



GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

WAŻNE TELEFONY

112 NUMER ALAROWY

TELEFONY ZAUFANIA

800 12 12 12	Dziecięcy telefon zaufania Rzecznika Praw Dziecka
116 111	Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży
800 100 100	Telefon dla rodziców w sprawach bezpieczeństwa dzieci
116 123	Ogólnopolski telefon dla ofiar przemocy w rodzinie „Niebieska linia”
801 615 005	Zagrożenia w Internecie
(22) 616 02 68	Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę
(22) 484 88 01	Antydepresyjny Telefon Zaufania Fundacja ITAKA
(22) 828 04 50	Centrum Pomocy Cudzoziemcom w Warszawie
(22) 583 66 00	Biuro Rzecznika Praw Dziecka ul. Chocimska 6, 00-791 Warszawa, e-mail: brpd@brpd.gov.pl

WAŻNE INFORMACJE

Dostępne na stronie internetowej Szpitala oraz udostępniane przez personel:

- Lista instytucji, do których można skierować rodzica/ opiekuna prawnego potrzebującego wsparcia dla siebie i dziecka
- Pomoc psychologiczna – lista instytucji
- Tekst Ustawy z dnia 6 stycznia 2000 r. o Rzeczniku Praw Dziecka
- Tekst Konwencji o Prawach Dziecka



Lista kontaktów do instytucji i organizacji pomocowych działających w otoczeniu Szpitala

Nazwa instytucji/organizacji	Dane kontaktowe
Ośrodek pomocy społecznej	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Józefińska 14, 30-529 Kraków tel.: +48 12 616 54 27 e-mail: do@mops.krakow.pl strona www: www.mops.krakow.pl
Ośrodek interwencji kryzysowej	Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Krakowie ul. Radziwiłłowska 8B, 31-026 Kraków całodobowy numer interwencyjny: 12 421 92 82 e-mail: sekretariat@oik.krakow.pl strona www: https://oik.krakow.pl/
Specjalistyczna poradnia rodzinna	Zakład Terapii Rodzin i Psychosomatyki Katedry Psychiatrii Wydziału Lekarskiego Uniwersytetu Jagiellońskiego Collegium Medicum ul. Kopernika 21 a, 31-501 Kraków tel.: +48 12 424 87 50, +48 12 424 87 51 strona www: https://ztrip.cm-uj.krakow.pl/dla-pacjentow/
Ośrodek wczesnej interwencji	Maltański Ośrodek Wczesnej Interwencji ul. Kasztanowa 4a, 30-224 Kraków tel.: +48 12 424 14 40 e-mail: biuro@maltanskiecentrum.pl strona www: https://centrummaltanskie.eu/
Ośrodek wsparcia dziennego	Stowarzyszenie SIEMACHA ul. Długa 42, 31-146 Kraków tel.: +48 12 632 11 88 e-mail: sekretariat@siemacha.org.pl strona www: www.siemacha.org.pl
Środowiskowe centrum zdrowia psychicznego dla dorosłych oraz dla dzieci i młodzieży I stopnia referencyjności	Centrum Zdrowia Psychicznego Kraków-Krowodrza ul. Wrocławska 1-3, budynek nr 24, 30-901 Kraków tel.: +48 12 630 48 10 e-mail: czp.krowodrza@5wszk.com.pl strona www: https://5wszk.com.pl/strona/centrum-zdrowia-psychicznego-krakow-krowodrza



Lista instytucji, do których może skierować się rodzic/opiekun prawny potrzebujący wsparcia dla siebie i/lub dziecka

Lokalne ośrodki pomocy społecznej

Oferują wsparcie ekonomiczne, prawne, mieszkaniowe, rzeczowe, ponadto wiele ośrodków oferuje również warsztaty podnoszenia umiejętności wychowawczych, kursy kompetencji rodzicielskich czy zajęcia w ramach „Akademii rodziców”. W OPS-ie istnieje ponadto możliwość uzyskania pomocy asystenta rodziny (na wniosek rodziców), a także zawnioskowania o asystenta osobistego osoby z niepełnosprawnością, jeśli rodzina posiada pod opieką dziecko z orzeczeniem o niepełnosprawności. Dla wielu rodzin możliwość uzyskania wsparcia asystenckiego jest tym, co ratuje dziecko i rodzinę przed trwałym kryzysem. Pomoc OPS-u jest nieodpłatna.

Ośrodki wczesnej interwencji

Oferują kompleksową, skoordynowaną, wielospecjalistyczną pomoc dzieciom do lat 7 oraz ich opiekunom (w zakresie opieki nad dzieckiem). OWI działają w ramach NFZ, potrzebne jest skierowanie od lekarza. W OWI dziecko może liczyć na m.in.: terapię wczesnego wspomagania rozwoju, fizjoterapię, zajęcia logopedyczne i inne. OWI oferują pomoc dzienną i bezpłatną.

Ośrodki wsparcia dziennego (dawniej „światlice środowiskowe”)

Pobyt dziecka w takim ośrodku trwa kilka godzin (głównie po lekcjach), jest bezpłatny i dobrowolny, a oferta kierowana jest przede wszystkim do rodzin borykających się z trudnościami wychowawczo-opiekunческими, które wychowują dzieci w wieku szkolnym. W ośrodkach wsparcia dziennego dzieci mogą otrzymać posiłek, pomoc w odrabianiu lekcji, uczestniczyć w zajęciach socjoterapeutycznych, kompensacyjnych i innych.

Środowiskowe centra zdrowia psychicznego dla dorosłych oraz środowiskowe centra zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży

Oferują wsparcie dla dzieci oraz rodziców doświadczających kryzysu psychicznego i trudności rodzicielskich w formie indywidualnej, grup terapeutycznych i warsztatów. Centra działają w ramach NFZ.

Centra pomocy dzieciom

Są to miejsca, w których dzieci pokrzywdzone przestępstwem oraz ich opiekunowie otrzymują kompleksową i interdyscyplinarną pomoc. Oznacza to, że sprawę dziecka, które trafi pod opiekę centrum, prowadzi od początku do końca grupa tych samych profesjonalistów. Na spotkaniach zespołu interdyscyplinarnego wspólnie podejmują decyzję, jakiego rodzaju wsparcia potrzebuje dziecko i jego opiekunowie. Strategię pomocy realizują – na ile jest to możliwe – pracownicy placówki: psycholodzy, lekarze, pracownik socjalny. Odbywa się tu również przesłuchanie sądowe dziecka, jeśli jest to potrzebne. Mapę tych miejsc znajdziesz na stronie: <https://centrapomocydzieciom.fdds.pl/>.

Ogólnopolskie i lokalne organizacje pozarządowe zajmujące się wspieraniem rodziców i dzieci.

Wśród dostępnych możliwości można wyróżnić m.in.: grupy wsparcia (dla rodziców małych dzieci, dla rodziców w żałobie, dla rodziców dzieci z niepełnosprawnością itd.), konsultacje i terapie psychologiczne, warsztaty i zajęcia psychoedukacyjne dla rodziców, warsztaty dla dzieci, punkty przedszkolne i wiele innych. Szereg organizacji oferuje wsparcie bezpłatnie.