

GDZIE SZUKAĆ POMOCY

- **Ośrodek Profilaktyki i Leczenia Uzależnień** - tel. 32 271 84 42

Zabrze, ul. Park Hutniczy 4

- **PLIN** - tel. 988
- Telefon zaufania, codziennie od 16 do 24
- **SZANSA** 32 238 81 67
Pracownia Profilaktyki Uzależnień, Gliwice,
ul. Kościuszki 35
- **Centrum Zdrowia Psychicznego i Leczenia Uzależnień** -

tel. 32 231 86 15

Gliwice, ul. Dębowa 5

- **FAMILIA** - tel. 32 231 30 33
Centrum Leczenia Uzależnień,
Gliwice, ul. św. Huberta 60
- **Program Profilaktyczno– Interwencyjny**

"Lepiej razem niż osobno"

- tel. 515 191 15

- **Punkt konsultacyjny**

bezpłatne porady

psychologiczne

socjalne

doradztwo prawne

czynny w każdą **środę** w godz. **16⁰⁰ - 18⁰⁰**

w Centrum Kształcenia Praktycznego i Ustawicznego w Zabrzu

przy ul. 3 Maja 95, www.ckp.zabrze.pl

Telefon: **515 191 155** (czynny w godzinach dyżuru)

- **Poradnia Psychologiczno Pedagogiczna**
- tel. 322711951

Zabrze, ul. 3 – go Maja 93a

- **Centrum Zdrowia Psychicznego Feniks Zabrze**

ul. Grunwaldzka 46,

- telefon infolinia/rejestracja 32 273-32-11

- **PARTNER**

tel. 32 1 26 90 lub 32 258 73

- Poradnia Psychologiczno Pedagogiczna,

Gliwice, ul. Wieczorka 22

- **Zespół Interwencji Kryzysowej**
- tel. 32 2785670, 32 3702731

Zabrze, ul. Wyzwolenia 7

- **Informacja o sektach** - tel. (0-12) 423 11 81
- **Ośrodek Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia** - tel. 204 90 70
- **Towarzystwo Rodzin, Rodziców i Przyjaciół Dzieci Uzależnionych**- tel. 253 83 46

Telefony Zaufania

- **Onkologiczny Śląskiej Ligi Walki z Rakiem**
- 782 60 33
czynny pon - pt w godz. 10 - 15
- **Chrześcijański 250 01 36**
- **Antydepresyjny --22 654 40 41**
ogólnopolski, pon - czw w godz. 17 - 20
- **Dla ofiar przemocy w rodzinie tzw. Niebieska Linia - 801 12 00 02**
ogólnopolski, czynny pon - sob w godz. 10 - 22, niedz i święta w godz. 10 - 16
- **Dla rodziców pijących nastolatków tzw, pomarańczowa linia - 801 14 00 68**
ogólnopolski, pon - pt w godz. 14 – 20
- **Fundacja ITAKA dla rodzin osób zaginionych - 22 654 70 70**
ogólnopolski, pon - czw w godz. 17 – 21
- **Dla skłóconych małżeństw, problemy osobiste i młodzieżowe Warszawa**
tel. 606 29 01 24
czynny całą dobę
- **SZNUPEK - 800 222 315**
- dla dzieci i młodzieży
- **AIDS - Zielona Linia - 22 621 33 67**
- **Nie uciekaj - 801 24 70 70 i 22 654 70 70**
- dla młodych ludzi, którzy uciekli bądź chcą uciec z domu
- **Antynarkotykowy Telefon Zaufania**

800199900

DOPALACZE

W związku z rosnącym zagrożeniem życia i zdrowia dzieci i młodzieży, wynikającym z coraz powszechniejszej dostępności do substancji o działaniu psychoaktywnym, potocznie nazywanych "dopalaczami", przedstawiamy materiały zamieszczone na stronach internetowych:

www.dopalaczeinfo.pl (strona informacyjna)

www.kbpn.gov.pl/portal?id=112271 (poradnik dla rodziców)

Antynarkotykowa Poradnia Internetowa
www.narkomania.org.pl

Dodatkowe informacje można także uzyskać w antynarkotykowym telefonie zaufania pod numerem 801 199 990, czynnym codziennie w godz. 16 - 21.