

**WSPARCIE DLA OSÓB
Z DOŚWIADCZENIEM
CHOROBY PSYCHICZNEJ
I ICH RODZIN**

Wrocław 2023

Zdrowie psychiczne według WHO to „stan dobrego samopoczucia, w którym człowiek wykorzystuje swoje zdolności, może radzić sobie ze stresem w codziennym życiu, wydajnie oraz owocnie pracować oraz jest w stanie wnieść wkład w życie danej wspólnoty”. Zdrowie psychiczne jest kapitałem pozwalającym człowiekowi na realizowanie intelektualnego i emocjonalnego potencjału oraz znalezienie i odgrywanie swoich ról w życiu społecznym, w szkole i w pracy¹.

Ochrona zdrowia psychicznego to:

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

Co pomaga w dbaniu o własną kondycję psychiczną:

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

GDZIE WE WROCŁAWIU SZUKAĆ POMOCY, GDZIE SIĘ LECZYĆ

UWAGA: w związku z sytuacją epidemiczną w poszczególnych podmiotach mogą wystąpić zmiany dotyczące rejestracji oraz konsultacji dla pacjentów.

1 Placówki medyczne

1.1 Szpitale i oddziały psychiatryczne stacjonarne, dzienne

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

1.1.1 Pomoc dla dzieci i młodzieży

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. J. Gromkowskiego

adres: ul. Koszarowa 5

kontakt: 71 392 53 08, 71 392 53 56

strona: szpital.wroc.pl

adres: ul. Wołowska 9

kontakt: 71 352 84 12 (rejestracja)

strona: szpital.wroc.pl

Centrum Neuropsychiatrii „Neuromed” Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej

adres: ul. Białowieska 74A

kontakt: 71 350 17 80 wew. 31 (rejestracja), 516 021 956

adres: ul. BOROWSKA 181-187

kontakt: 71 786 43 44,

strona: neuropsychiatria.com

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

1.1.2 Pomoc dla dorosłych

Dolnośląskie Centrum Zdrowia Psychicznego Sp. z o.o.

adres: ul. Wybrzeże J. Conrada-Korzeniowskiego 18

kontakt: 71 776 62 00 (informacja)

strona: dczp.wroclaw.pl

Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. Jana Mikulicza-Radeckiego we Wrocławiu

adres: ul. Pasteura 10

kontakt: 71 784 16 00 (informacja)

strona: sekretariat@usk.wroc.pl

Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej we Wrocławiu

adres: ul. Weigla 5

kontakt: 261 660 555 (rejestracja), 261 660 723

strona: szpital@4wsk.pl

1.2 Poradnie zdrowia psychicznego

1.2.1 dla dorosłych

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

adres: ul. Brucknera 47-49

kontakt: 713 253 331 (rejestracja)

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

adres: ul. Potockiego 2

kontakt: 713 252 325 (rejestracja)

Centrum Medyczne „Baby Vita”

adres: ul. Zelwerowicza 4

kontakt: 713 493 911

Centrum Neuropsychiatrii „Neuromed” Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej

adres: ul. Białowieska 74A

kontakt: 713 501 780 (rejestracja), 516 021 956

Lekarska Przychodnia Specjalistyczna Towarzystwa Rozwoju Rodziny

adres: ul. Podwale 74/ofc. 23

kontakt: 713 421 413 (rejestracja)

„Amicur” – Ambulatoryjne Świadczenia Zdrowotne

adres: ul. Elizy Orzeszkowej 55/57

kontakt: 713 225 620 (rejestracja), 713 225 620

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

adres: ul. Drzewieckiego 36a

kontakt: 713 497 675 (rejestracja)

Specjalistyczne Usługi Medyczne Balance Sp. z o.o.

adres: ul. Bulwar Ikara 30

kontakt: 713 111 658 (rejestracja)

EMC INSTYTUT MEDYCZNY SPÓŁKA AKCYJNA

adres: ul. Powstańców Śląskich 95
kontakt: 71 711 74 00 (rejestracja)

**Dolnośląski Wojewódzki Ośrodek Medycyny Pracy Oddział -
Obwód Lecznictwa Kolejowego we Wrocławiu**

adres: ul. Joannitów 10/12
kontakt: 717 957 033 (rejestracja), 717 957 014

PHM Sp. z o.o.

adres: ul. Legnicka 61
kontakt: 713 490 360 (rejestracja), 717 859 215

Przychodnia Pulsantis Standard

adres: ul. Ostrowskiego 3
kontakt: 713 391 140 (rejestracja)

Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. Jana Mikulicza-Radeckiego we Wrocławiu

adres: ul. Pasteura 10
kontakt: 717 841 610 (rejestracja)

WOJEWÓDZKIE CENTRUM MEDYCZNE "DOBRZYŃSKA"

adres: ul. Dobrzyńska 21/23
kontakt: 717 747 730 (rejestracja), 717 747 700

Wrocławskie Centrum Zdrowia Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej

adres: ul. Stalowa 50
kontakt: 713 556 361 (rejestracja), 713 556 518

adres: ul. Dokerska 9

kontakt: 713 738 842 (rejestracja), 713 738 413

adres: ul. Ostrowskiego 13c

kontakt: 713 699 060 (rejestracja)

Prywatna Przychodnia Lekarska Stefan Skrocki

adres: ul. Grunwaldzka 69
kontakt: 713 219 455 (rejestracja)

Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej MSWiA we Wrocławiu

adres: ul. Grabiszyńska 35-39
kontakt: 717 984 725 (rejestracja)

Dolnośląskie Centrum Zdrowia Psychicznego Sp. z o.o.

adres: ul. Wybrzeże J. Conrada-Korzeniowskiego 18
kontakt: 71 776 63 22 (rejestracja)

4 Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej

adres: ul. Weigla 5
kontakt: 261 660 555 (rejestracja), 717 660 373

1.2.2 dla dzieci i młodzieży

Oddział Fundacji „Promyk Słońca” Centrum Diagnostyczno-Rehabilitacyjne NZOZ

adres: ul. Swobodna 8A

kontakt: 717 827 777 (rejestracja)

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. J. Gromkowskiego

adres: ul. Koszarowa 5

kontakt: 713 925 356 (rejestracja), 713 957 638

adres: ul. Wołowska 9

kontakt: 713 528 412 (rejestracja)

Wrocławskie Centrum Zdrowia Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej

adres: ul. Lindego 19-21

kontakt: 713 556 361 (rejestracja), 713 556 518

Centrum Neuropsychiatrii „Neuromed” Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej

adres: ul. Białowieska 74A

kontakt: 713 501 780 w.31 (rejestracja), 516 021 956

1.3 Poradnie psychologiczne

1.3.1 dla dorosłych

Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej MSWiA we Wrocławiu

adres: ul. Grabiszyńska 35-39

kontakt: 717 984 725 (rejestracja)

Polski Związek Głuchych Dolnośląskie Centrum Medyczne Sp. zo.o.

dzielnica: Stare Miasto

adres: ul. Braniborska 2/10

kontakt: 713 556 719 (rejestracja)

Centrum Neuropsychiatrii „Neuromed” Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej

dzielnica: Fabryczna

adres: ul. Białowieska 74A

kontakt: 713 501 780 wew. 31 (rejestracja)

Oddział Fundacji „Promyk Słońca” Centrum Diagnostyczno-Rehabilitacyjne NZOZ

dzielnica: Krzyki

adres: ul. Swobodna 8A

kontakt: 717 827 777 (rejestracja)

1.3.2 dla dzieci i młodzieży

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im.J.Gromkowskiego

dzielnica: Psie Pole

adres: ul. Koszarowa 5

kontakt: 713 925 356

adres: ul. Wołowska 9

kontakt: 713 528 412

Wrocławskie Centrum Zdrowia Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej

adres: ul. Lindego 19-21

kontakt: 713 556 361 (rejestracja)

Oddział Fundacji „Promyk Słońca” Centrum Diagnostyczno-Rehabilitacyjne NZOZ

dzielnica: Krzyki

adres: ul. Swobodna 8A

kontakt: 717 827 777 (rejestracja)

Centrum Neuropsychiatrii „Neuromed” Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej

dzielnica: Fabryczna

adres: ul. Białowieska 74A

kontakt: 713 501 780 wew. 31, 516 021 956

OPTIMA CARE SPÓŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ

dzielnica: Fabryczna

adres: ul. Kukuczki 19/5

kontakt: 669 222 283

1.4 Ośrodki środowiskowej opieki psychologicznej i psychoterapeutycznej dla dzieci i młodzieży

Zatrudniają psychologów, psychoterapeutów i terapeutów środowiskowych dzieci i młodzieży, którzy udzielają pomocy i wsparcia w środowisku.

Do ośrodków mogą zgłaszać się rodzice dzieci oraz młodzież (osoby poniżej 18 r.ż. muszą posiadać zgodę opiekuna prawnego na korzystanie ze świadczeń) w przypadku występowania niepokojących objawów związanych z

problemami psychicznymi.

Wrocławskie Centrum Zdrowia Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej

adres: ul. Lindego 19-21

kontakt: 71 355 63 61 (rejestracja)

Oddział Fundacji „Promyk Słońca” Centrum Diagnostyczno-Rehabilitacyjne NZOZ

dzielnica: Krzyki

adres: ul. Swobodna 8A

kontakt: 71 782 77 77

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. J. Gromkowskiego

adres: ul. Koszarowa 5

kontakt: 71 392 53 08, 71 392 53 56

strona: szpital.wroc.pl

dzielnica: Psie Pole

adres: ul. Wołowska 9

kontakt: 71 352 84 12

1.5 Zespoły Leczenia Środowiskowego

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

adres: ul. Wysoka 4

kontakt: 713 220 681 (rejestracja), 605 447 232

strona: eso.wroclaw.pl

Wrocławskie Centrum Zdrowia Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej

adres: ul. Ostrowskiego 13c

kontakt: 71 369 90 60 (rejestracja)

adres: ul. Stalowa 50

kontakt: 71 355 63 61 (rejestracja)

strona: spzoz.wroc.pl

Centrum Neuropsychiatrii „Neuromed” Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej

adres: ul. Białowieska 74A

kontakt: 713 501 780 wew. 31

strona: neuropsychiatria.com

1.6 Centrum Zdrowia Psychicznego dla Osób Dorosłych

Centrum Zdrowia Psychicznego „+”

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

adres: ul. Ostrowskiego 13 c

kontakt: 71 369 90 60, od poniedziałku do piątku, w godzinach 8:00 - 20:00

e-mail: czp@spzoz.wroc.pl

strona: spzoz.wroc.pl

zakres działań:

- Punkt Koordynacyjno-Zgłoszeniowy, do którego telefonicznie lub osobiście mogą zgłosić się osoby oczekujące pomocy
- Poradnia Zdrowia Psychicznego, w której indywidualnie przyjmują lekarze psychiatry, psychologowie i psychoterapeuci
- Mobilny Zespół Terenowy gotowy do realizowania świadczeń medycznych w środowisku domowym pacjenta
- Koordynatorów Opieki, których zadaniem jest dobranie oddziaływań leczniczych odpowiadających potrzebom i oczekiwaniom pacjentów a także ich zaplanowanie i skoordynowanie

- Oddział Dzienny - miejsce zintensyfikowanych oddziaływań leczniczych, na które pacjent zgłasza się codziennie w godzinach przedpołudniowych i realizuje plan terapeutyczny pod opieką lekarzy i psychoterapeutów oraz innych terapeutów zajęciowych
- Popołudniowe grupy terapeutyczne/ grupy wsparcia
- Pracownik Socjalny będący wsparciem merytorycznym i formalnym dla osób poszukujących pomocy w rozwiązaniu swoich problemów socjalno-bytowych

Centrum Zdrowia Psychicznego dla dzielnicy Psie Pole Dolnośląskie Centrum Zdrowia Psychicznego sp. z o.o.

infolinia: 502 203 202

strona: <https://dczp.wroclaw.pl/czp-menu/o-czp-menu>

adres: PUNKT KONSULTACYJNY CZP nr 1 Wybrzeże Józefa Conrada-Korzeniowskiego 18

kontakt: 572 289 848, poniedziałek - piątek 8.00-18.00

e-mail: czp@dczp.wroclaw.pl

adres: PUNKT KONSULTACYJNY CZP nr 2 ul. Ks. Norberta Bończyka 11-13

kontakt: 690 021 404, poniedziałek - piątek 8.00-18.00

e-mail: czp@dczp.wroclaw.pl

zakres działań:

- poradnia zdrowia psychicznego i zespół leczenia środowiskowego;
- zespół terapeutyczny złożony ze specjalistów, którzy w razie potrzeby zapewnią pomoc medyczną, psychologiczną, społeczną i pielęgniarstwa;
- oddział dzienny i całodobowy

Opracowano na podstawie danych nfz-wroclaw.pl

Nocna i świąteczna pomoc medyczna

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

Szczegółowe informacje dostępne są na stronie internetowej Narodowego Funduszu Zdrowia: www.nfz-wroclaw.pl

Pogotowie Ratunkowe – 999 lub 112

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny we Wrocławiu

adres: ul. Kamińskiego 73a

kontakt: 71 32 70 536

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. J.Gromkowskiego

adres: ul. Koszarowa 5

kontakt: 71 395 76 07

Dolnośląski Szpital Specjalistyczny im. T. Marciniaka

adres: ul. Fieldorfa 5

kontakt: 71 306 42 22

Szpital Specjalistyczny im A. Falkiewicza

adres: ul. Warszawska 2

kontakt: 71 37 74 116; 71 37 74 117; 71 37 74 118; 71 37 74 119

1.7 Poradnie psychologiczno-pedagogiczne

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

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 1

adres: ul. Tadeusza Kościuszki 31/1

kontakt: tel. 71 798 68 28 wew. 102

e-mail: sekretariat.ppp1@wroclawskaedukacja.pl

strona: www.ppp1.wcss.wroc.pl,

sekretariat poradni czynny od poniedziałku do piątku godzinach od 8.00 do 17.00

Gabinety terenowe:

- ul. Słubicka 29-33 tel.: 71 798 68 28 wew. 144 , 148
- ul. Braniborska 57, tel.: 71 798 68 28 wew. 145
- ul. Młodych Techników 58, tel.: 71 798 68 28 wew.142, 143, 146, 147

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 2

adres: ul. Jedności Narodowej 117,

kontakt: tel. 71 798 68 29,

e-mail: sekretariat.ppp2@wroclawskaedukacja.pl

strona: www.ppp2.wroc.pl

Gabinety terenowe:

- ul. Spółdzielcza 2a
- ul. Górnickiego 20

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 4

adres:ul. Jemiołowa 59,

kontakt: tel. 798 68 30 wew. 200

e-mail: sekretariat.ppp4@wroclawskaedukacja.pl

strona: www.ppp4.wroc.pl

Gabinety terenowe:

- Gabinet psychologiczno-pedagogiczny w ZS nr 21, ul. Ignuta 28
- Gabinet psychologiczno-pedagogiczny w ZS nr 24, ul. Eluarda 51/55
- Gabinet psychologiczno-pedagogiczny w SP nr 95, ul. Starogajowa 68
- Gabinet psychologiczno-pedagogiczny w LOXV ul. Wojrowicka 58
- Gabinet psychologiczno-pedagogiczny w ZSP nr 1 ul. Zemska 16 c
- Gabinet psychologiczno-pedagogiczny w ZSP nr 2, ul. Horbaczewskiego 61

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 5

adres:ul. Czajkowskiego 28

kontakt: tel. 798 68 31

e-mail: sekretariat.ppp5@wroclawskaedukacja.pl

strona: www.ppp5.wroc.pl

Gabinet terenowy:

- Gabinet w SP 74 ul. Kleczkowska 2

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 9

adres: ul. Krakowska 102
kontakt: tel. 798 68 32
e-mail: sekretariat.ppp9@wroclawskaedukacja.pl
strona: www.ppp9-wroc.pl,

Gabinety terenowe:

- ul. Wieczysta 105 – Szkoła Podstawowa nr 17 (wejście z tyłu)
- ul. Drukarska 50 – Zespół Szkół Ekonomiczno-Ogólnokształcących,

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej

Celem MOPS jest, m.in.:

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

Dyrekcja

adres: ul. Strzegomska 6
kontakt: 71 782 23 00 do 03
e-mail: sekretariat@mops.wroclaw.pl
strona: mops.wroclaw.pl

Komórki organizacyjne bezpośrednio zajmujące się problemem

Centrum Pracy Socjalnej i Rodziny

adres: ul. Hubska 30-32
kontakt: 71 78-23-590, 78-23-592, 78-23-593
strona: mops.wroclaw.pl

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej we Wrocławiu w celu usprawnienia i ukierunkowania działań na rzecz osób z doświadczeniem choroby psychicznej wykorzystuje posiadane zasoby. Pracownik socjalny, diagnozując dane środowisko, w którym przebywa osoba z doświadczeniem choroby psychicznej, korzysta z pomocy konsultantów i specjalistów Centrum Pracy Socjalnej i Rodziny.

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

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

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

Wykaz placówek MOPS dostępny jest na stronie internetowej: mops.wroclaw.pl.

Dział Adaptacji Osób Niepełnosprawnych

adres: ul. Strzegomska 6, parter, sala nr 25
kontakt: tel./fax (71) 78-22-339, 78-22-342, 78-22-357

Wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjnego i pomocniczego

Fundacja Ecotextil

kontakt: Biuro Fundacji +48 600 811 976, Wypożyczalnia sprzętu 604 085 663

na podstawie danych: mops.wroclaw.pl

Środowiskowe Domy Samopomocy typu A

Osoby ubiegające się o przyjęcie do ŚDS obowiązuje procedura Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej we Wrocławiu, który wydaje decyzję administracyjną na pobyt w ośrodku.

Placówki pobytu dziennego wspierające osoby dorosłe z przewlekłymi zaburzeniami psychicznymi prowadzone są przez następujące organizacje pozarządowe.

Fundacja „Opieka i Troska”

adres: ul. Kiełczowska 43, bud. 6

kontakt: 507 894 235

e-mail: opiekaitroska@opiekaitroska.pl

Stowarzyszenie na Rzecz Promocji Zdrowia „Curatus”

adres: ul. Kleczkowska 5, oficyna

kontakt: 71 329 09 19

e-mail: sdscuratus@gmail.com

Dolnośląskie Stowarzyszenie Aktywnej Rehabilitacji „Art”

adres: ul. Nowowiejska 20F

kontakt: 609 887 642

e-mail: dolsar_art.@interia.pl

Stowarzyszenie „W Naszym Domu”

adres: ul. Szkolna 11

kontakt: 71 349 45 80

e-mail : biuro@wnaszymdomu.org.pl

Domy Pomocy Społecznej dla osób przewlekle psychicznie chorych

Dom Pomocy Społecznej dla osób przewlekle chorych psychicznie

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

Dom Pomocy Społecznej dla osób przewlekle chorych psychicznie wyłącznie dla kobiet, prowadzony jest przez Prowincję Zgromadzenia Sióstr Maryi Niepokalanej, ul. Farna 3 (dzielnica Psie Pole).

Specjalistyczne usługi opiekuńcze dla osób z zaburzeniami psychicznymi

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

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

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

adres: ul. Wysoka 4

kontakt: 713 220 681 (rejestracja), 605 447 232

strona: eso.wroclaw.pl

Inne działania na rzecz osób z doświadczeniem choroby psychicznej

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

- grupa wsparcia dla osób z zaburzeniami psychogeriatrycznymi

adres: Poradnia Zdrowia Psychicznego ul. Stalowa 50 Wrocław

kontakt: 504 407 214

- Punkt informacyjno-konsultacyjny dla osób z zaburzeniami zdrowia psychicznego (realizacja do 31.05.2023)
adres: Fundacja PozyTYwka ul. Gajowicka 164/1 Wrocław
kontakt: 71 338 30 03

Programy promocji zdrowia psychicznego i profilaktyki zaburzeń psychicznych

I. Wsparcie osób z doświadczeniem choroby psychicznej oraz ich rodzin i opiekunów w procesie zdrowienia

Celem programu jest poprawa jakości życia osób z doświadczeniem choroby psychicznej oraz ich rodzin i opiekunów w procesie zdrowienia poprzez budowanie pozytywnych relacji z otoczeniem oraz aktywizowanie społeczne.

Realizatorzy:

Fundacja „Opieka i Troska”

adres: ul. Kielczowska 43, bud. 6

kontakt: 507 894 235

e-mail: opiekaitroska@opiekaitroska.pl

strona: opiekaitroska.pl

zakres działań:

- trening rozwoju osobistego
- arteterapia
- kulturalno – integracyjne
- grupa wsparcia dla osób z depresją i chorobą afektywną dwubiegunową oraz ich bliskich i rodziny

Stowarzyszenie na Rzecz Promocji Zdrowia „Curatus”

adres: ul. Kleczkowska 5, oficyna

kontakt: 71 329 09 19,

e-mail: curatus@o2.pl

strona: curatus.org.pl

zakres działań:

- zajęcia klubowe dotyczące psychoedukacji, muzyczno-wokalne dla osób zagrożonych kryzysem zdrowia psychicznego
- otwarta grupa wsparcia dla rodzin i opiekunów z psychoedukacją

Dolnośląskie Stowarzyszenie Aktywnej Rehabilitacji „Art”

adres: ul. Grabiszyńska 89

kontakt: 609 887 642 po godz. 14.00

e-mail: dolsar_art.@interia.pl

strona: dolsarart.org.pl

zakres działań:

- Pracownia Rehabilitacyjno-Plastyczna „Salon Art”, czynna poniedziałek-piątek w godz. 14.00-19.00, sobota w godz. 12.00-18.00
- psychoedukacyjna grupa integracyjna – Pracownia „Małe Ciche” przy ul. Powstańców Śląskich 109
- grupa treningowa – ul. Nowowiejska 20 f
- Teatr Integracyjny „Euforion” prowadzi próby-warsztaty oraz nabory chętnych do występów na scenie i organizacji przedstawień

II. Wsparcie osób z zespołami otępiennymi i zaburzeniami psychogeriatrycznymi oraz ich rodzin i opiekunów

Celem programu jest poprawa jakości życia osób z zespołami otępiennymi i zaburzeniami psychogeriatrycznymi oraz przeciwdziałanie pogłębianiu się tych zaburzeń poprzez prowadzenie działań korekcyjno – wspierających

Realizatorzy:

Stowarzyszenie grupa wsparcia dla osób z problemami pamięci „Niezapominajka”

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

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

e-mail: stowniezapominajka@o2.pl

strona: <http://stowniezapominajka.wroclaw.pl>

zakres działań:

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

Dolnośląska Fundacja Alzheimerowska

adres: NZOZ WROCŁAWSKIE CENTRUM ALZHEIMEROWSKIE ul. Sikorskiego 7GHJ,

kontakt: rejestracja tel. 533 260 085

strona: <http://alzheimer.wroclaw.pl>

e-mail: kontakt@alzheimer.wroclaw.pl

zakres działań:

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

III. Promowanie zdrowia psychicznego w populacji dzieci, młodzieży i dorosłych mieszkańców Wrocławia

Celem programu jest wzmacnianie zdrowia psychicznego i przeciwdziałanie kryzysom psychicznym, w tym stanom depresyjnym w populacji dzieci, młodzieży i dorosłych mieszkańców Wrocławia, poprzez podnoszenie poziomu wiedzy i świadomości dotyczących zagrożeń zdrowotnych oraz zapewnienie wsparcia specjalistycznego.

Realizatorzy:

Fundacja „PozyTYwka”

adres: ul. Gajowicka 164/1

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

e-mail: biuro@fundacjapozytywka.org.pl

strona: fundacjapozytywka.org.pl

zakres działań:

- cykl warsztatów pn. „Żyj zdrowiem dla dzieci i młodzieży w szkołach
- warsztaty psychoedukacyjne dla osób dorosłych
- Punkt Interwencji Kryzysowej, poniedziałki od 15:00 do 18:00 oraz piątki od 16:00 do 19:00. Konieczna wcześniejsza rejestracja: 71 338 30 03

Fundacja „Dolnośląskie Centrum Psychoonkologii i Rehabilitacji”

adres: ul. Piłsudskiego 34A

kontakt: 510 395 555, 605 288 369

e-mail: anna@jelenik.pl,

strona: dcpir.pl

zakres działań:

- spotkania edukacyjne w klubie pacjenta
- konsultacje indywidualne z psychologiem/terapeutą psychoonkologiem/psychodietetykiem
- zajęcia ruchowo-usprawniające z elementami relaksacji i wizualizacji
- wykłady dla chorych i ich rodzin dot. diety połączone z pokazem przyrządzania zdrowego jedzenia
- terapia tańcem/muzyką
- joga śmiechu
- zajęcia indywidualne z fizjoterapeutą z kinezylogii edukacyjnej mózgu

Fundacja „Evangelium Vitae”

adres: ul. Rydygiera 22-28

kontakt: 71 782 87 61, 605 609 242 w godz. 11.00-13.00

e-mail: fundacja@boromeuszki.pl

strona: fev.wroclaw.pl

zakres działań:

- warsztaty „Jak radzić sobie ze stresem”
- grupa wsparcia dla kobiet w ciąży w ciąży zagrożonych depresją
- grupa wsparcia dla kobiet doświadczających stanów depresyjnych po porodzie oraz konsultacje psychologiczne
- grupa wsparcia dla opiekunów osób z problemami depresyjnymi

- ćwiczenia relaksacyjne dla opiekunów osób z problemami depresyjnymi
- grupa wsparcia dla osób w żałobie

Fundacja „Dobrze że jesteś”

kontakt: tel. 889 516 928

e-mail: fundacja@dobrzezejestes.pl

strona: dobrzezejestes.pl

zakres działań:

fundacja zapewnia wsparcie psychologiczne pacjentom z oddziałów onkologicznych i hematologicznych oraz pomoc w zakresie opieki (Kliniki Hematologii, Nowotworów Krwi i Transplantacji Szpiku Kostnego, Wybrzeże Pasteura 4, Dolnośląskie Centrum Onkologii pl. Hirszfelda 12), grupa wsparcia dla osób w żałobie.

Towarzystwo Rozwoju Rodziny

adres: ul. Podwale 74 oficyna 23

kontakt: tel. 71 342 14 13, 71 349 39 11, 602 645 443 w godz. 9.00-15.00

e-mail: trr@trr.info.pl

strona: trr.info.pl

zakres działań:

- cykl warsztatów w szkołach ponadpodstawowych z zakresu promocji zdrowia psychicznego

Młody Dolny Śląsk

kontakt: tel. 725 198 261

e-mail: kontakt@mlodydolnyslask.pl

strona: mlodydolnyslask.pl

zakres działań:

- cykl warsztatów w szkołach podstawowych i ponadpodstawowych „Odłącz się”

IV Wsparcie psychologiczno-psychiatryczne dla dzieci i młodzieży zagrożonych kryzysem zdrowia psychicznego oraz ich rodziców/opiekunów

Celem jest Przeciwdziałanie kryzysom psychicznym u dzieci i młodzieży oraz ich rodziców/opiekunów poprzez zapewnienie dostępu do różnych form wsparcia edukacyjnego, wzmacniającego zdrowie psychiczne i poczucie bezpieczeństwa

Zakres działań:

- prowadzenie szkoleń i warsztatów specjalistycznych dla dzieci i młodzieży oraz ich rodziców/opiekunów.
- udzielanie wsparcia psychologicznego dzieciom, młodzieży oraz ich rodzicom/opiekunom w rozwiązywaniu problemów wychowawczych, społecznych, rozwoju osobistego i relacji międzyludzkich.

Realizatorzy:

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. J. Gromkowskiego

adres: ul. Koszarowa 5

kontakt: 503 916 169, w godz. 8.00-16.00

strona: szpital.wroc.pl

Centrum Neuropsychiatrii „Neuromed” Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej

adres: ul. Białowieska 74A

kontakt: 71 350 17 80 wew. 31 (rejestracja), 516 021 956 9 w godz. 17.30-15.00), rejestracja do programu poprzez formularz <https://forms.gle/5AKvwph74nmCodgPA> - zapisy na program

strona: neuropsychiatria.com

Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie

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

wsparcia.

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

Realizatorzy:

Stowarzyszenie na Rzecz Promocji Zdrowia Curatus

adres: ul. Kleczkowska 5, oficyna

kontakt: 71 329 09 19

e-mail: curatus@o2.pl

strona: curatus.org.pl

zakres działań: pomoc psychologiczna, pedagogiczna i prawne, poradnictwo rodzinne, telefon zaufania **71 776 62 08** czynny w sobotę, niedzielę i święta (od 9.00 do 19.00)

Fundacja Centrum Praw Kobiet CPK

adres: ul. Ruska 46A/307

kontakt: 71 358 08 74 (pn, śr, pt w godz. 9.00-18.00)

e-mail: cpk_wroclaw@cpk.org.pl

strona : www.cpk.org.pl

zakres działań: poradnictwo prawne, psychologiczne, pedagogiczne, rodzinne, konsultacje dla migrantek

Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom i Ich Rodzinom w Szczególnie Trudnej Sytuacji Życiowej ISKIERKA

adres: pl. Św. Macieja 5

kontakt: 71 322 41 14, 530 451 623

e-mail: iskierka.wroc@gmail.com

strona: www.iskierkawroc.pl

zakres działań: poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne, socjoterapia, warsztaty kompetencji rodzicielskich

Stowarzyszenie MISJA DWORCOWA

adres: ul. Pomorska 16B

kontakt: 71 32 10 550 , 508 168 979

e-mail: misja.dworcowa@wp.pl

strona: www.misjadworcowa.com.pl

zakres działań: poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne, rodzinne, psychoedukacja

Fundacja NON LICET

adres: ul. Stalowa 6A

kontakt: 572 108 352

strona : www.nonlicet.pl,

e-mail: fundacja@nonlicet.pl

zakres działań: poradnictwo psychologiczne, prawne

Stowarzyszenie Intro

adres: ul. Traktatowa 1

kontakt: 881 220 440

strona: kampaniaprzemoc.pl, psychotekst.pl

e-mail: intro@psychotekst.pl

zakres działań: informacja i pomoc internetowa, poradnictwo psychologiczne, prawne, rodzinne, webinary edukacyjne

Fundacja „Dajmy Szansę”

adres: ul. Piłsudskiego 95, I p.

Kontakt: 530 004 627

e-mail: dajszanse@op.pl

strona: www.dajmyszansę.pl

zakres działań: poradnictwo psychologiczne i prawne

Stowarzyszenie Psychoedukacji i Terapii „Evolutio”

adres: ul. Legnicka 65

kontakt: 731 450 926

e-mail: evolutio.stow@gmail.com

strona : www.evolutio.org

zakres działań: poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne, punkt informacyjno-konsultacyjny, pomoc

psychologiczna dla par, grupy wsparcia , warsztaty, treningi

Fundacja NON LICET Centrum Pomocy Dzieciom

adres: ul. Grabiszyńska 35

kontakt: 572 014 532

e-mail: cpd@nonlicet.pl

zakres działań: kompleksowa , specjalistyczna i bezpłatna pomoc dla dzieci pokrzywdzonych przestępstwem

Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ

adres: pl. Dominikański 6, pok. 205

kontakt: 609 899 455, 71 363 12 23

e-mail: arkadiuszklimczak@spzoz.wroc.pl

zakres działań: programy korekcyjno-edukacyjne dla sprawców przemocy, punkt informacyjno-konsultacyjny dla ofiar przemocy,

Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

adres: ul. Gabrieli Zapolskiej 4, III p., pok. 339

kontakt: 71 777 78 36, 71 777 79 60

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

Orzekanie o stopniu niepełnosprawności

Powiatowy Zespół do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności powołany został przez Prezydenta Wrocławia przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej we Wrocławiu i obejmuje zasięgiem swego działania powiat grodzki – Wrocław i powiat ziemski wrocławski.

Siedziba Zespołu: pl. Solidarności 1/3/5 , III piętro

Zainteresowani przyjmowani są od poniedziałku do piątku, w godzinach o 8.00 - 15.00, w pokoju nr 316.

Informacja telefoniczna: 71 78 22 360, 71 78 22 362, 71 78 22 363

Adres e-mail: zon@mops.wroclaw.pl

Druki niezbędne do ubiegania się o wydanie orzeczenia o niepełnosprawności, stopniu niepełnosprawności lub orzeczenia o stopniu niepełnosprawności o wskazaniach do ulg i uprawnień, a także legitymacji osoby niepełnosprawnej, udostępniane są osobom zainteresowanym w siedzibie Zespołu lub można je pobrać ze strony mops.wroclaw.pl (zakładka: <https://www.mops.wroclaw.pl/do-pobrania/wnioski-i-regulaminy/orzecznictwo-o-niepelnosprawnosci>)

Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności wydaje:

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

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

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

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

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

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

złożyć we właściwej instytucji, przyznającej świadczenia lub ulgi.

Aby otrzymać orzeczenie o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności należy złożyć:

- wniosek o wydanie orzeczenia,
- zaświadczenie lekarskie o stanie zdrowia wydane dla potrzeb zespołu ds. orzekania o niepełnosprawności (wystawione nie wcześniej niż na 30 dni przed dniem złożenia wniosku),
- dokumentację medyczną: badania diagnostyczne, konsultacje specjalistyczne, karty informacyjne z pobytów w szpitalu. Zamiast oryginałów można złożyć odpisy sporządzone przez przychodnię, lekarza, szpital. Można również złożyć kserokopie dokumentów medycznych, jeżeli ich zgodność z oryginałem została poświadczona przez notariusza albo przez występującego w sprawie pełnomocnika strony będącego adwokatem, radcą prawnym, rzecznikiem patentowym lub doradcą podatkowym. Kserokopie dokumentów może również uwierzytelnić (poświadczyć zgodność z oryginałem) pracownik Powiatowego Zespołu, któremu należy okazać do wglądu oryginały. Podstawa prawna: art. 76a par. 2 kodeksu postępowania administracyjnego.

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

Legitymacja osoby niepełnosprawnej

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

Niezbędne druki można otrzymać w siedzibie Zespołu lub pobrać ze strony internetowej;
<http://www.mops.wroclaw.pl/formy-pomocy/powiatowy-zespol-orzekania-o-niepelnosprawnosci>