



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej

Psycholog dostępny od zaraz! - wsparcie dla tych, którzy ratują ludzkie życie

Obecna sytuacja epidemiologiczna związana z rozprzestrzenianiem się koronawirusa dotyka każdego z nas, ale szczególnie zaangażowani w tę walkę są lekarze, pielęgniarki, ratownicy medyczni i wszyscy pracownicy ochrony zdrowia.

Samorząd Województwa Małopolskiego wychodząc naprzeciw potrzebom pracowników służby zdrowia wystąpił z inicjatywą przygotowania **oferty wsparcia psychologicznego dla personelu medycznego**, który wykonuje pracę w warunkach szczególnego narażenia na stres.

Baza **bezpłatnych, całodobowych porad** jest już dostępna dla osób, które chciałyby skorzystać z tej formy wsparcia!

Baza jest także otwarta dla wszystkich chętnych, **którzy mają możliwość udzielenia pomocy!** Jeśli masz możliwość pomóc, przyłącz się do akcji i napisz na akosiba@rops.krakow.pl.

#Podajdalej! Pomóż w tym trudnym okresie budować wsparcie dla osób troszczących się o innych.

Źródło: ROPS Kraków

LP	Nazwa instytucji	Forma pomocy	numer telefonu	dostępność
1	Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Krakowie	pomoc psychologiczna	12 421 92 82 502 273 430	całodobowo codziennie, godz. 8:00 - 20:00
2	Tarnowski Ośrodek Interwencji Kryzysowej i Wspierania Ofiar Przemocy	pomoc psychologiczna	14 655 36 36 698 255 933 500 583 047	całodobowo wtorek, 9:00 – 11:00 codziennie, godz. 12:00 – 16:00
3	Tatrzański Ośrodek Interwencji Kryzysowej i Wspierania Ofiar Przemocy w Rodzinie w Zakopanem	wsparcie psychologiczne	18 20 644 54	codziennie, godz. 8:00 - 20:00
4	Gorlicki Ośrodek Interwencji Kryzysowej	wsparcie psychologiczne i psychoterapeutyczne	18 352 51 01 788 200 493 531 323 053	pon - pt, godz. 7:00 – 19:00 sb -nd, godz. 10:00 – 12:00 niedziela, godz. 10:00 - 11:00
5	Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Oświęcimiu	wsparcie interwenta kryzysowego, pomoc psychologiczna	33-843-70-58 510-374-573	pon- pt, godz. 10:00 - 13:00 pon-pt, godz. 7:00 - 22:00
6	Ośrodek Interwencji Kryzysowej i Poradnictwa w Myślenicach	wsparcie psychologiczne	510 132 396 506 318 838	całodobowo
7	Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Chrzanowie	wsparcie psychologiczne i interwencyjne	32 646 71 85	całodobowo
8	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Proszowicach - Ośrodek Interwencji Kryzysowej	indywidualne poradnictwo psychologiczne	662 715 019	pon-pt, w godz. 15:00-16:00
9	Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Bochni	pomoc psychologiczna	14 611 28 92	całodobowo
10	Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Radozycy	konsultacje telefoniczne - pomoc psychologiczna	33 873 10 01	pon-pt, w godz. 8:00-20:00
11	Towarzystwo Przyjaciół Dzieci Oddział Miejski Kraków	pomoc psychologiczna	667 134 529 574 301 318 574 733 434 574 729 199	środa, godz. 11-14 czwartek, godz. 11-15 piątek, godz. 9-13 wtorek, godz. 9-13
12	Ośrodek Adopcyjny Stowarzyszenia "Pro Familia"	wsparcie psychologiczne	500 134 050 501 319 091	pon - pt, godz. 8:00 - 15:00
13	Ośrodek Adopcyjny "Dzielo Pomocy Dzieciom"	wsparcie psychologiczne/ interwencja kryzysowa	662 180 724	poniedziałek, godz. 9-17 wtorek, godz. 9-18 środa, godz. 9-17 czwartek, godz. 9-17 piątek, godz. 8-15
			604 190 953	poniedziałek, godz. 10-15 środa, godz. 10-15
			606 833 693	poniedziałek, godz. 8:30-16:00 wtorek, godz. 9:00-18:00 środa, godz. 8:30-16:00 piątek, godz. 8:30-13:30
14	Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Krakowie - Małopolski Ośrodek Adopcyjny w Nowym Sączu	pomoc psychologiczna	784 090 906 507 090 397 698 433 180 665 646 995	pon - pt, godz. 8:00-19:00 pon - pt, godz. 8:00-18:00 pon - pt, godz. 8:00-19:00 pon - pt, godz. 8:00-19:00
15	Szpital Specjalistyczny im. Henryka Klimontowicza w Gorlicach	pomoc psychologiczna - porada telefoniczna	607 919 477	pon - pt, godz. 9:00 - 12:00
			18 355 33 45	poniedziałek, godz. 9:00-11:00 czwartek, godz. 9:00-11:00
16	Wojewódzki Szpital Psychiatryczny w Andrychowie	pomoc psychoterapeutyczna/psychologiczna	609 267 236 530 783 570 603 133 884 798 278 083 505 099 611 577 045089	piątek, godz. 9:00-11:00 środa, godz. 16:00-18:00 czwartek, godz. 16:00-18:00 środa, godz. 16:00-18:00 piątek, godz. 13:00-15:00 środa, godz. 16:00-18:00
17	Szpital Uniwersytecki w Krakowie	pomoc psychologiczna	604 774 746	czwartek, godz. 9:30-11:00 piątek, godz. 15:00-17:00 niedziela, godz. 15:00-17:00
			507 806 579	czwartek, godz. 8:00-10:00 piątek, godz. 8:00-10:00
			608 229 009	wtorek, godz. 8:00-9:30
18	Szpital Kliniczny im. dr Józefa Babińskiego w Krakowie	pomoc psychologiczna/psychoterapeutyczna	504 947 744	poniedziałek, godz. 13:00-15:00 środa, godz. 14:00-15:00
			608 861 665	wtorek, godz. 12:00-14:00 piątek, godz. 15:00-18:00
			12 652 45 24	poniedziałek, godz. 14:00-16:00 piątek, godz. 8:00-10:00
			798 890 345	poniedziałek, godz. 10:00-13:00 środa, godz. 10:00-14:00 czwartek, godz. 10:00-13:00 piątek, godz. 11:30-14:00
			601091763	środa, godz. 20:00-21:30
			504947744	poniedziałek, godz. 13:00-14:00
			607985722	wtorek, godz. 14:00-16:00 piątek, godz. 10:00-11:30
			602300510	czwartek, godz. 17:00-18:00
			600289564	czwartek, godz. 19:00-20:00
			533480961	sobota, godz. 10:00-21:00 niedziele, godz. 10:00-21:00
662076354	wtorek, godz. 10:00-12:00			
602331874	środa, godz. 17:00-20:00			
19	Krakowskie Forum Organizacji Społecznych KraFOS	pomoc psychologiczna	500 381 303 733 016 056 662 532 557 609 460 905 789 354 832 789 354 832	poniedziałek, godz. 18:00-21:00 wtorek, godz. 17:00-19:00 środa, godz. 16:00-22:00 środa, godz. 17:00-20:00 czwartek, godz.: 15:00-18:00 piątek, godz. 11:00-14:00
20	Krakowski Instytut Psychoterapii	pomoc psychologiczna	783 222 700 603 890 858 661 011 023	pon - pt, godz. 10:00-18:00
21	Fundacja Towarzystwa Rodzinie	wsparcie psychologiczne	12 260 75 13	poniedziałek, godz. 17:00-20:00 wtorek, godz. 17:00-20:00 środa, godz. 17:00-20:00 piątek, godz. 9:00-13:00
22	Środowiskowe Centrum Zdrowia Psychicznego w Nowym Targu	pomoc psychologiczna	18 263 31 81 690 536 719	pon - pt, godz. 8:00 - 20:00