, gimnastyka

Klub Seniora przy Parafii Rzymskokatolickiej pw. św. św. Stanisława, Doroty i Wacława

adres: pl. Wolności 3

numer telefonu: 691 226 106

spotkania klubu:

- poniedziałki: 16.00–18.00

formy zajęć: spotkania towarzyskie

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Stare Miasto

adres: ul. Białoskórnicza 17/18, spotkania przy ul. Obornickiej (wejście od zajezdni autobusowej MPK)

numer telefonu: 604 190 863

spotkania klubu:

- środa: 12.00–13.30

formy zajęć: robótki ręczne, spotkania edukacyjne, wycieczki

Klub Seniora przy Stowarzyszeniu Greków w Polsce „Odysseas”

adres: ul. Rуска 46a

numer telefonu: 71 354 23 72

spotkania klubu:

- środa: 10.30–13.00

formy zajęć: rozmowy po grecku przy kawie i herbacie

Klub Seniora im. Grota Roweckiego Światowy Związek Żołnierzy Armii Krajowej Zarząd Okręgu Dolnośląskiego

adres: pl. Solny 14a/5

numer telefonu: 71 344 61 61

spotkania klubu:

- drugi wtorek miesiąca od 11.00
- czwarty czwartek miesiąca od 11.00

formy zajęć: odczyty, spotkania kombatantów, rozmowy, wspomnienia żołnierzy

Klub Seniora „Pogodny Senior” przy Parafii Rzymskokatolickiej pw. Chrystusa Króla

adres: ul. Zachodnia 2

numer telefonu: 71 355 37 97

spotkania klubu:

- wtorek: 10.00–12.00

formy zajęć: spotkania towarzyskie, śpiewy, gimnastyka, prelekcje, spotkania edukacyjne, wyjścia do kin i teatrów, na wystawy, spacer

Śródmieście

Klub Seniora przy Fundacji „Sancta Familia” we Wrocławiu

adres: ul. Monte Cassino 68

numer telefonu: 791 726 848, 71 348 29 46

spotkania klubu:

- poniedziałek i piątek 10.00–12.00

formy zajęć: wycieczki, wyjścia do kin, muzeów, spotkania edukacyjne, rękodzieło

Klub Złotego Wieku przy Ośrodku Działań Twórczych „Światowid”

adres: ul. Sempołowskiej 54a

numer telefonu: 71 348 30 10, 71 348 30 19

spotkania klubu:

- czwartek: 16.00–19.00

strona: www.swiatowid.net.pl

formy zajęć: koncerty, spotkania towarzyskie, tańce

Klub Seniora przy Polskim Komitecie Pomocy Społecznej

adres: ul. Dubois 11/13

numer telefonu: 71 328 70 73

spotkania klubu: codziennie

formy zajęć: zajęcia plastyczne, rękodzieło, zajęcia kabaretowe, brydż, wieczorki taneczne, chór

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Nadodrze

adres: ul. Niemcewicza 27

numer telefonu: 71 796 52 21

spotkania klubu:

- wtorek, środa, czwartek, piątek od 17.00

strona: www.echonadodrza.zafriko.pl

formy zajęć: siłownia, grotła solna, spotkania edukacyjne, spotkania z konsultantem farmaceutycznym, wyjścia na mecze, wieczorki taneczne, gry planszowe, spotkania z ciekawymi ludźmi, kurs komputerowy, chór

37 **Klub Seniora Dolnośląskiej Izby Aptekarskiej**

adres: ul. Matejki 6

numer telefonu: 71 338 17 40, 71 321 32 77

spotkania klubu:

- ostatni wtorek miesiąca: 12.00–14.00

formy zajęć: prelekcje edukacyjne i zdrowotne, spotkania integracyjne, wyjścia do kina i teatru

Klub Seniora „Senior Potrafi” Stowarzyszenia Pomocy „Larum”

adres: ul. Piastowska 26c

numer telefonu: 600 757 603

spotkania klubu:

- sobota: 15.00–17.00 (co dwa tygodnie)

formy zajęć: gimnastyka, prelekcje zdrowotne, edukacyjne, rozmowy przy kawie i herbacie, spacer

Polski Związek Niewidomych Regionalny Klub Niewidomych Niedosłyszących

adres: ul. Grunwaldzka 12b

numer telefonu: 609 771 271, 71 348 40 03

spotkania klubu:

- pierwszy wtorek miesiąca: 10.00–12.00

formy zajęć: wyjazdy, turnusy rehabilitacyjne, spotkania edukacyjne

Stowarzyszenie Ludzi Wieku Senioralnego

adres: ul. Benedyktyńska 12

numer telefonu: 502 705 161

spotkania klubu:

- czwartek od 16.00

formy zajęć: zajęcia muzyczne, gimnastyka

Krzyki

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Brochów

adres: ul. Koreańska 1

numer telefonu: 509 674 929

spotkania klubu:

- wtorek 15.30–18.00

formy zajęć: wycieczki, wyjścia do kin i teatru, spotkania towarzyskie, prelekcje edukacyjne

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Klecina

adres: ul. Wałbrzyska 26

numer telefonu: 880 333 367

spotkania klubu:

- poniedziałek: 10.00–11.00

formy zajęć: wyjścia kina teatru, opery, wycieczki, spotkania edukacyjne

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Księżę

adres: ul. Głębczycka 3

numer telefonu: 693 469 569

spotkania klubu:

- czwartki 17.00–19.00

strona: www.radaksieze.pl

formy zajęć: rękodzieło, wyjścia do kina, teatru, opery i filharmonii, spotkania z pisarzami i poezją, nordic walking, wycieczki

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Ołtaszyn

adres: ul. Galczyńskiego 8

numer telefonu: 71 368 11 57

strona internetowa: www.oltaszyn.pl

spotkania klubu: pierwszy i czwarty czwartek miesiąca od 17.00

formy zajęć: wyjścia do kina i teatru, prelekcje, wycieczki, nordic walking, zajęcia plastyczne, rękodzieło, język angielski, kinezyjologia, gimnastyka rehabilitacyjna, kurs komputerowy, wycieczki rowerowe

Klub Seniora „Pod dzwonnica” przy Parafii Rzymskokatolickiej pw. Ducha Świętego

adres: ul. Bardzka 2/4

numer telefonu: 71 311 73 58

spotkania klubu:

- poniedziałek od 15.00
- środa od 15.00

formy zajęć: spotkania edukacyjne, zdrowotne, chór, wycieczki, wyjścia do kina, opery, teatru, gimnastyka umysłu

Klub Seniora przy Radzie Osiedla Wojszyce

adres: ul. Przystankowa 32

numer telefonu: 507 475 858

spotkania klubu:

- poniedziałek od 16.15
- wtorek od 10.00
- czwartek od 18.00

formy zajęć: kurs komputerowy, gimnastyka, kinezylogia, nordic walking, język angielski i niemiecki, spotkania prozdrowotne, prelekcje edukacyjne, wycieczki, wyjścia do kina, teatru, opery

8. Opiekunowie dzienni

39

Zgodnie z Ustawą z dnia 4 lutego 2011 r. o opiece nad dziećmi w wieku do lat 3 (Dz.U. Nr 45, poz. 235 z późn. zm.) istnieje możliwość powierzenia dziecka dziennemu opiekunowi. Jest to alternatywa dla stacjonarnych form opieki nad dzieckiem, dająca rodzicom gwarancję indywidualnego podejścia do dziecka w warunkach domowych.

Obecnie Centrum Integracji Społecznej realizuje dwa projekty dotyczące opieki nad dziećmi w wieku do lat 3: „Wdrożenie programu opieki dziennej nad dziećmi w wieku do lat 3 na terenie Gminy Wrocław” oraz „Dzienny opiekun – domowy system opieki”.

Do zadań dziennego opiekuna należy w szczególności:

- zapewnienie dziecku opieki w warunkach bytowych zbliżonych do warunków domowych (opieka nad dziećmi realizowana jest w mieszkaniu/lokalu dziennego opiekuna);
- zagwarantowanie dziecku właściwej opieki pielęgnacyjnej oraz edukacyjnej, z uwzględnieniem indywidualnych potrzeb dziecka;
- prowadzenie zajęć opiekuńczo-wychowawczych i edukacyjnych, uwzględniających rozwój psychomotoryczny dziecka.

Zgodnie z art. 38 ustawy dzienny opiekun sprawuje opiekę nad maksymalnie

pięciorciem dzieci, w przypadku gdy w grupie znajduje się dziecko, które nie ukończyło pierwszego roku życia, jest niepełnosparwne lub wymaga szczególnej opieki, maksymalnie nad trojgiem dzieci.

Projekt „Wdrożenie programu opieki dziennej nad dziećmi w wieku do lat 3 na terenie Gminy Wrocław”:

Realizacja projektu przewidziana jest na okres 1.05.2012 r. – 31.07.2014 r.

W ramach projektu powstały punkty dziennej opieki w następujących lokalizacjach:

- ul. Litewska – dzienny opiekun p. J. Lech
- ul. Przemyska – dzienny opiekun p. I. Twarda
- ul. Kasztelańska – dzienny opiekun p. I. Bąk
- ul. Stawowa – dzienny opiekun p. A. Grzybowska
- ul. Żelazna – dzienny opiekun p. K. Mączyńska
- ul. Konopnickiej – dzienny opiekun p. A. Bojeś
- ul. Złotoryjska – dzienny opiekun p. J. Bzdyk
- ul. Rezedowa – dzienny opiekun p. A. Szewczyk
- ul. Zegadłowicza – dzienny opiekun p. K. Michno

Więcej informacji na stronie: www.opiekun.cis.wroclaw.pl

Projekt „Dzienny opiekun – domowy system opieki”:

Realizacja projektu przewidziana jest na okres 1.08.2013 r. – 31.12.2014 r. W ramach projektu powstały punkty dziennej opieki w następujących lokalizacjach:

- ul. Daktylowa – dzienny opiekun p. M. Zentkowska
- ul. Majakowskiego – dzienny opiekun p. M. Fikus
- ul. Pałucka – dzienny opiekun p. A. Leszczyńska
- ul. Kielczowska – dzienny opiekun p. K. Walecka
- ul. Głogowska – dzienny opiekun p. A. Szczęch

Więcej informacji na stronie: www.opiekun2.cis.wroclaw.pl

9. Programy prorodzinne Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej

9.1 Program pomocy dla rodzin wielodzietnych „Dwa plus trzy i jeszcze więcej”

Program ma na celu promowanie modelu rodziny z dziećmi i pozytywnego wizerunku rodziny wielodzietnej, umocnienie i wspieranie jej funkcji, poprawę warunków życia i wzmocnienie kondycji oraz zwiększenie szans rozwojowych dzieci i młodzieży z rodzin wielodzietnych. Skierowany jest do rodzin zamieszkałych we Wrocławiu, w tym także rodzinnych domów dziecka oraz rodzin zastępczych, mających na utrzymaniu co najmniej troje dzieci w wieku do 18 lub 24 lat (w przypadku kontynuacji przez nie nauki).

Centrum Pracy Socjalnej i Rodziny

adres: ul. Dąbrowskiego 11/2

numer telefonu: 71 782 35 95; 71 782 35 94

e-mail: wieslawa.gdeczyk@mops.wroclaw.pl

otwarte: poniedziałek, środa, czwartek i piątek, 7.30–15.30, wtorek 10.00–15.30

strona: www.mops.wroclaw.pl

9.2 Program wsparcia rodzin

Projekt skierowany jest do rodzin z dziećmi mających trudności w wypełnianiu funkcji opiekuńczo-wychowawczych w celu wspierania i wzmocnienia roli i funkcji rodziny. Konsultanci psycholodzy i pedagodzy w czasie dyżurów w siedzibach Zespołów Terenowej Pracy Socjalnej świadczą bezpłatnie: poradnictwo indywidualne, rodzinne, w sprawach wychowawczych. W ramach programu cyklicznie odbywają się warsztaty edukacyjne dla rodziców.

Centrum Pracy Socjalnej i Rodziny

adres: ul. Podwale 75 (oficyna)

numer telefonu: 71 782 35 90

e-mail: katarzyna.janas@mops.wroclaw.pl

otwarte: poniedziałek – piątek 7.30–15.30

strona: www.mops.wroclaw.pl

9.3 Asystenci rodzinni

Asystent rodziny to osoba udzielająca wsparcia i pomocy rodzinom przeżywającym trudności w realizacji funkcji opiekuńczo-wychowawczych. Praca asystenta rodziny prowadzona jest za zgodą i przy aktywnym udziale rodziny.

Centrum Pracy Socjalnej i Rodziny

adres: ul. Podwale 75 (oficyna)

numer telefonu: 71 782 35 90

e-mail: katarzyna.janas@mops.wroclaw.pl

otwarte: poniedziałek – piątek 7.30–15.30

strona: www.mops.wroclaw.pl

Dyżur asystentów:

adres: ul. Oficerska 9A, pok. 23

numer telefonu: 71 782 24 36

dni i godziny dyżuru: wtorek, czwartek, piątek 7.30–10.00, środa 13.00–15.30

9.4 Pomoc dla ofiar przemocy

Ośrodek Interwencji Kryzysowej przy Nadodrzańskim Centrum Wsparcia

adres: ul. Rydygiera 45a

numer telefonu: 71 796 40 85

e-mail: stop.przemocy@mops.wroc.pl

otwarte: całodobowo

strona: www.mops.wroclaw.pl

Ośrodek Interwencji Kryzysowej udziela pomocy w formie:

- konsultacji interwencyjnych,
- wsparcia specjalistycznego (psychologicznego, pedagogicznego, zawodowego, prawnego),
- wsparcia socjalnego,
- schronienia,
- terapii indywidualnej i grupowej,
- grup wsparcia,
- grup samopomocowych.

9.5 Pomoc dla rodzin zastępczych

Każda rodzina zastępcza może ubiegać się o przyznanie świadczenia na pokrycie kosztów utrzymania umieszczonego w niej dziecka w wysokości określonej w Ustawie z dnia 9 czerwca 2011 r. o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej (Dz.U. Nr 149, poz. 135 z późn. zm.). Pomoc pieniężna może zostać również przyznana pełnoletnim wychowankom rodzin zastępczych i rodzinnych domów dziecka, jeśli spełniają oni warunki określone w ustawie. Rodziny zastępcze oraz pełnoletni wychowankowie rodzinnych form pieczy zastępczej mogą też korzystać z bezpłatnej specjalistycznej pomocy w ramach poradnictwa pedagogicznego, psychologicznego i prawnego.

Zespół Koordynacji i Monitoringu Rodzinnej Pieczy Zastępczej

adres: ul. Młodych Techników 58

numer telefonu: 71 782 22 366

strona: www.mops.wroclaw.pl

Sekcja Świadczeń Rodzinnej Pieczy Zastępczej

adres: ul. Strzegomska 6

numer telefonu: 71 782 22 372

strona: www.mops.wroclaw.pl

Więcej informacji na temat form wsparcia można uzyskać w Zespołach Terenowej Pracy Socjalnej MOPS, a w przypadku osób pełniących funkcję rodzin zastępczych i prowadzących rodzinne domy dziecka także w Dziale Rodzinnej Pieczy Zastępczej MOPS.

10. Usługi opiekuńcze

Usługi opiekuńcze są przyznawane osobom samotnym, które z powodu wieku, choroby lub innych przyczyn wymagają pomocy ze strony innych osób. Wyjątkowo mogą być przyznane osobom wymagającym pomocy, którym rodzina i bliscy nie mogą takiej pomocy zapewnić.

Podstawowe usługi opiekuńcze obejmują pomoc w zaspokojeniu codziennych potrzeb życiowych (np. przygotowanie posiłku, zrobienie zakupów), opiekę higieniczną, zaleconą przez lekarza pielęgnację oraz zapewnienie kontaktów z otoczeniem. Specjalistyczne usługi opiekuńcze są dostosowane do szczególnych potrzeb wynikających z rodzaju schorzenia lub niepełnosprawności i świadczone przez osoby ze specjalistycznym przygotowaniem np. psychologa, logopedy.

Miejskie Centrum Usług Socjalnych we Wrocławiu

adres: ul. Mączna 3

e-mail: mcus@mcus.pl

numer telefonu: 71 363 44 55

strona: www.mcus.pl

11. Wsparcie rodzin w opiece nad osobami chorymi (dzieci i osoby dorosłe)

Program promocji zdrowia oraz wsparcia rodziny/opiekunów w opiece nad dziećmi nieuleczalnie chorymi, przebywającymi w środowisku domowym we Wrocławiu. Celem zadania jest poprawa jakości życia nieuleczalnie chorych dzieci poprzez działania korzystnie wpływające na zdrowie, wykonywane w ich środowisku domowym.

Fundacja Wrocławskie Hospicjum dla Dzieci

adres: ul. Jedności Narodowej 47/47a/49a

numer telefonu: 665 614 145

Promocja zdrowia u osób przewlekle, nieuleczalnie, somatycznie i psychicznie chorych przebywających w środowisku domowym oraz wsparcie ich rodzin/opiekunów. Celem programu jest pomoc choremu, jego rodzinie/opiekunom w zorganizowaniu opieki, pozwalającej na jak najdłuższe pozostanie chorego w domu. Podniesienie poziomu wiedzy i umiejętności chorego, jego rodziny/opiekunów w zakresie samoopieki i samopielegnacji, kształcenie właściwych postaw prozdrowotnych poprzez edukację chorego i jego rodziny/opiekunów.

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

adres: ul. Wysoka 4

numer telefonu: 661 286 396, 605 447 232, 71 322 06 81

e-mail: ekumeniczna@op.pl

strona: www.eso.wroclaw.pl

Wsparcie opieki hospicyjnej oraz zagospodarowanie wolnego czasu nieuleczalnie chorych, przebywających w stacjonarnym Hospicjum dla Dorosłych we Wrocławiu. Celem zadania jest poprawa jakości życia chorych w okresie choroby poprzez zapewnienie dodatkowej holistycznej całodobowej opieki oraz wsparcie rodzin i opiekunów w czasie trwania choroby i po stracie osoby bliskiej.

Hospicjum Konwentu oo. Bonifratrów

adres: ul. Poświęcka 8a

numer telefonu: 71 352 84 00

12. Program wsparcia środowiskowego dla osób z doświadczeniem choroby psychicznej oraz ich rodzin/opiekunów

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. Wszystkich Świętych 2

numer telefonu: 71 335 29 69

Inne działania na rzecz osób z doświadczeniem choroby psychicznej

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

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

adres: ul. Podwale 13

numer telefonu: 71 335 63 61 lub 71 355 65 18

Fundacja „Opieka i Troska”

adres: ul. Kielczowska 43, bud. 6

numer telefonu: 71 794 78 91

e-mail: opiekaitroska@kn.pl

strona: www.opiekaitroska.kn.pl

Fundacja prowadzi zajęcia dla osób z problemami zdrowia psychicznego, w tym:

- warsztaty samopomocy dla kobiet w depresji – w ramach spotkań prowadzone są zajęcia jogi/relaksacji, z doradcą zawodowym, konsultacje psychologiczne oraz grupa wsparcia, które są jednocześnie terapią umożliwiającą kobietom stopniowe włączanie się w życie społeczne i zawodowe;
- Klub Aktywizacji Społecznej i Zawodowej – prowadzony jest dla osób po kryzysie psychicznym, niewymagających wsparcia całodobowego bądź dziennego, ale przyjaznej przestrzeni, którą sami mogą tworzyć, oferta klubu skierowana jest do osób dorosłych, uczących się, pracujących bądź poszukujących pracy lub innych dodatkowych zajęć;

W ramach popołudniowych zajęć prowadzone są:

- treningi i warsztaty z psychologiem,
- warsztaty artystyczne,
- spotkania ze specjalistami,
- indywidualne konsultacje psychologiczne,
- nauka języka angielskiego,
- pracownia komputerowa.

Stowarzyszenie na rzecz Promocji Zdrowia „Curatus”

adres: ul. Kleczkowska 5 (oficyna)

numer telefonu: 71 329 09 19, 605 202 005

e-mail: curatus @o2.pl

Stowarzyszenie prowadzi:

- klubową grupę spotkaniową – zajęcia mają charakter otwarty; w czasie spotkań grupy przewidziana jest godzina klubowych zajęć tematycznych: zajęcia informa-

- tyczne, nauka podstaw j. angielskiego, spotkanie z zaproszonym gościem;
- grupę wsparcia z psychoedukacją – w ramach spotkań prowadzone są: trening funkcji poznawczych, warsztaty z rękodzieła użytkowego i artystycznego oraz zajęcia z psychoedukacji;
 - klub środowiskowy dla dzieci i młodzieży z ofertą zajęć kulturalnych i rozwoju osobistego; zajęcia odbywają się w godzinach: 16.00–19.00.

Dolnośląskie Stowarzyszenie Aktywnej Rehabilitacji „ART”

adres: ul. Grabiszyńska 89

numer telefonu: 71 784 57 37, 609 887 642

e-mail: dolsar_art.@interia.pl

strona: www.dolsarart.org.pl

Stowarzyszenie jest organizacją samopomocową skupiającą osoby chore na schizofrenię, zaburzenie afektywne dwubiegunowe, depresję endogenną oraz ich rodziny, przyjaciół, specjalistów (terapeutów, psychologów), wolontariuszy. Członkowie Stowarzyszenia tworzą społeczność terapeutyczną. Osoby zdrowe i chore działają na równych prawach. Głównym celem DolSAR „ART” jest szeroko pojęta rehabilitacja osób po kryzysie psychicznym. Stowarzyszenie wspiera i propaguje działania służące zdrowiu psychicznemu oraz przeciwdziałające wykluczeniu społecznemu osób z doświadczeniem choroby psychicznej.

Głównymi obszarami działalności DolSAR „ART” są:

- Pracownia Rehabilitacyjno-Plastyczna „Salon Art”
Użytkownicy Salonu spotykają się i mogą korzystać bezpłatnie z następujących zajęć: choreoterapii, zajęć plastycznych, arteterapii, spotkań z muzyką klasyczną, nauki obsługi komputera, nauki języka angielskiego, kina filmów terapeutycznych, a także z zajęć Integracyjnej Grupy Psychoedukacyjnej i Grupy Młodzieżowej oraz innych. Można również umówić się na konsultację indywidualną lub rodzinną z terapeutą lub psychologiem.
Pracownia czynna jest poniedziałku do piątku, w godz. 14.00–20.00, w soboty w godz. 12.00–20.00.
Grupy wsparcia spotykają się w Pracowni „Małe Ciche” przy ul. Powstańców Śląskich 109, w poniedziałki w godz. 17.00–18.00 (co dwa tygodnie) oraz we wtorki w godz. 16.15–17.15 (co dwa tygodnie).
- Teatr Integracyjny „Euforion” – działa od 1995 r., w swoim repertuarze ma 14 spektakli opartych na prozie i poezji polskiej oraz światowej. W teatrze występują osoby z doświadczeniem choroby psychicznej oraz studenci wrocławskich uczelni. Teatr prowadzi systematyczne próby-warsztaty w sezonie teatralnym (wrzesień–czerwiec) oraz naboru chętnych do występów na scenie i organizacji przedstawień. Spektakle odbywają się w Akademii Muzycznej we Wrocławiu oraz podczas imprez artystycznych w całej Polsce (m.in.: Lublin, Łódź, Kraków, Zielona Góra), a także za granicą (Kijów, Brześć, Lwów).

- Warsztaty Turystyczno-Edukacyjne „Razem łatwiej”

Warsztaty organizowane są systematycznie w turystycznie atrakcyjnych miejscach w Polsce, m.in.: Sobótka, Pasterka, Wielka Sowa, Międzygórze, Karpacz, Krosno, Rudawy.

Stowarzyszenie współpracuje z Urzędem Miejskim Wrocławia, Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej, Dolnośląskim Urzędem Wojewódzkim, Polskim Towarzystwem Psychologicznym, Dolnośląskim Centrum Zdrowia Psychicznego, Kliniką Psychiatrii UM we Wrocławiu, wrocławskimi uczelniami (np. Akademią Muzyczną we Wrocławiu, Uniwersytecie Wrocławskim, Szkołą Wyższą Psychologii Społecznej) oraz innymi placówkami.

Stowarzyszenie Grupa Wsparcia dla Osób z Problemami Pamięci „Niezapominajka”

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

numer telefonu: 506 162 519

otwarte: poniedziałek – środa 16.00–18.00

Stowarzyszenie prowadzi działania w zakresie:

- wspierania chorych z chorobą Alzheimera i Parkinsona oraz ich rodzin,
- aktywizacji osób z zaburzeniami pamięci,
- rehabilitacji społecznej,
- edukacji opiekunów osób chorych.

Zajęcia odbywają się od poniedziałku do środy w godz. 10.00–14.15.

- 47 Stowarzyszenie prowadzi również działalność informacyjno-edukacyjną dla rodzin i opiekunów. Bezpłatne porady indywidualne i telefonicznie udzielane są nie tylko opiekunom osób biorących udział w zajęciach, ale również osobom z zewnątrz.

Fundacja „Pozytywka”

adres: ul. Gajowicka 164/1

numer telefonu: 71 338 30 03, 71 361 04 77

e-mail: biuro@fundacjapozytywka.org.pl

strona: www.fundacjapozytywka.org.pl

Program pn. „Aktywnie i Zdrowo” realizowany jest 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,
- warsztaty rozwojowe dla wszystkich,
- badanie pamięci (obowiązuje wcześniejsza rejestracja telefoniczna: 71 338 30 03)
- konsultacje psychiatry, psychologa, neurologopedy (obowiązuje wcześniejsza rejestracja telefoniczna: 71 338 30 03).

Fundacja „Dolnośląskie Centrum Psychoonkologii i Rehabilitacji”

adres: ul. Piłsudskiego 34A

numer telefonu: 510 395 555

Fundacja realizuje założenia ogólnopolskiego projektu „Akademia Walki z Rakiem”. Celem działania jest wieloaspektowe wsparcie osób, u których zdiagnozowano chorobę nowotworową. Fundacja wspiera także rodziny i opiekunów osób chorych onkologicznie.

Fundacja prowadzi:

- Klub Pacjenta „Akademii Walki z Rakiem”,
- grupę wsparcia dla nowych pacjentów,
- konsultacje indywidualne z psychologiem lub terapeutą,
- zajęcia ruchowo-usprawniające z elementami relaksacji,
- poradnictwo dietetyczne – wykłady dla chorych i ich rodzin,
- warsztaty z wizażu.

Fundacja „Dobrze że Jesteś”

numer telefonu: 793 500 222, 791 575 553

e-mail: fundacja@dobrzezejestes.pl

strona: www.dobrzezejestes.pl

Fundacja prowadzi projekt pn. „Wolontariusze we wrocławskich szpitalach wsparciem dla osób w kryzysie”. Wolontariusze obejmują opieką pacjentów następujących placówek medycznych:

1. Kliniki Hematologii, Nowotworów Krwi i Transplantacji Szpiku Kostnego SPSK nr 1, ul. Wybrzeże Pasteura 4: Oddział Hematologii, „Przyjazna Poczekalnia”.
2. Dolnośląskiego Centrum Onkologii, pl. Hirszfelda 12: Oddział Onkologii Klinicznej/Chemioterapii, Oddział Ginekologii Onkologicznej oraz Oddział Radioterapii Ginekologicznej I, Oddział Radioterapii Ogólnej II.

Fundacja zapewnia wsparcie psychologiczne pacjentom z oddziałów onkologicznych i hematologicznych oraz pomoc w zakresie opieki. Fundacja prowadzi „Przyjazną Poczekalnię”, w której przebywają pacjenci oczekujący na wizytę u specjalistów.

Dolnośląskie Stowarzyszenie na rzecz Autyzmu

adres: ul. Lelewela 13/6,

numer telefonu: 71 342 72 08

e-mail: autyzm7@o2.pl

strona: www.autyzm.wroclaw.pl

Stowarzyszenie prowadzi Klub Aktywności dla młodzieży i osób dorosłych z autyzmem „Po drodze”. Zajęcia w klubie prowadzone są przez pedagogów-animatorów w ramach grup dobieranych pod względem funkcjonowania osób uczestniczących:

- grupa edukacyjno-korekcyjna (dla osób niżej funkcjonujących),
- grupa aktywności (dla osób średnio funkcjonujących),
- 2 grupy wsparcia – integracyjne (dla osób wyżej funkcjonujących).

Stowarzyszenie Chorych na Schizofrenię i Inne Choroby Psychiczne, Ich Rodzin i Osób z Nimi Sympatyzujących „Otwarty Krąg”

adres: Wybrzeże Korzeniowskiego 18

numer telefonu: 71 776 62 12

strona: www.rozpoznani.org

W ramach działań statutowych organizacja zapewnia pomoc osobom z doświadczeniem choroby psychicznej poprzez prowadzenie grup wsparcia:

- Grupa wsparcia dla osób z doświadczeniem choroby psychicznej.
Uczestnictwo w grupie daje możliwość wymiany doświadczeń, uzyskiwania wsparcia od terapeutów oraz innych uczestników.
Informacje oraz zapisy: tel. 691 585 775, 664 996 353.
- Grupa terapeutyczno-rozwojowa dla osób z doświadczeniem choroby psychicznej w wieku 18–35 lat.
Uczestnicy grupy zapoznają się z chorobami psychicznymi i zaburzeniami psychicznymi oraz sposobami radzenia sobie w różnych fazach choroby i jej leczeniu.
Informacje oraz zapisy: tel. 693 057 286.
- Warsztaty z zakresu umiejętności społecznych i interpersonalnych.
Informacje oraz zapisy: tel. 509 273 332.
- Grupa wsparcia z elementami psychoedukacji dla członków rodzin oraz bliskich osób z doświadczeniem choroby psychicznej.
Ma na celu wsparcie psychologiczne oraz poszerzenie wiedzy na temat aspektów niepełnosprawności (choroby psychicznej).
Informacje oraz zapisy: tel. 698-664-864.
- Konsultacje indywidualne z psychoterapeutą.
Dla osób z doświadczeniem choroby psychicznej, ich rodzin i bliskich.
Informacje oraz zapisy: tel. 664 996 353.

Fundacja Polski Instytut Otwartego Dialogu

adres: ul. Elementarzowa 17

numer telefonu: 504 693 154

e-mail: sekretariat@otwartydialog.pl

strona: www.otwartydialog.pl

Organizacja realizuje program pn. „Ekspert poprzez doświadczenie”, który obejmuje cykl warsztatów dla osób z doświadczeniem choroby psychicznej.

Poprzez udział w warsztatach osoby z doświadczeniem choroby psychicznej:

- kształtują postawy i zachowania wzmacniające zdrowie psychiczne,
- wzmacniają motywację do aktywnego udziału w procesie leczenia,
- rozwijają umiejętności interpersonalne i społeczne,
- poznają siebie i swoje możliwości radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu,
- zdobywają przygotowanie do pełnienia roli osoby towarzyszącej innym pacjentom w procesie zdrowienia.

Fundacja prowadzi również spotkania pn. „Rozmawiajmy o zdrowieniu” dla osób z doświadczeniem choroby psychicznej, ich rodzin i opiekunów, specjalistów oraz wszystkich zainteresowanych tematyką zdrowia psychicznego.

Fundacja Dr Clown

adres: ul. Jagiellońska 58/128a, Warszawa

numer telefonu: 22 854 05 01, 694 412 478

strona: www.drclown.pl

Organizacja prowadzi projekt pn. „W świecie Dr Clowna”, w ramach którego odbywają się wizyty Dr Clownów oraz imprezy okolicznościowe na oddziale psychiatrycznym dla dzieci i młodzieży w Dolnośląskim Centrum Pediatrycznym im. J. Korczaka przy ul. Koszarowej 5. Prowadzona jest terapia śmiechem i zabawą z wykorzystaniem takich form i metod pracy jak: klaunada, iluzja, pantomima, małe formy teatralne, szeroko pojęta arteterapia, elementy sztuki cyrkowej, animacje różnymi przedmiotami itp.

13. Działania dla osób niepełnosprawnych

Zadania publiczne z zakresu rehabilitacji zawodowej i społecznej osób niepełnosprawnych realizowane w 2014 r. przez organizacje pozarządowe na zlecenie Gminy Wrocław.

Stowarzyszenie Pomocy Chorym Onkologicznie

„Różowe Okulary”

adres: ul. Nowowiejska 90/15

numer telefonu: 501 831 570

zakres: prowadzenie kampanii informacyjnej na rzecz integracji osób niepełnosprawnych i przeciwdziałaniu ich dyskryminacji „Możesz być po naszej stronie”

„Handicap”

Stowarzyszenie na rzecz Wyrównywania Szans Rozwojowych Dziecka o Obniżonej Sprawności

adres: ul. Stawowa 1a

numer telefonu: 71 343 78 15

zakres: program kompleksowej rehabilitacji psychoruchowej dzieci i młodzieży niepełnosprawnej umysłowo

Fundacja „Opieka i Troska”

adres: ul. Kielczowska 43/6

numer telefonu: 71 794 78 91

zakres: Klub Aktywizacji Społecznej i Zawodowej dla osób z doświadczeniem choroby psychicznej

Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną „Kamienna Tęcza”

adres: ul. Legnicka 65

numer telefonu: 604 543 168

zakres: „Aktywne popołudnia” – prowadzenie warsztatów teatralnych, choreoterapii i zajęć na basenie dla osób z niepełnosprawnością intelektualną

Stowarzyszenie Amazonek „Femina-Fenix”

adres: pl. Hirszfelda 12

numer telefonu: 602 115 679

zakres: warsztaty rehabilitacyjne, malarskie, taneczne oraz zajęcia z psychologiem i dietetykiem dla kobiet po chorobie nowotworowej piersi

Dolnośląskie Stowarzyszenie na rzecz Autyzmu

adres: ul. Lelewela 13/6

numer telefonu: 71 342 72 08

zakres: „Uwaga dla asa” – projekt dla dzieci z Zespołem Aspergera i autyzmem wysokofunkcjonującym z Wrocławia

Polskie Towarzystwo Walki z Kalectwem Oddział Wojewódzki we Wrocławiu

adres: ul. Jedności Narodowej 121

numer telefonu: 71 322 84 44

zakres: organizowanie i prowadzenie szkoleń, kursów, warsztatów, grup środowiskowego wsparcia oraz zespołów aktywności społecznej dla osób niepełnosprawnych – aktywizujących zawodowo i społecznie te osoby;

Stowarzyszenie „Jest Człowiek”

adres: ul. Parkowa 27

numer telefonu: 71 348 22 87

zakres: zajęcia i warsztaty dla osób niepełnosprawnych z głębokim upośledzeniem umysłowym

Fundacja „L’Arche”

Śledziejowcie 336, 32–020 Wieliczka

Wspólnota we Wrocławiu

adres: ul. Jutrosińska 29

numer telefonu: 71 769 82 70

zakres: „Jestem samodzielny – dbam o siebie 2014” – prowadzenie grupowych i indywidualnych zajęć mających na celu podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego funkcjonowania osób z niepełnosprawnością intelektualną

Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego Oddział Dolnośląski

adres: ul. Lotnicza 37

numer telefonu: 71 362 02 82

zakres: „Oswoić lwa” – pomoc osobom niepełnosprawnym chorym na stwardnienie rozsiane

Polski Związek Głuchych Okręg Dolnośląski

adres: ul. Braniborska 2/10

numer telefonu: 71 355 37 58

zakres: prowadzenie zajęć grupowych (reedukacyjne, zajęcia prowadzone metodą werbotonalną, logorytmiki, zajęcia wielozmysłowe i zajęcia wakacyjne) oraz indywidualne spotkania logopedyczne i psychologiczne

Polski Związek Niewidomych Okręg Dolnośląski

adres: ul. Grunwaldzka 12 b

numer telefonu: 515 088 017

zakres: „Samodzielni niewidomi i niedowidzący z Wrocławia” – prowadzenie zajęć grupowych z nauki pisma punkтового (Braille'a) oraz zajęć indywidualnych z wykorzystania rozwiązań informatycznych i technologicznych w życiu codziennym osoby niewidomej i niedowidzącej

Stowarzyszenie na rzecz Równego Dostępu do Kształcenia „Twoje Nowe Możliwości”

adres: ul. Krasieńskiego 13a/312

numer telefonu: 71 734 57 73

zakres: „Kariera bez barier” – organizowanie i prowadzenie zintegrowanych działań na rzecz włączania osób niepełnosprawnych w rynek pracy oraz „Mogę więcej, bo chcę! – Wrocław” – prowadzenie kampanii informacyjnej na rzecz integracji osób niepełnosprawnych i przeciwdziałaniu ich dyskryminacji

Dolnośląskie Forum Integracyjne

adres: ul. Odolanowska 11

numer telefonu: 503 189 218

zakres: „Wrocław dla wszystkich” – prowadzenie kampanii informacyjnej na rzecz integracji osób niepełnosprawnych i przeciwdziałaniu ich dyskryminacji

Stowarzyszenie „Świat Nadziei”

adres: ul. Ruska 46a

numer telefonu: 507 431 127

zakres: Sztuka Aktywności 2014 – prowadzenie grupowych i indywidualnych zajęć warsztatowych dla osób z niepełnosprawnością intelektualną z terenu Wrocławia

Fundacja „Spokojna Jesień”

adres: ul. Hercena 13,

numer telefonu: 71 786 70 68

zakres: poprawa jakości życia osób niepełnosprawnych – świadczenie usług asystenta osoby niepełnosprawnej

Stowarzyszenie „A jednak”

adres: ul. Trawowa 25/1

numer telefonu: 609 564 844

zakres: „Zaczarowani” – rozwijanie kompetencji społecznych, komunikacyjnych, zaradności życiowej, prowadzących do efektywnego włączania społecznego osób z głębszą niepełnosprawnością intelektualną

Fundacja Działań Społecznych „Sensus”

adres: ul. Zielińskiego 52/9

numer telefonu: 781 557 769

zakres: „Już nie jesteś sam” – aktywizacja społeczna osób niepełnosprawnych, organizowanie grup wsparcia poprzez różnego rodzaju wyjścia – do kina, teatru, kawiarni, restauracji, na imprezy kulturalne

Zgromadzenie Sióstr Bożego Serca Jezusa

adres: ul. Kapitulna 4

numer telefonu: 71 326 77 22

zakres: Klub Środowiskowy Pozytywka głównie dla dzieci i młodzieży z zespołem Downa

53

14. Organizacja i zapewnienie opieki nad dziećmi w wieku do lat 3 sprawowanej w formie żłobków, klubów dziecięcych oraz dziennego opiekuna

Gmina Wrocław na podstawie ustawy o opiece nad dziećmi w wieku do lat 3 finansuje miejsca opieki nad dziećmi w żłobkach publicznych oraz w żłobkach niepublicznych.

Żłobki publiczne funkcjonują w utworzonej w 2011 r. jednostce budżetowej, tzn. we Wrocławskim Zespole Żłobków, odpowiadającym za działanie 15 żłobków miejskich. Ilość miejsc w żłobkach miejskich w 2014 r. wynosi 1990.

Wrocławski Zespół Żłobków

adres: ul. Fabryczna 15

numer telefonu: 71 358 46 46

strona: www.wzz.wroc.pl

Żłobki niepubliczne mogą ubiegać się o dofinansowanie opieki nad dziećmi w wieku do lat 3, uczestnicząc w konkursie ogłaszany przez Gminę Wrocław. W roku 2013/2014 dofinansowanych było 970 miejsc. Kwota dofinansowania wynosi do 600 zł miesięcznie na jedno dziecko. Informacje o żłobkach dofinansowywanych: www.bip.um.wroc.pl (zakładka: formy opieki nad dziećmi w wieku do lat 3).

Ponadto Gmina Wrocław dotowała ponad 100 miejsc w **żłobku o charakterze integracyjnym** przy ul. Manganowej 10 we Wrocławiu prowadzonym przez Fundację „Promyk Słońca”. Informacje: www.promykslonca.pl (zakładka: żłobek integracyjny).

Prowadzenie działalności w zakresie opieki nad dziećmi w wieku do lat 3 wiąże się z koniecznością uzyskania przez podmiot prowadzący żłobek wpisu do rejestru żłobków i klubów dziecięcych Prezydenta Wrocławia prowadzonego w Wydziale Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miejskiego Wrocławia.

Żłobek lub klub dziecięcy, aby uzyskać wpis do rejestru, musi spełniać wymogi określone w Ustawie z dnia 4 lutego 2011 r. o opiece nad dziećmi w wieku do lat 3 oraz wydanych do niej rozporządzeniach, dotyczących m.in. warunków, jakie spełniać ma lokal, w którym sprawowana jest opieka nad dziećmi, oraz kwalifikacji i doświadczenia kadry.

Rejestr żłobków i klubów dziecięcych: www.bip.um.wroc.pl (zakładka: formy opieki nad dziećmi w wieku do lat 3).

Żłobki oraz kluby dziecięce podlegają nadzorowi prowadzonemu przez pracowników Wydziału Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miejskiego Wrocławia

numer telefonu: 71 777 77 60

e-mail: wzd@um.wroc.pl

Dzienny opiekun – opieka nad dziećmi organizowana przez Centrum Integracji Społecznej

adres: ul. Strzegomska 49

numer telefonu: 71 782 35 11

strona: www.opiekun.cis.wroclaw.pl

Wykaz dziennych opiekunów: www.bip.um.wroc.pl (zakładka: formy opieki nad dziećmi w wieku do lat 3).

ZDROWIE

RODZINY

Programy finansowane
przez Miasto Wrocław

1. Zdrowa matka i dziecko

Celem programu „Zdrowa matka i dziecko” jest poprawa jakości opieki nad matką i dzieckiem poprzez edukację zdrowotną podnoszącą poziom wiedzy kobiet/par planujących potomstwo i kobiet ciężarnych z zakresu prawidłowego rozwoju dziecka w okresie prenatalnym, przygotowania do porodu i opieki nad noworodkiem/niemowlęciem oraz profilaktyki chorób wieku dziecięcego.

1.1 Wrocławskie szkoły rodzenia

Celem programu jest przygotowanie kobiet do naturalnego porodu, przeciwdziałanie zagrożeniom zdrowotnym w okresie ciąży i porodu oraz opieka nad noworodkiem i niemowlęciem. Program realizowany jest w czterech szkołach rodzenia znajdujących się przy wrocławskich szpitalach. Zajęcia edukacji zdrowotnej oraz ćwiczenia gimnastyczne i relaksacyjne prowadzą doświadczone położne i rehabilitanci wg opracowanych standardów edukacji przedporodowej dla kobiet. Podczas 10-tygodniowego kursu w programie są spotkania z ginekologiem, neonatologiem, stomatologiem, psychologiem, położną i rehabilitantem.

Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. Jana Mikulicza-Radeckiego we Wrocławiu

adres: ul. Borowska 213

numer telefonu: 730 307 387

e-mail: aszsk@aszsk.wroc.pl

dni i godziny rejestracji: od poniedziałku do piątku 7.30–18.00

strona: www.aszk.wroc.pl

Szpital Specjalistyczny im. A. Falkiewicza we Wrocławiu

adres: ul. Warszawska 2

numer telefonu: 71 377 41 44

e-mail: szpital@falkiewicza.internetdsl.pl

dni i godziny rejestracji: od poniedziałku do piątku 8.00–14.30

strona: www.falkiewicza.internetdsl.pl

Samodzielny Publiczny Szpital Kliniczny nr 1 we Wrocławiu

adres: ul. T. Chałubińskiego 3

numer telefonu: 71 784 23 88

e-mail: info@spsk1.com.pl

dni i godziny rejestracji: od poniedziałku do piątku 8.00–12.00

strona: www.spsk1.com.pl

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny we Wrocławiu

adres: ul. Kamińskiego 73

numer telefonu: 71 327 01 75

e-mail: sekretariat@wssk.wroc.pl

dni i godziny rejestracji: od poniedziałku do piątku 8.00–17.00

strona: www.wssk.wroc.pl

1.2 Ośrodki informacyjno-edukacyjne

Ośrodki zlokalizowane są w przychodniach Wrocławskiego Centrum Zdrowia. Edukacja zdrowotna i poradnictwo specjalistyczne prowadzone są przez położne i lekarzy: ginekologa, pediatrów, pielęgniarki, dietetyka i psychologa. Działania skierowane są do:

- rodziców planujących potomstwo; zajęcia dotyczą: higieny ciąży, odżywiania, aktywności fizycznej, wypoczynku, nawiązania i utrzymania dialogu z dzieckiem nienarodzonym, przygotowania do porodu i opieki nad noworodkiem/niemowlęciem;
- rodziców dzieci od okresu noworodkowego do lat 14.

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

Przychodnia „Stare Miasto”, pl. Dominikański 6

- Zajęcia edukacji przedporodowej odbywają się w poniedziałki i w środy w godz. 17.00–20.00, kontakt położne: 608 828 703, 608 778 622.
- Poradnictwo specjalistyczne w zakresie położnictwa i ginekologii w środy w godz. 16.30–18.30, kontakt: 662 683 166.
- Edukacja rodziców i poradnictwo pediatryczne: lekarz pediatra/ alergolog w poniedziałki w godz. 15.00–17.00, pielęgniarka 15.30–17.30, rejestracja: 71 369 90 22.
- Poradnictwo dietetyczne w środy w godz. 12.30–14.00 (przyjęcia bezpośrednio).
- Konsultacje psychologiczne dla kobiet w okresie planowania rodziny, ciąży, po porodzie w środy w godz. 16.30–18.30, terminy: 5, 26 marca, 2, 9, 16, 23, 30 kwietnia, 7, 14, 21, 28 maja, 4, 11, 25 czerwca, 3 lipca, 27 sierpnia, 3, 10, 17, 24 września, 1, 8, 15, 22, 29 października, 5, 12, 19, 26 listopada, 3 grudnia, kontakt: 660 786 335.

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

Przychodnia „Kozanów”, ul. Dokerska 9

- Zajęcia edukacji przedporodowej odbywają się w czwartki w godz. 15.00–17.00, kontakt położna: 603 290 029.

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

Przychodnia „Stabłowice”, ul. Stabłowicka 125

- Zajęcia edukacji przedporodowej odbywają się w poniedziałki w godz. 10.00–12.00, czwartki w godz. 16.00–20.00, kontakt: położna 601 258 584.
- Edukacja rodziców i poradnictwo pediatryczne w czwartki w godz. 8.20–10.20, kontakt: 71 354 31 69.
- Poradnictwo dietetyczne we wtorki w godz. 16.00–17.30, kontakt: 71 354 31 69.

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

Przychodnia „Grabiszyn”, ul. Stalowa 50

- Zajęcia edukacji przedporodowej odbywają się w poniedziałki w godz. 15.30–19.30, kontakt położna: 604 939 455.
- Edukacja rodziców i poradnictwo pediatryczne (lekarz pediatra, pielęgniarka) w środy w godz. 16.00–18.00, kontakt: 71 362 15 10 (prosić gabinet zabiegowy).

1.3 Warsztaty pedagogiczne

Skierowane są do rodziców z dziećmi od 3 do 24 miesiąca życia:

- Zabawy stymulujące zmysły dla niemowląt od 3 do 12 miesiąca życia, w godz. 17.00–18.00.
- Gram, biegam, maluję dla dzieci od 13 do 36 miesiąca życia, w godz. 18.00–19.00.

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

Przychodnia „Stare Miasto”, pl. Dominikański 6

terminy warsztatów: 4, 18 marca, 1, 15, 29 kwietnia, 13, 20, 27 maja, 10, 24 czerwca, 5, 12, 19, 26 sierpnia, 16, 23, 30 września, 7, 14, 21, 28 października, 4, 18, 25 listopada, 16 grudnia

kontakt: 691 852 069

1.4 Ośrodek Szybkiej Diagnostyki Prenatalnej

Ośrodek zlokalizowany jest w Klinice Ginekologii i Położnictwa Akademickiego Szpitala Klinicznego im. J. M. Radeckiego, ul. Borowska 213 (III piętro – wejście główne). Czynny jest codziennie w godz. 8.00–14.00.

Do Ośrodka przyjmowane są kobiety ciężarne ze skierowaniem od lekarza sprawującego opiekę w okresie ciąży, celem szybkiej oceny stanu kobiety i dziecka.

kontakt: 71 733 14 00

2. Programy profilaktyczne dla dzieci i młodzieży

2.1 Profilaktyka próchnicy zębów u dzieci w wieku przedszkolnym 3–5 lat

Celem programu jest zmniejszenie występowania choroby próchnicowej u dzieci w wieku 3–5 lat poprzez zintegrowane działania edukacyjne i profilaktyczno-lecznicze realizowane w przedszkolach.

Informacja o programie:

Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miejskiego Wrocławia

adres: ul. Gabrieli Zapolskiej 4

numer telefonu: 71 777 79 61

dni i godziny informacji: poniedziałek – piątek 8.00–15.45

2.2 Profilaktyka wad i schorzeń narządu wzroku u dzieci w wieku przedszkolnym

Celem programu jest wczesne wykrywanie wad i schorzeń narządu wzroku u dzieci uczęszczających do wrocławskich przedszkoli poprzez wykonywanie specjalistycznych badań okulistycznych.

Informacja o programie:

Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miejskiego Wrocławia

adres: ul. Gabrieli Zapolskiej 4

numer telefonu: 71 777 79 61

dni i godziny informacji: poniedziałek – piątek 8.00–15.45

Specjalistyczna Przychodnia Okulistyczna Profimed

adres: ul. Bulwar Iłkara 24F

numer telefonu: 602 286 240

dni i godziny informacji: badania prowadzone są we wrocławskich przedszkolach

strona: www.profimed.wroclaw.pl

2.3 Wczesne wykrywanie wad i schorzeń narządu wzroku i słuchu w populacji dzieci i młodzieży szkolnej

Celem programu jest wczesne wykrywanie wad i schorzeń narządu wzroku i słuchu u dzieci i młodzieży w wieku szkolnym oraz podejmowanie działań leczniczych w ramach świadczeń zdrowotnych finansowanych przez NFZ.

Realizator programu:

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Multi-Medyk”

adres: pl. Maksza Borna 1/3

numer telefonu: 71 322 98 64

dni i godziny przyjęć: program prowadzony jest za pośrednictwem wrocławskich szkół

strona: www.multi-medyk.pl

2.4 Program promocji zdrowia i zapobiegania wadom postawy u dzieci i młodzieży szkolnej „Trzymaj się prosto”

Celem programu jest wczesne diagnozowanie wad postawy u dzieci i młodzieży, w wieku 4–18 lat oraz przeciwdziałanie pogłębianiu się nieprawidłowości poprzez działania edukacyjne i korekcyjno-kompensacyjne. W ramach programu prowadzone są badania lekarskie, gimnastyka korekcyjna na sali gimnastycznej, zajęcia na pływalni z elementami korekcji (wymagana jest podstawowa umiejętność pływania) oraz instruktaż ćwiczeń korekcyjnych do wykonywania w domu. Jeden cykl zajęć dla każdego dziecka wynosi 6 tygodni. Na zajęcia z gimnastyki korekcyjnej mogą uczęszczać wyłącznie dzieci i młodzież zakwalifikowane przez lekarzy specjalistów – jest to pierwszy i niezbędny etap uczestnictwa w programie. Na wizytę lekarską obowiązuje rejestracja.

Wrocławskie Centra Korekcji Wad Postawy:

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

• Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 17

adres: ul. Wieczysta 105

• Szkoła Podstawowa nr 3

adres: ul. Bobrza 27

• Szkoła Podstawowa nr 50

adres: ul. Obornicka 28

• Szkoła Podstawowa nr 72

adres: ul. Trwała 17/19

• Wrocławski Park Wodny SA

adres: ul. Borowska 99

rejestracja – Ośrodek „Celmed”

numer telefonu: 71 342 54 64

strona: www.trzymajsieprosto.spzoz.wroc.pl

Wrocławskie Centrum SPA NZOZ

adres: ul. Teatralna 10–12

numer telefonu: 71 348 80 57

• Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 1

adres: ul. Zemska 16 c

numer telefonu: 71 787 97 37

• Szkoła Podstawowa nr 18

adres: ul. Poznańska 26

numer telefonu: 71 355 46 55

strona: www.spa.wroc.pl

Międzywojewódzka Przychodnia Sportowo-Lekarska

adres: ul. Paderewskiego 35

numer telefonu: 71 347 33 00

Przychodnia Specjalistyczno-Rehabilitacyjna „Pulsantis”

adres: ul Ostrowskiego 3

numer telefonu: 71 339 42 96

strona: www.pulsantis.com.pl/trzymaj-sie-prosto-tsp

2.5 Program profilaktyki zakażeń wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV)

Celem programu jest zmniejszenie liczby zachorowań na raka szyjki macicy u kobiet poprzez prowadzenie edukacji zdrowotnej oraz wykonywanie szczepień ochronnych szczepionką przeciwko wirusowi HPV w populacji 13-letnich dziewcząt, mieszkanek Wrocławia.

Informacja o programie:

Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miejskiego Wrocławia

adres: ul. Gabrieli Zapolskiej 4

numer telefonu: 71 777 79 61

dni i godziny informacji: poniedziałek – piątek 8.00–15.45

2.6 Profilaktyka nadwagi i otyłości oraz innych zaburzeń okresu rozwojowego

Celem programu jest zmniejszenie liczby dzieci i młodzieży z nadwagą i otyłością poprzez wzmocnianie świadomości zdrowotnej oraz kształtowanie zachowań sprzyjających zdrowiu.

Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miejskiego Wrocławia

adres: ul. Gabrieli Zapolskiej 4

numer telefonu: 71 777 89 82

dni i godziny informacji: poniedziałek – piątek 8.00–15.45

2.7 Profilaktyka cukrzycy i zaburzeń metabolicznych

Celem programu jest zwiększenie poziomu świadomości zdrowotnej najmłodszych mieszkańców Wrocławia w zakresie profilaktyki cukrzycy oraz poprawa jakości życia chorych na cukrzycę i przeciwdziałanie jej powikłaniom. Uczestnikami programu mogą być dzieci i młodzież zagrożone cukrzycą, z rozpoznaną chorobą cukrzycową, a także z innymi zaburzeniami metabolicznymi wraz z rodzinami i opiekunami. W ramach programu prowadzona jest edukacja zdrowotna połączona z nauką samokontroli poziomu cukru, podawania insuliny oraz samoobserwacji i profilaktyki powikłań cukrzycy.

Edukację zdrowotną prowadzą specjalnie przeszkolone pielęgniarki w tzw. punktach edukacyjnych:

Klinika Endokrynologii i Diabetologii Wieku Rozwojowego

adres: ul. T. Chałubińskiego 2a

numer telefonu: 71 770 31 15

dni i godziny przyjęć: wtorek 14.40–16.40

Centrum Edukacji Diabetologicznej

adres: ul. Biskupia 11

numer telefonu: 71 341 76 57

dni i godziny przyjęć: wtorek – piątek 15.00–18.00

Zajęcia ruchowe w profilaktyce cukrzycy i zaburzeń metabolicznych:

Przychodnia Rehabilitacyjno-Medyczna „RESURS”

adres: ul. Wita Stwosza 16 (wejście od ul. Biskupiej 11)

numer telefonu: 71 341 80 89

strona: www.resurs.com.pl

W zajęciach ruchowych mogą brać udział dzieci i młodzież, które posiadają zaświadczenie od lekarza o braku przeciwwskazań do udziału w zajęciach.

Bezpłatne konsultacje i porady:

Klinika Endokrynologii i Diabetologii Wieku Rozwojowego

adres: ul. T. Chałubińskiego 2a

numer telefonu: 71 770 31 10

zakres porad: konsultacje psychologa i dietetyka

Centrum Edukacji Diabetologicznej

adres: ul. Biskupia 11

numer telefonu: 71 341 76 57

zakres porad: konsultacje dietetyka

Szczegółowe informacje o programie:

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

Sekcja do Spraw Programów Zdrowotnych i Promocji Zdrowia

adres: ul. Wszystkich Świętych 2

numer telefonu: 71 335 29 69

dni i godziny przyjęć: poniedziałek – piątek 8.00–14.30

3. Programy profilaktyczne dla dorosłych

3.1 Profilaktyka raka piersi

Program edukacyjno-diagnostyczny wczesnego wykrywania raka piersi u kobiet pt. „Samobadanie piersi”. Program skierowany jest do wszystkich wrocławianek. Bezpłatna nauka samobadania piersi jest prowadzona przez specjalnie wyszkolone pielęgniarki i położne. Strona internetowa: www.osdchp.com.

Jak korzystać z programu?

Krok pierwszy.

Zgłosić się do Punktu Nauki Samobadania Piersi.

Krok drugi.

Pod kierunkiem przeszkolonej położnej lub pielęgniarki nauczyć się poprawnie wykonywać badanie swoich piersi.

Krok trzeci.

Pobrać książeczkę samobadania piersi.

Krok czwarty.

Zarejestrować się telefonicznie na wizytę do Ośrodka Szybkiej Diagnostyki Chorób Piersi, tel. 603 713 030.

Krok piąty.

W umówionym terminie zgłosić się na wizytę do Ośrodka Szybkiej Diagnostyki Chorób Piersi.

Wykaz wrocławskich Punktów Nauki Samobadania Piersi:

Fabryczna

Szkoła Rodzenia „Mama Gaja”

adres: ul. Inżynierska 47a lok. U22

numer telefonu: 530 977 266

dni i godziny przyjęć: środa 15.00–19.00

Praktyka Lekarza Rodzinnego

adres: ul. Bulwar Ikara 28

numer telefonu: 71 352 18 85

dni i godziny przyjęć: poniedziałek 16.00–18.00

Centrum Kształcenia i Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych „Cekiron”

adres: ul. Wejherowska 28

numer telefonu: 71 798 26 20 wew. 303

dni i godziny przyjęć: wtorek 18.00–20.00

NZOZ Przychodnia Kosmonautów

adres: ul. Horbaczewskiego 35

numer telefonu: 71 351 28 43

dni i godziny przyjęć: czwartek 16.00–19.00

NZOZ Przychodnia Kosmonautów

adres: ul. Horbaczewskiego 35

numer telefonu: 71 351 28 43

dni i godziny przyjęć: poniedziałek 14.30–16.00, pierwszy i trzeci piątek miesiąca 14.30–16.00, drugi i piąty piątek miesiąca 14.30–17.30

NZOZ „Pulsantis”

adres: ul. Ostrowskiego 3

numer telefonu: 71 339 11 40

dni i godziny przyjęć: czwartek 14.00–16.00

NZOZ „Biogenes”

adres: pl. Bzowy 1

numer telefonu: 71 363 30 16

dni i godziny przyjęć: środa 16.30–18.30

NZOZ „Proximum”

adres: ul. Żelazna 34

numer telefonu: 71 783 62 85

dni i godziny przyjęć: czwartek 17.00–19.00

65

NZOZ „Formika”

adres: ul. Pilczycka 144/146

numer telefonu: 71 329 78 84

dni i godziny przyjęć: czwartek 16.00–18.00

NZOZ Przychodnia Nowy Dwór

adres: ul. Nowodworska 91A

numer telefonu: 71 357 99 21

dni i godziny przyjęć: pierwszy i drugi wtorek miesiąca 9.00–11.00

Praktyka Lekarza Rodzinnego

adres: ul. Rumiankowa 53

numer telefonu: 71 357 89 30

dni i godziny przyjęć: druga środa miesiąca 16.00–18.00

PLR Osobowice

adres: ul. Krotoszyńska 8

numer telefonu: 71 352 45 74

dni i godziny przyjęć: pierwszy i trzeci piątek miesiąca 15.00–16.00

Krzyki

Praktyka Lekarza Rodzinnego

adres: ul. Tarnogórska 1

numer telefonu: 71 342 17 25

dni i godziny przyjęć: środa 14.00–15.00 oraz czwartek 14.00–16.00

Praktyka Lekarza Rodzinnego

adres: ul. Tarnogórska 1

numer telefonu: 71 342 17 23

dni i godziny przyjęć: pierwszy poniedziałek miesiąca 13.30–14.30

NZOZ Przychodnia Gaj

adres: ul. Krynicka 51

numer telefonu: 71 373 19 62 lub 71 373 19 63

dni i godziny przyjęć: poniedziałek 9.30–10.30 oraz czwartek 16.30–18.30

SPZOZ Przychodnia Grabiszyn

adres: ul. Stalowa 50

numer telefonu: 71 362 15 10

dni i godziny przyjęć: poniedziałek 15.45–17.45

Specjalistyczny Szpital

adres: ul. Warszawska 2

numer telefonu: 71 342 86 31 wew. 358

dni i godziny przyjęć: środa 15.00–17.00 oraz czwartek 15.00–17.00

NZOZ „Practimed”

adres: ul. Pabianicka 25

numer telefonu: 71 798 36 31

dni i godziny przyjęć: wtorek 10.00–13.00

NZOZ „Zdrowie Rodziny”

adres: ul. Gradowa 2

numer telefonu: 71 791 81 81

dni i godziny przyjęć: wtorek 15.00–16.00 oraz piątek 15.00–16.00

NZOZ „Rondo-med”

adres: ul. Powstańców Śl.122

numer telefonu: 71 336 53 17

dni i godziny przyjęć: środa 9.00–10.00 oraz czwartek 15.00–17.00

Fitness Klub „Bodyfit”

adres: ul. Pretficza 37

numer telefonu: 71 336 53 17

dni i godziny przyjęć: poniedziałek 17.30–19.30

Praktyka Lekarza Rodzinnego

adres: ul. Komuny Paryskiej 73a
numer telefonu: 71 342 91 46
dni i godziny przyjęć: środa 12.00–14.00

Fizjomedicum

adres: ul. Partynicka 34C/2
numer telefonu: 607 855 212
dni i godziny przyjęć: wtorek 8.00–9.00 oraz czwartek 8.00–9.00

Praktyka Lekarza Rodzinnego

adres: ul. Pszczelarska 7
numer telefonu: 71 792 11 20
dni i godziny przyjęć: wtorek 8.15–10.15

NZOZ „Practimed”

adres: ul. Pabianicka 25
numer telefonu: 71 798 36 31
dni i godziny przyjęć: wtorek 10.00–13.00

Psie Pole

NZOZ Praktyka Lekarza Rodzinnego

adres: ul. Jugosłowiańska 65 D
numer telefonu: 71 327 46 46
dni i godziny przyjęć: czwartek 15.30–17.30

NZOZ Różanka

adres: ul. Obornicka 16
numer telefonu: 71 352 54 84
dni i godziny przyjęć: poniedziałek 16.00–18.00

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny

adres: ul. Kamińskiego 73A
numer telefonu: 71 327 02 42
dni i godziny przyjęć: poniedziałek 7.00–10.00

ZOZ Psie Pole

adres: ul. Brücknera 47/49
numer telefonu: 71 352 33 31
dni i godziny przyjęć: wtorek 16.00–20.00

NZOZ „Formika”

adres: ul. Celtycka 9

numer telefonu: 71 329 78 84

dni i godziny przyjęć: środa 16.00–18.00

Karłowickie Centrum Medyczne „Kar-Med”

adres: ul. Bończyka 20

numer telefonu: 71 325 50 01

dni i godziny przyjęć: środa 13.00–15.00

Zakład Karny nr 1 we Wrocławiu

adres: ul. Kleczkowska 35

numer telefonu: 71 327 26 80

dni i godziny przyjęć: poniedziałek 15.00–17.00

ZOZ „Medicor”

adres: ul. Trzebnicka 88

numer telefonu: 71 329 32 31

dni i godziny przyjęć: środa 15.00–17.00

Stare Miasto

Wojewódzka Przychodnia POZ

adres: ul. Dobrzyńska 21/23

numer telefonu: 71 774 77 00 wew. 802

dni i godziny przyjęć: wtorek 13.00–15.00, czwartek 13.30–15.30

Wojewódzka Przychodnia POZ

adres: ul. Dobrzyńska 21/23, III piętro, pok. 329

numer telefonu: 71 774 77 50

dni i godziny przyjęć: poniedziałek 14.00–16.00

Wojewódzka Przychodnia POZ

adres: ul. Dobrzyńska 21/23

numer telefonu: 71 774 77 00 wew. 802

dni i godziny przyjęć: piątek 13.00–15.00, czwartek 13.00–15.00

Lekarska Przychodnia Specjalistyczna Towarzystwo Rozwoju Rodziny

adres: ul. Podwale 74/23

numer telefonu: 71 343 79 55

dni i godziny przyjęć: środa 16.00–17.30 oraz czwartek 16.00–17.30

Przychodnia MSWiA

adres: ul. Grabiszyńska 37/39

numer telefonu: 71 798 47 14

dni i godziny przyjęć: wtorek 15.00–18.00 oraz środa 15.00–18.00

NZOZ „Ziemo-Wita”

adres: ul. Ziemowita 1/9

numer telefonu: 71 784 90 58

dni i godziny przyjęć: wtorek 13.00–15.00

Śródmieście

Prywatna Przychodnia Lekarska

adres: ul. Grunwaldzka 65

numer telefonu: 71 328 01 08

dni i godziny przyjęć: środa 14.00–17.00

Samodzielny Publiczny Szpital Kliniczny Nr 1

adres: ul. M. Skłodowskiej-Curie 58

dni i godziny przyjęć: poniedziałek 14.30–15.30 oraz wtorek 14.30–15.30

Samodzielny Publiczny Szpital Kliniczny Nr 1

adres: ul. M. Skłodowskiej-Curie 58

dni i godziny przyjęć: środa 14.30–15.30

69

NZOZ „Centrum Zdrowia”

adres: ul. Pautscha 5/7

numer telefonu: 71 345 24 76

dni i godziny przyjęć: wtorek 14.00–16.00

Praktyka Lekarza Rodzinnego

adres: ul. Uczniowska 37

numer telefonu: 71 36 70 15

dni i godziny przyjęć: wtorek 16.00–18.00

Ośrodek Szybkiej Diagnostyki Chorób Piersi

adres: ul. Grabiszyńska 37–39 (budynek przychodni MSWiA) pok. 116, I piętro

numer telefonu: 603 713 030 (rejestracja do ośrodka w godz. 8.00–15.00)

3.2 Profilaktyka raka skóry

Program wczesnego wykrywania raka skóry i czerniaka, którego celem jest wykrycie zmian patologicznych we wczesnym stadium zaawansowania choroby nowotworowej.

Karłowickie Centrum Medyczne „Kar-Med”

adres: ul. Bończyka 20

numer telefonu: 71 325 50 01

3.3 Profilaktyka cukrzycy i zaburzeń metabolicznych

Celem programu jest zwiększenie poziomu świadomości zdrowotnej mieszkańców Wrocławia w zakresie profilaktyki cukrzycy, poprawa jakości życia chorych na cukrzycę i przeciwdziałanie jej powikłaniom. Uczestnikami programu mogą być osoby dorosłe zagrożone cukrzycą, z rozpoznaną chorobą cukrzycową, a także z innymi zaburzeniami metabolicznymi. W ramach programu prowadzona jest edukacja zdrowotna połączona z nauką samokontroli poziomu cukru, podawania insuliny oraz samoobserwacji i profilaktyki powikłań cukrzycy, a także konsultacje specjalistów.

Edukację zdrowotną prowadzą specjalnie przeszkolone pielęgniarki w Punktach Edukacyjnych:

NZOZ Psie Pole

adres: ul. Bona Żeleńskiego 22

numer telefonu: 71 325 30 81

dni i godziny przyjęć: wtorek 11.30–13.30

NZOZ Przychodnia Kosmonautów

adres: ul. Horbaczewskiego 35

telefon: 71 351 28 43

dni i godziny przyjęć: poniedziałek 16.00–18.00

NZOZ Przychodnia Nowy Dwór

adres: ul. Nowodworska 91A

telefon: 71 357 96 11

dni i godziny przyjęć: wtorek 15.30–17.30

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

Przychodnia „Grabiszyn”

adres: ul. Stalowa 50

telefon: 71 362 11 21

dni i godziny przyjęć: wtorek 18.00–20.00

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

Przychodnia „Stabłowice”

adres: ul. Stabłowicka 125

telefon: 71 354 31 69

dni i godziny przyjęć: środa 8.00–10.00

Praktyka Lekarza Rodzinnego

adres: ul. Tarnogórska 1

telefon: 71 342 17 25

dni i godziny przyjęć: wtorek 14.00–16.00

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ Przychodnia „Stare Miasto”

adres: pl. Dominikański 6

telefon: 71 369 90 22

dni i godziny przyjęć: czwartek 15.00–17.00

NZOZ Przychodnia Gaj

adres: ul. Krynicka 51

telefon: 71 373 19 62

dni i godziny przyjęć: poniedziałek 12.00–14.00

Praktyka Lekarza Rodzinnego

adres: ul. Jugosłowiańska 65 D

telefon: 71 327 46 46

dni i godziny przyjęć: wtorek 15.30–17.30

NZOZ Śródmieście

adres: ul. Sienkiewicza 37/39

telefon: 71 321 32 20

dni i godziny przyjęć: czwartek 14.00–16.00

71

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. J. Gromkowskiego

adres: ul. Koszarowa 5

telefon: 71 395 74 56

dni i godziny przyjęć: wtorek 15.00–17.00

EMC Przychodnia przy ul. Łowieckiej

adres: ul. Łowiecka 24

telefon: 71 711 74 00

dni i godziny przyjęć: czwartek 14.30–16.30

Praktyka Lekarza Rodzinnego

adres: ul. Płońskiego 32

telefon: 71 349 35 61

dni i godziny przyjęć: czwartek 15.00–17.00

NZOZ na Biskupinie

adres: ul. Olszewskiego 21

telefon: 71 349 35 61

dni i godziny przyjęć: środa 13.00–15.00

Praktyka Lekarza Rodzinnego

adres: ul. Gepperta 13

telefon: 71 341 80 10

dni i godziny przyjęć: środa 13.00–15.00

Dolnośląskie Centrum Onkologii

adres: ul. Hirszfelda 12

telefon: 71 368 93 78

dni i godziny przyjęć: wtorek 14.35–16.35

ZOZ Psie Pole

adres: ul. Brücknera 47/49

telefon: 71 325 33 35

dni i godziny przyjęć: poniedziałek 13.30–15.30

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny

adres: ul. H. Kamieńskiego 73A

telefon: 71 327 04 13

dni i godziny przyjęć: poniedziałek 15.00–17.00 oraz piątek 15.00–17.00

Centrum Edukacji Diabetologicznej

adres: ul. Biskupia 11

telefon: 71 341 76 57

dni i godziny przyjęć: wtorek–piątek 15.00–18.00

Zajęcia ruchowe w profilaktyce cukrzycy i zaburzeń metabolicznych:

72

Ośrodek „Saluber”

adres: ul. Bacciarellego 4B

telefon: 691 033 885

Akademia sztuk walki

adres: ul. Powstańców Śląskich 159

telefon: 600 385 331

Szkoła Podstawowa nr 118

adres: ul. Bulwar Ikara 19

telefon: 600 385 331

Liceum Ogólnokształcące nr 9

adres: Piotra Skargi 29/31

telefon: 600 385 331

Szkoła Tańca Perfect Dance

adres: pl. Solidarności 1/3/5

telefon: 600 385 331

Spółdzielcze Centrum Rehabilitacyjno-Medyczne RESURS

adres: ul. Wita Stwosza 16 (wejście od ul. Biskupiej)

numer telefonu: 71 341 80 89

Nordic Walking – tereny zielone:

- park Szczytnicki, sobota 10.00–13.00, tel. 691 033 885
- park Grabiszyński – sobota* 10.00–12.00, tel. 600 385 331

* w lipcu i sierpniu zajęcia odbywać się będą we wtorki i w czwartki w godz. 17.00–19.00

Osoba przystępująca do zajęć aktywności ruchowej powinna posiadać zaświadczenie od lekarza o braku przeciwwskazań do udziału w zajęciach.

Bezpłatne konsultacje i porady:

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

Przychodnia „Stare Miasto”

adres: pl. Dominikański 6

numer telefonu: 71 369 90 22

dni i godziny przyjęć:

- konsultacje lekarza diabetologa: poniedziałek 16.00–18.00
- konsultacje dietetyka

Centrum Edukacji Diabetologicznej

adres: ul. Biskupia 11

numer telefonu: 71 341 76 57

- konsultacje psychologa
- konsultacje dietetyka

Spotkania edukacyjne ze specjalistami:

adres: pl. Solidarności 1/3/5, IV piętro, sala 403

dni i godziny przyjęć: trzeci poniedziałek miesiąca, godz. 15.00

Szczegółowe informacje o programie:

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

Sekcja do Spraw Programów Zdrowotnych i Promocji Zdrowia

adres: ul. Wszystkich Świętych 2

numer telefonu: 71 335 29 69

dni i godziny przyjęć: poniedziałek – piątek 8.00–14.30

3.4 Profilaktyka zespołu stopy cukrzycowej

Uczestnikami programu mogą być osoby chore na cukrzycę, szczególnie zagrożone powikłaniami, w tym zespołem stopy cukrzycowej.

W ramach programu:

a) pielęgniarka prowadzi:

- ocenę stóp pacjentów z badaniem ukrwienia i stopnia uszkodzenia nerwów i naczyń w stopach,
- indywidualną edukację pacjentów w zakresie umiejętności samoobserwacji i samooceny stóp,
- indywidualną edukację pacjentów w zakresie samodzielnego opatrywania ran, grupową edukację pacjentów dotyczącą problemów zdrowotnych.

b) kosmetolog prowadzi:

- indywidualną edukację zdrowotną pacjentów w zakresie pielęgnacji stóp ze szczególnym uwzględnieniem zapobiegania modzelem i odciskom.

Ponadto realizator programu współpracuje z firmami zajmującymi się doborem odpowiedniego zaopatrzenia ortopedycznego w tym zakresie.

Wojewódzki Zespół Specjalistycznej Opieki Zdrowotnej

adres: ul. Dobrzyńska 21/23

numer telefonu: 71 774 77 57

dni i godziny rejestracji: poniedziałek – piątek 8.00–13.00

Szczegółowe informacje o programie:

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

Sekcja do Spraw Programów Zdrowotnych i Promocji Zdrowia

adres: ul. Wszystkich Świętych 2

numer telefonu: 71 335 29 69

dni i godziny: poniedziałek – piątek 8.00–14.30

3.5 Program rehabilitacji kardiologicznej w ramach wtórnej prewencji chorób sercowo-naczyniowych

Celem programu jest zmniejszenie ilości nawrotów incydentów sercowo-naczyniowych u osób po przebytym zawale mięśnia sercowego i/lub po zabiegach plastyki naczyń wieńcowych, w okresie nie później niż do 12 miesięcy od zaistniałego incydentu. Program skierowany jest do osób po przebytym zawale mięśnia sercowego lub po zabiegach wykonanych na naczyniach wieńcowych, jednak nie później niż w okresie do 12 miesięcy od zaistniałego incydentu.

W ramach programu prowadzone są:

- zajęcia ruchowe połączone z instruktązem do samodzielnego wykonywania ćwiczeń w warunkach domowych,

- konsultacje kardiologiczne i badanie EKG wysiłkowe,
- zajęcia grupowe i indywidualne z dietetykiem oraz psychologiem.

Do udziału w programie wymagane jest skierowanie do poradni kardiologicznej wystawione przez lekarza: oddziału kardiologicznego, oddziału kardiochirurgii, oddziału chorób wewnętrznych lub podstawowej opieki zdrowotnej.

Centrum Kardiologiczne „Pro Corde”

adres: ul. Nowowiejska 64/66

numer telefonu: 71 322 60 08

3.6 Program promocji zdrowia dla osób z obrzękiem limfatycznym

Celem zadania jest przeciwdziałanie zdrowotnym i społecznym następstwom obrzęku limfatycznego u osób z grup wysokiego ryzyka oraz z widocznym obrzękiem limfatycznym poprzez prowadzenie działań edukacyjnych oraz wykonywanie zabiegów drażniących przepływ limfy.

4 Wojskowy Szpital Kliniczny we Wrocławiu

adres: ul. Weigla 5

numer telefonu: 71 766 07 17

dni i godziny przyjęć: poniedziałek – piątek 8.00–15.00

3.7 Aktywny styl życia i profilaktyka chorób narządu ruchu

75

Program promocji zdrowego stylu życia i aktywności ruchowej u osób w wieku 55+. Celem programu jest utrzymanie sprawności ruchowej u osób w wieku senioralnym oraz zapobieganie schorzeniom narządu ruchu, poprzez: utrzymanie i/lub zwiększenie sprawności psychofizycznej, zmniejszenie dolegliwości bólowych w obrębie narządu ruchu, zmniejszenie napięcia psychicznego i mięśniowego wywołanego długotrwałym stresem, kształtowanie postawy aktywnego stylu życia, profilaktykę chorób narządu ruchu.

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ Przychodnia „Stabłowice”

adres: ul. Stabłowicka 125

numer telefonu: 71 354 31 69

oferta: zajęcia aktywności ruchowej na sali, zajęcia z kinezylogii rozwojowej i edukacyjnej, porady z zakresu żywienia, zajęcia w terenie (nordic walking), wykłady edukacyjne

Creator Sp. z o. o.

adres: ul. Lotnicza 37

numer telefonu: 71 362 02 22

oferta: zajęcia aktywności ruchowej na sali, zajęcia w terenie (nordic walking) oraz edukacja zdrowotna

Wrocławski Park Wodny SA

adres: ul. Borowska 99

numer telefonu: 71 771 15 36

e-mail: fitness@aquapark.wroc.pl

oferta: zajęcia aktywności ruchowej na sali, zajęcia w basenie kąpielowym, zajęcia w terenie (nordic walking) oraz edukacja zdrowotna

Ośrodek Świętego Jerzego we Wrocławiu

adres: ul. Rydygiera 22–28

numer telefonu: 733 801 357

oferta: zajęcia aktywności ruchowej na sali, zajęcia w terenie (nordic walking) oraz edukacja zdrowotna

Wrocławskie Centrum Rehabilitacji i Medycyny Sportowej sp. z o.o.

adres: ul. Chopina 5/7

numer telefonu: 71 348 50 35

oferta: zajęcia aktywności ruchowej na sali, zajęcia w terenie (nordic walking) oraz edukacja zdrowotna

3.8 Program profilaktyki schorzeń narządu ruchu ze szczególnym uwzględnieniem osteoporozy

Celem programu jest prewencja pierwotna i wtórna osteoporozy poprzez poprawę ogólnej sprawności fizycznej i modyfikację diety.

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ Przychodnia „Celmed”

adres: ul. Dziadoszańska 29

numer telefonu: 71 353 73 52

Oferta: zajęcia aktywności ruchowej na sali

3.9 Program dla osób z problemem nietrzymania moczu

Celem programu jest zwiększenie kontroli nad czynnością oddawania moczu poprzez wzrost aktywności ruchowej, systematyczne wykonywanie specjalnie dobranych ćwiczeń oraz eliminację zachowań i czynników ryzyka sprzyjających wystąpieniu nietrzymania moczu.

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ Przychodnia „Celmed”

adres: ul. Dziadoszańska 29

numer telefonu: 71 353 73 52

oferta: zajęcia aktywności ruchowej na sali

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ Przychodnia „Stabłowice”

adres: ul. Stabłowicka 125

numer telefonu: 71 354 31 69

oferta: zajęcia aktywności ruchowej na sali, porady z zakresu żywienia

3. 10 Szczepienia ochronne przeciwko grypie dla mieszkańców Wrocławia w wieku senioralnym 65+

Celem programu jest ograniczenie zachorowań na grypę lub infekcje grypopodobne u osób starszych oraz u osób z grupy podwyższonego ryzyka. Szczepienia ochronne wykonywane są przed rozpoczęciem sezonu zachorowań na grypę, w terminie wrzesień – październik.

Szczegółowe informacje:

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

Sekcja do Spraw Programów Zdrowotnych i Promocji Zdrowia

adres: ul. Wszystkich Świętych 2

numer telefonu: 71 335 29 69

dni i godziny przyjęć: poniedziałek – piątek 8.00–14.30

Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miejskiego Wrocławia

adres: ul. Gabrieli Zapolskiej 4

numer telefonu: 71 777 76 15

dni i godziny informacji: poniedziałek – piątek 8.00–15.45

77

4. Profilaktyka uzależnień

4.1 Przeciwdziałanie przemocy oraz wsparcie psychologiczne w rozwiązywaniu problemów dotyczących uzależnień

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

Realizatorzy:

Demokratyczna Unia Kobiet – Klub Wrocławski DUK

adres: ul. Zelwerowicza 16/18

telefon: 71 341 71 43

e-mail: DUK-wroclaw@wp.pl

zakres świadczonej pomocy: poradnictwo psychologiczne i prawne, poradnictwo internetowe, grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy

Fundacja Centrum Praw Kobiet

adres: ul. Ruska 46B II p. p. 208, 208a i 219

telefon: 71 358 08 74

e-mail: Cpk_wroclaw@cpk.org.pl

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

Stowarzyszenie na rzecz Higieny Zdrowia Psychicznego „Przyjaciel w Kryzysie”

adres: pl. Staszica 4

telefon: 71 776 62 08

e-mail: przyjacielwkryzysie@o2.pl

dni i godziny świadczonej pomocy: soboty, niedziele i święta 9.00–20.00

strona: www.przyjacielwkryzysie.org.pl

zakres świadczonej pomocy: psychologiczna pomoc telefoniczna

Stowarzyszenie Pomocy „Akson”

adres: ul. gen. T. Bora-Komorowskiego 31

telefon: 71 352 94 03

e-mail: owiik@wp.pl

strona: www.akson.org.pl

zakres świadczonej pomocy: całodobowe schronienie dla ofiar przemocy, pomoc psychologiczna, pedagogiczna, prawna, socjalna

Ośrodek Interwencji Kryzysowej dla Ofiar Przemocy

adres: ul. L. Rydygiera 45a

telefon: 71 796 40 85

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

zakres świadczonej pomocy: konsultacja interwencyjna (praca socjalna), wsparcie specjalistyczne (psychologiczne, pedagogiczne, zawodowe, prawne), schronienie, telefon interwencyjny

Fundacja „Non licet”

adres: ul. Stalowa 6a

telefon: 71 361 97 70

e-mail: oik@o2.pl

zakres świadczonej pomocy: pomoc psychologiczna i prawna

Stowarzyszenie „Misja Dworcowa”

adres: ul. Pomorska 16b

telefon: 508 168 979, 71 321 05 50

e-mail: misja.dworcowa@wp.pl

strona: www.misjadworcowa.com.pl

zakres świadczonej pomocy: pomoc psychologiczna i pedagogiczna, schronienie

Stowarzyszenie na rzecz Promocji Zdrowia „Curatus”

adres: ul. Kleczkowska 5 (oficyna)

telefon: 71 329 09 19

e-mail: curatus@o2.pl

zakres świadczonej pomocy: pomoc psychologiczna, grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy

Dolnośląskie Stowarzyszenie Pomocy Ofiarom Przesłępstw „Karta 99”

adres: ul. Kościuszki 35b

telefon: 71 344 66 33

e-mail: dspop@wp.pl

zakres świadczonej pomocy: porady prawne

Fundacja na rzecz Równości

adres: pl. św. Macieja 5, III piętro

telefon: 72 317 47 17

e-mail: rownosc@gmail.com

strona: www.fnrr.org

zakres świadczonej pomocy: pomoc psychologiczna, porady prawne

Stowarzyszenie „Intro”

adres: pl. św. Macieja 4/5/6 (brama nr 5, I piętro, lewy korytarz)

telefon: 603 646 436

e-mail: intro@psychotekst.pl

strona: www.kampaniaprzemoc.pl

zakres świadczonej pomocy: e-mailowa pomoc psychologiczna

Stowarzyszenie Pomocy dla Osób w Sytuacji Kryzysowej „Interwencja”

adres: ul. Podwale 13

telefon: 71 783 36 64

e-mail: stowarzyszenie@interwencja.org

strona: www.interwencja.org

zakres świadczonej pomocy: pomoc psychologiczna i prawna, grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

adres: ul. Wszystkich Świętych 2

telefon: 609 899 455

e-mail: arkadiuszklimczak@spzoz.pl

strona: www.spzoz.wroc.pl

zakres świadczonej pomocy: programy korekcyjno-edukacyjne dla sprawców przemocy domowej

Centrum Neuropsychiatrii „Neuromed”

adres: ul. Białowieska 74a

telefon: 71 355 35 94, 350 17 30, 350 17 80

e-mail: sekretariat@neuropsychiatria.com

strona: www.neuropsychiatria.com

zakres udzielanej pomocy: pomoc psychologiczna i terapeutyczna

4.2 Komisja rozwiązywania problemów alkoholowych

Działalność Komisji opiera się na motywowaniu do podjęcia leczenia odwykowego oraz prowadzeniu procedury zobowiązania do podjęcia leczenia odwykowego.

Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miejskiego Wrocławia

adres: ul. G. Zapolskiej 4

telefon: 71 777 79 60

dni i godziny informacji: poniedziałek – piątek 8.00–15.45

4.3 Punkty konsultacyjne

NZOZ Centrum Interwencji Kryzysowej „Karan”

Poradnia Terapii Uzależnienia od Substancji Psychoaktywnych

adres: ul. Skoczylasa 8

numer telefonu: 71 349 15 56

strona: www.karan.wroc.pl

zakres świadczonej pomocy: poradnictwo, pomoc psychologiczna, oddział dzienny dla osób uzależnionych

Stowarzyszenie „Jestem!”

Młodzieżowy Klub Abstynenta

adres: ul. Sienkiewicza 116/1

numer telefonu: 71 796 33 96

strona: www.stowarzyszenie-jestem.org.pl

zakres świadczonej pomocy: pomoc zagrożonej uzależnieniem młodzieży w utrzymaniu abstynencji, eliminowanie trudności powstałych w całościowym (indywidualnym i społecznym) kontekście życia jednostki, wyposażenie młodzieży w umiejętności ułatwiające satysfakcjonujące, trzeźwe, prospołeczne życie dorosłego człowieka

Stowarzyszenie „Monar” Młodzieżowy Ośrodek Profilaktyki i Wczesnej Terapii

adres: ul. Roosvelta 18a

numer telefonu: 71 788 93 09

dni i godziny porad: poniedziałek – piątek 9.00–20.00, sobota 10.00–13.00

strona: www.monar.wroclaw.pl

zakres świadczonej pomocy: poradnictwo, pomoc psychologiczna, hostel dla osób uzależnionych

Stowarzyszenie „Monar” Poradnia Profilaktyczno-Konsultacyjna we Wrocławiu

adres: ul. Trzebnicka 17

zakres świadczonej pomocy: poradnictwo, pomoc psychologiczna

Stowarzyszenie „Monar” Ośrodek Leczenia, Terapii i Rehabilitacji Uzależnień

adres: al. Jarzębinowa 14/16

numer telefonu: 71 337 24 08

strona: www.monar.wroclaw.pl

zakres świadczonej pomocy: poradnictwo, pomoc psychologiczna, terapia uzależnień

Towarzystwo Rodzin i Przyjaciół Dzieci Uzależnionych „Powrót z U”

adres: ul. Paulińska 16/2

numer telefonu: 71 329 18 22

strona: www.powrotzu.wroclaw.pl

zakres świadczonej pomocy: poradnictwo, pomoc psychologiczna dla rodzin osób uzależnionych

Fundacja „Pozytywka”

adres: ul. Gajowicka 164/1

numer telefonu: 71 338 30 03

strona: www.fundacijapozytywka.org.pl

zakres świadczonej pomocy: poradnictwo, konsultacje, działania rozwojowe, psychoedukacja, działania środowiskowe

81

Stowarzyszenie „Hallelujah”

adres: ul. Katedralna 4

telefon: 71 733 43 00

strona: www.zielonemity.republika.pl

zakres świadczonej pomocy: poradnictwo, poradnictwo internetowe, pomoc psychologiczna

Dolnośląskie Stowarzyszenie Psychoprofilaktyczne „Return”

adres: ul. Kościuszki 67 (róg ul. Gwarnej)

telefon: 71 311 24 06

strona: www.return-wroclaw.pl, www.narkomania.org.pl

zakres udzielanej pomocy: poradnictwo, konsultacje, świetlica drop-in, punkt wymiany igieł i strzykawek, działania środowiskowe i party-working, poradnia internetowa

Fundacja „Praesterno”

adres: ul. Kościuszki 80a

telefon: 71 372 31 48

strona: www.praesterno.pl/wroclaw

zakres udzielanej pomocy: poradnictwo, warsztaty umiejętności psychospołecznych, warsztaty umiejętności wychowawczych dla rodziców i nauczycieli, zajęcia i warsztaty edukacyjne w szkołach

4.4. Kluby abstynenta

Klub Krzewienia Abstynencji „Odnowa”

adres: ul. Jedności Narodowej 181/1

telefon: 71 345 34 16

e-mail: odnowa.info@wp.pl

strona: www.serwis.odnowa.info.pl

Klub Abstynenta „Most”

adres: ul. Komuny Paryskiej 17/1

telefon: 71 341 09 32

e-mail: most@autograf.pl

strona: www.most.wroclaw.pl

Wrocławskie Stowarzyszenie Abstynentów „Starówka”

adres: pl. św. Macieja 5

telefon: 607 285 481

e-mail: wsa_starowka@op.pl

strona: www.krajowarada.pl

4.5 Programy terapeutyczne

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

Sekcja ds. Programów Zdrowotnych i Promocji Zdrowia

adres: Wszystkich Świętych 2

telefon: 71 355 29 62

strona: www.spzoz.wroc.pl

zakres udzielanego wsparcia: dostarczanie informacji na temat miejsc, gdzie udzielana jest pomoc osobom uzależnionym od alkoholu i innych środków psychoaktywnych

Ośrodek Profilaktyczno-Lecznicy

adres: Wszystkich Świętych 2

telefon: 71 356 07 80

dni i godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 8.00–18.00

strona: www.spzoz.wroc.pl, www.podwale-siedem.pl

zakres udzielanego wsparcia: program leczenia substytucyjnego

Poradnia Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia

adres: ul. Podwale 13

numer telefonu: 71 355 69 32

dni i godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 8.00–20.00

strona: www.spzoz.wroc.pl

Poradnia Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia

adres: ul. Wszystkich Świętych 2

numer telefonu: 71 326 67 30

dni i godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 8.00–20.00

strona: www.spzoz.wroc.pl

Poradnia Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia od Alkoholu

adres: ul. Białowieska 74a

numer telefonu: 71 350 17 80 lub 71 350 17 30, wew. 32

dni i godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 7.00–19.00

strona: www.neuropsychiatria.com

4.6 Punkt antynikotynowy oraz informacji o uzależnieniach

Punkt antytytoniowy oraz informacji o uzależnieniach

adres: pl. Dominikański 6, II piętro, pokój 223

numer telefonu: 71 369 90 62

zakres świadczonych porad: poradnictwo, konsultacje indywidualne i grupowe lekarza oraz psychologa, prowadzenie grup korekcyjnych: grupy wsparcia dla uzależnionych, wsparcie merytoryczne dla pedagogów szkolnych, edukacja w zakresie uzależnienia od nikotyny dla różnych grup społecznych

4.7 Punkt bezpłatnego i anonimowego testowania w kierunku HIV

Ośrodek Profilaktyczno-Leczniczy Chorób Zakaźnych i Terapii Uzależnień

adres: ul. Wszystkich Świętych 2

telefon: 71 356 07 80

dni i godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 16.00–20.00

strona: www.spzoz.wroc.pl

zakres udzielanego wsparcia: prowadzenie bezpłatnego i anonimowego testowania w kierunku zakażenia wirusem HIV i innymi chorobami przenoszonymi drogą płciową, wraz z poradnictwem okołotestowym

Notatki

Dane zawarte w informatorze pochodzą od organizacji i instytucji prowadzących działalność prorodzinną we Wrocławiu.

Wydawca:

Centrum Informacji i Rozwoju Społecznego
pl. Dominikański 6
tel. 71 772 49 19
e-mail: kontakt@mojarodzina.wroclaw.pl
strona: www.mojarodzina.wroclaw.pl

Redakcja: Iwona Kołodziej, Katarzyna Kozłowska
Korekta: Zofia Kortas
Projekt graficzny: Grzegorz Czajkowski
Skład: Urszula Ludwin

Wydanie II

Wrocław 2014

mojarodzina.wroclaw.pl

**„Wrocławski Informator Rodzinny”
umożliwia zapoznanie się z ofertą Miasta
w zakresie wspierania rodziny w różnych
sytuacjach życiowych.**

**Informator zawiera dane teleadresowe
organizacji i instytucji, które prowadzą
działania na rzecz rodzin, promują
zdrowy styl życia, a także wspierają rodzinę
i poszczególnych jej członków.**



Wrocław miasto spotkań

