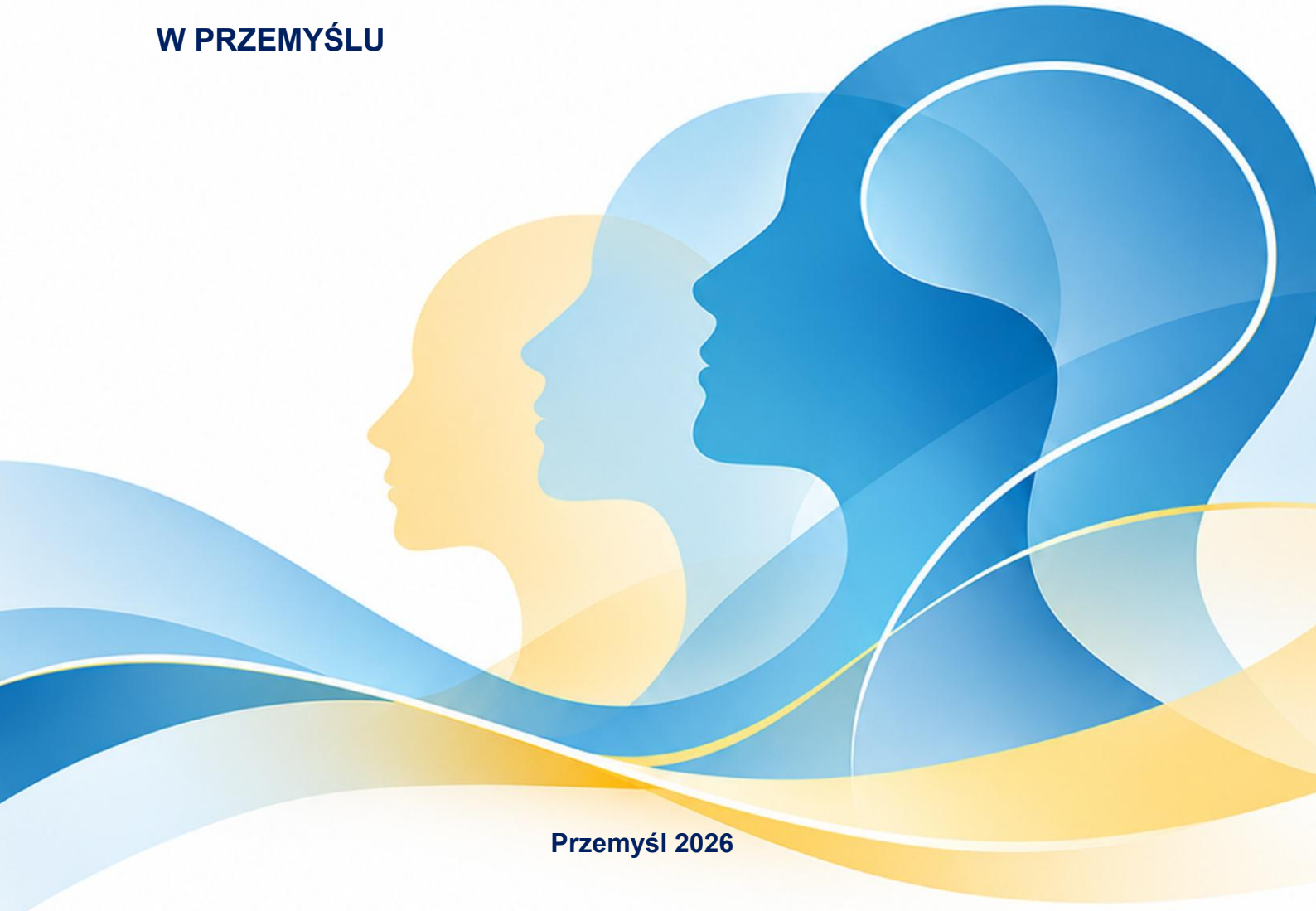
PRZEWODNIK

INFORMUJĄCY O LOKALNIE DOSTĘPNYCH FORMACH OPIEKI ZDROWOTNEJ, POMOCY SPOŁECZNEJ I AKTYWIZACJI ZAWODOWEJ DLA OSÓB Z ZABURZENIAMI PSYCHICZNYMI W PRZEMYŚLU



Przemyśl 2026

SPIS TREŚCI

I. GDZIE SZUKAĆ POMOCY? ... 2
II. OCHRONA ZDROWIA ... 5
II.1. NARODOWY FUNDUSZ ZDROWIA ... 5
II.2. OPIEKA PSYCHIATRYCZNA - DOROŚLI ... 5
II.3. OPIEKA PSYCHIATRYCZNA – DZIECI I MŁODZIEŻ ... 8
II.4. LECZENIE UZALEŻNIEŃ – DOROŚLI ... 9
II.5. LECZENIE UZALEŻNIEŃ – DZIECI I MŁODZIEŻ ... 10
III. PLACÓWKI OŚWIATOWE ... 11
III.1. POMOC PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA ... 11
III.2. WSPARCIE EDUKACYJNO-WYCHOWAWCZE DLA DZIECI I MŁODZIEŻY Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ ... 12
III.3. WCZESNA INTERWENCJA ... 13
IV. POMOC SPOŁECZNA ... 13
IV.1. MIEJSKI OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ ... 13
IV.2. INTERWENCJA KRYZYSOWA ... 14
IV.3. POMOC STACJONARNA ... 14
IV.4. SAMOPOMOC I WSPARCIE ŚRODOWISKOWE ... 14
IV.5. PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY ... 16
V. POMOC W ZAKRESIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I UZALEŻNIEŃ ... 17
VI. POMOC W KRYZYSIE BEZDOMNOŚCI ... 18
VII. AKTYWIZACJA ZAWODOWA ... 19
VIII. ORGANIZACJE POZARZĄDOWE ... 21
IX. ORZECZNICTWO ... 22
X. RZECZNIK PRAW PACJENTA ... 23
XI. POMOC TELEFONICZNA I INTERNETOWA ... 25
XI.1. POMOC OGÓLNA ... 25
XI.2. POMOC DLA DZIECI, MŁODZIEŻY I ICH OPIEKUNÓW ... 27
XII. PRZYDATNE STRONY INTERNETOWE I MATERIAŁY EDUKACYJNE ... 29
XII.1. INFORMACJE O SYSTEMIE OCHRONY ZDROWIA I DOSTĘPNYCH ŚWIADCZENIACH ... 29
XII.2. KAMPANIE SPOŁECZNE I EDUKACJA W ZAKRESIE ZDROWIA PSYCHICZNEGO ... 31
XII.3. PORADNIKI I MATERIAŁY EDUKACYJNE DOTYCZĄCE UZALEŻNIEŃ 32

I. GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

Wybierz sytuację, która najlepiej opisuje Twoją potrzebę.

Poniżej znajdziesz miejsca pierwszego kontaktu.

Szczegółowe dane placówek zebrano w dalszych działach przewodnika.

Bezpośrednie zagrożenie życia lub zdrowia

Zadzwoń pod numer alarmowy **112** lub **999**.

Nie czekaj na planowaną wizytę w poradni lub szpitalu.

Potrzeba rozmowy i wsparcia przez telefon

116 123 – całodobowy telefon zaufania dla dorosłych

116 111 – całodobowy telefon zaufania dla dzieci i młodzieży

800 70 22 22 – całodobowe Centrum Wsparcia dla Osób w Stanie Kryzysu Psychicznego

16 670 16 16 – Telefon Zaufania MOZU w Przemyślu

WIĘCEJ INFORMACJI: DZIAŁ XI

Potrzeba pomocy psychiatrycznej dla osoby dorosłej

Centrum Zdrowia Psychicznego - Punkt Zgłoszeniowo-Koordynacyjny w Przemyślu

ul. M. F. Focha 31, Przemyśl

telefon: 16 677 82 11 lub 16 670 41 33

WIĘCEJ INFORMACJI: DZIAŁ II.2

Potrzeba pomocy psychologicznej dla dziecka lub nastolatka

Poradnia Psychologiczna dla Dzieci i Młodzieży (I poziom referencyjny)

ul. Bohaterów Getta 17A, 37-700 Przemyśl

telefon: 16 650 50 60

WIĘCEJ INFORMACJI: DZIAŁ II.3

Potrzeba pomocy psychiatrycznej dla dziecka lub nastolatka

Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży (II poziom referencyjny)
ul. M. F. Focha 31, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 670 41 33 wew. 32
WIĘCEJ INFORMACJI: DZIAŁ II.3

Potrzeba pomocy w kryzysie życiowym

Zespół Interwencji Kryzysowej przy MOZU w Przemyślu
ul. Św. Brata Alberta 10, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 672 30 04
WIĘCEJ INFORMACJI: DZIAŁ IV.2

Potrzeba pomocy dla osoby dorosłej w związku z uzależnieniem

Poradnia Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia
ul. M. F. Focha 31, Przemyśl
telefon: 16 670 41 33 wew. 33
WIĘCEJ INFORMACJI: DZIAŁ II.4

Potrzeba pomocy dla dziecka lub nastolatka w związku z uzależnieniem

Poradnia Terapii Uzależnień dla Dzieci i Młodzieży
ul. M. F. Focha 31, Przemyśl
telefon: 16 670 41 33 wew. 32
WIĘCEJ INFORMACJI: DZIAŁ II.5

Potrzeba pomocy w związku z problemem alkoholowym członka rodziny

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Przemyślu
ul. św. Brata Alberta 10, pokój 24, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 642 70 89
WIĘCEJ INFORMACJI: DZIAŁ V oraz DZIAŁ II.4

Potrzeba pomocy w związku z przemocą domową

Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej w Przemyślu

ul. Leszczyńskiego 3, 37-700 Przemyśl

telefon: 16 307 14 15

WIĘCEJ INFORMACJI: DZIAŁ IV.5

Potrzeba wsparcia społecznego lub pomocy w codziennym funkcjonowaniu

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Przemyślu

ul. Leszczyńskiego 3, 37-700 Przemyśl

telefon: 16 675 21 61

WIĘCEJ INFORMACJI: DZIAŁ IV

Potrzeba pomocy w związku z trudnościami dziecka w nauce, zachowaniu lub funkcjonowaniu w szkole

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Przemyślu

ul. Kapitulna 4, 37-700 Przemyśl

telefon: 16 678 37 94 lub 884 000 220

WIĘCEJ INFORMACJI: DZIAŁ III

Potrzeba pomocy w podjęciu pracy

Powiatowy Urząd Pracy w Przemyślu

ul. Katedralna 5, 37-700 Przemyśl

telefon: 16 678 59 80

WIĘCEJ INFORMACJI: DZIAŁ VII

Potrzeba uzyskania orzeczenia o niepełnosprawności

Powiatowy Zespół do spraw Orzekania o Niepełnosprawności w Przemyślu

ul. gen. Jakuba Jasińskiego 1, 37-700 Przemyśl

telefon: 16 670 40 33

WIĘCEJ INFORMACJI: DZIAŁ IX

II. OCHRONA ZDROWIA

Osoby doświadczające problemów ze zdrowiem psychicznym mogą korzystać z różnych form pomocy, w zależności od rodzaju trudności i potrzeb zdrowotnych. Obejmują one m.in. konsultacje psychiatryczne i psychologiczne, psychoterapię, leczenie środowiskowe, pobyt w oddziałach dziennych oraz leczenie szpitalne. Dostępne są również specjalistyczne świadczenia dla osób uzależnionych i ich bliskich. Do lekarza psychiatry w ramach NFZ można zgłosić się bez skierowania.

Dorośli mieszkańcy Przemyśla mogą również uzyskać pomoc w Centrum Zdrowia Psychicznego, zgłaszając się do Punktu Zgłoszeniowo-Koordynacyjnego bez skierowania i wcześniejszej rejestracji. Opieka psychiatryczna dla dzieci i młodzieży jest zorganizowana na trzech poziomach referencyjnych. Do placówek I poziomu referencyjnego i poradni II poziomu referencyjnego można zgłosić się bez skierowania. Leczenie na III poziomie referencyjnym obejmuje całodobową opiekę psychiatryczną i co do zasady wymaga skierowania. Skierowanie nie jest wymagane w przypadku nagłego zagrożenia życia.

Poniżej przedstawiono dane kontaktowe Narodowego Funduszu Zdrowia, placówek działających na terenie Przemyśla oraz wybranych podmiotów zlokalizowanych poza miastem, z których mogą korzystać jego mieszkańcy.

II.1. NARODOWY FUNDUSZ ZDROWIA

POZA PRZEMYŚLEM – RZESZÓW

Podkarpacki Oddział Wojewódzki Narodowego Funduszu Zdrowia
ul. Zamkowa 8, 35-032 Rzeszów
telefon: 17 86 04 100
e-mail: sekretariat@nfz-rzeszow.pl
https://www.nfz-rzeszow.pl/

II.2. OPIEKA PSYCHIATRYCZNA - DOROŚLI

PRZEMYŚL

Punkt Zgłoszeniowo-Koordynacyjny w Przemyślu
Centrum Zdrowia Psychicznego (Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny im. prof. Eugeniusza Brzezickiego w Żurawicy)
ul. M. F. Focha 31, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 677 82 11 (rejestracja) lub 16 670 41 33 (CZP)
e-mail: czp@wpsp.pl
https://wpsp.pl/centrum-zdrowia-psychicznego/

PRZEMYŚL

Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dorosłych
Centrum Zdrowia Psychicznego (Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny im. prof. Eugeniusza Brzezickiego w Żurawicy)
ul. M. F. Focha 31, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 670 41 33 wew. 32 (rejestracja)
e-mail: sekretariat@wpsp.pl
https://wpsp.pl/rejestracja-w-przychodni/

PRZEMYŚL

Poradnia Zdrowia Psychicznego
NZOZ Podkarpackie Centrum Zdrowia Psychicznego s.c.
ul. Bohaterów Getta 17A, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 650 50 60
e-mail: nzoz_centrum@autograf.pl
https://www.psychiatriaprzemysl.pl/

PRZEMYŚL

Zespół Leczenia Środowiskowego
Centrum Zdrowia Psychicznego (Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny im. prof. Eugeniusza Brzezickiego w Żurawicy)
ul. M. F. Focha 31, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 670 41 33 wew. 32 (rejestracja)
e-mail: czp@wpsp.pl
https://wpsp.pl/centrum-zdrowia-psychicznego/

PRZEMYŚL

Oddział Dzienny Psychiatryczny
Centrum Zdrowia Psychicznego (Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny im. prof. Eugeniusza Brzezickiego w Żurawicy)
ul. M. F. Focha 31, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 670 41 33 wew. 54
e-mail: sekretariat@wpsp.pl
https://wpsp.pl/o-szpitalu/oddzialy/

PRZEMYŚL

Oddział Dzienny Psychiatryczny
NZOZ Podkarpackie Centrum Zdrowia Psychicznego s.c.
ul. Bohaterów Getta 17A, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 650 51 22
e-mail: nzoz.dzienny@interia.pl
https://www.psychiatriaprzemysl.pl/

POZA PRZEMYŚLEM – ŻURAWICA

Izba Przyjęć Szpitala Psychiatrycznego
Centrum Zdrowia Psychicznego (Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny im. prof. Eugeniusza Brzezickiego w Żurawicy)
ul. Różana 9, 37-710 Żurawica
telefon: 16 67 23 003
e-mail: sekretariat@wpsp.pl
https://wpsp.pl/

POZA PRZEMYŚLEM – ŻURAWICA

Oddział Psychiatryczny Ogólny Nr 1
Centrum Zdrowia Psychicznego (Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny im. prof. Eugeniusza Brzezickiego w Żurawicy)
ul. Różana 9, 37-710 Żurawica
telefon: 16 67 23 003
e-mail: sekretariat@wpsp.pl
https://wpsp.pl/o-szpitalu/oddzialy/

POZA PRZEMYŚLEM – ŻURAWICA

Oddział Psychogeriatryczny
Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny im. prof. Eugeniusza Brzezickiego w Żurawicy
ul. Różana 9, 37-710 Żurawica
telefon: 16 67 23 003
e-mail: sekretariat@wpsp.pl
https://wpsp.pl/o-szpitalu/oddzialy/

PRZEMYŚL

Zakład Opiekuńczo-Leczniczy o profilu psychiatrycznym
Centrum Terapii i Rehabilitacji w Przemyślu
ul. Juliusza Słowackiego 85, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 67 69 060 lub 513 830 798
https://caritas.przemyska.pl/baza-placowek/

II.3. OPIEKA PSYCHIATRYCZNA – DZIECI I MŁODZIEŻ

PRZEMYŚL

Poradnia Psychologiczna dla Dzieci i Młodzieży (I poziom referencyjny)
NZOZ Podkarpackie Centrum Zdrowia Psychicznego s.c.
ul. Bohaterów Getta 17A, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 650 50 60
e-mail: nzoz_centrum@autograf.pl
https://www.psychiatriaprzemysl.pl/

PRZEMYŚL

Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży (II poziom referencyjny)
Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny im. prof. Eugeniusza Brzezickiego w Żurawicy
ul. M. F. Focha 31, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 670 41 33 wew. 32 (rejestracja)
e-mail: sekretariat@wpsp.pl
https://wpsp.pl/rejestracja-w-przychodni/

PRZEMYŚL

Oddział Dzienny dla Osób z Autyzmem Dziecięcym
Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny im. prof. Eugeniusza Brzezickiego w Żurawicy
ul. M. F. Focha 31, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 670 41 33 wew. 35
e-mail: sekretariat@wpsp.pl
https://wpsp.pl/o-szpitalu/oddzialy/

POZA PRZEMYŚLEM – ŁAŃCUT

Oddział Dzienny Psychiatrii dla Dzieci i Młodzieży (II poziom referencyjny)
Centrum Medyczne w Łańcucie
ul. Podzwierzyniec 74A, 37-100 Łańcut
telefon: 17 22 40 224 (kierownik oddziału) lub 17 22 40 148 (pielęgniarka)
e-mail: sekretariat@cm-lancut.pl
https://www.cm-lancut.pl/

POZA PRZEMYŚLEM – ŁAŃCUT

Kliniczny Oddział Psychiatrii dla Dzieci i Młodzieży (III poziom referencyjny)
Centrum Medyczne w Łańcucie
ul. Ignacego Paderewskiego 5, 37-100 Łańcut
telefon: 17 224 01 32
e-mail: sekretariat@cm-lancut.pl
https://www.cm-lancut.pl/

II.4. LECZENIE UZALEŻNIEŃ – DOROŚLI

PRZEMYŚL

Poradnia Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia w Przemyślu
Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny im. prof. Eugeniusza Brzezickiego w Żurawicy
ul. M. F. Focha 31, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 670 41 33 wew. 33 (rejestracja)
e-mail: sekretariat@wpsp.pl
https://wpsp.pl/rejestracja-w-przychodni/

PRZEMYŚL

Oddział Dzienny Terapii Uzależnienia od Alkoholu
Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny im. prof. Eugeniusza Brzezickiego w Żurawicy
ul. M. F. Focha 31, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 677 82 10 wew. 21 (oddział) lub wew. 58 (kierownik oddziału)
e-mail: sekretariat@wpsp.pl
https://wpsp.pl/o-szpitalu/oddzialy/

POZA PRZEMYŚLEM – ŻURAWICA

Oddział Terapii Uzależnienia od Alkoholu
Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny im. prof. Eugeniusza Brzezickiego w Żurawicy
ul. Różana 9, 37-710 Żurawica
telefon: 16 67 23 003
e-mail: sekretariat@wpsp.pl
https://wpsp.pl/o-szpitalu/oddzialy/

POZA PRZEMYŚLEM – ŻURAWICA

Oddział Leczenia Alkoholowych Zespołów Abstynencyjnych
Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny im. prof. Eugeniusza Brzezickiego w Żurawicy
ul. Różana 9, 37-710 Żurawica
telefon: 16 67 23 003
e-mail: sekretariat@wpsp.pl
https://wpsp.pl/o-szpitalu/oddzialy/

II.5. LECZENIE UZALEŻNIEŃ – DZIECI I MŁODZIEŻ

PRZEMYŚL

Poradnia Terapii Uzależnień dla Dzieci i Młodzieży
Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny im. prof. Eugeniusza Brzezickiego w Żurawicy
ul. M. F. Focha 31, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 670 41 33 wew. 32 (rejestracja)
e-mail: sekretariat@wpsp.pl
https://wpsp.pl/rejestracja-w-przychodni/

III. PLACÓWKI OŚWIATOWE

Dzieci i młodzież doświadczające trudności emocjonalnych, rozwojowych, edukacyjnych lub wychowawczych mogą korzystać z pomocy psychologiczno-pedagogicznej udzielanej w szkołach, poradniach oraz specjalistycznych placówkach oświatowych. Wsparcie może obejmować m.in. diagnozę trudności, konsultacje psychologiczne i pedagogiczne, terapię, poradnictwo dla rodziców i nauczycieli oraz działania wspomagające rozwój i edukację dziecka.

W Przemyślu funkcjonują placówki zapewniające pomoc psychologiczno-pedagogiczną, kształcenie specjalne, wczesne wspomaganie rozwoju oraz wsparcie rehabilitacyjno-edukacyjne. Zakres udzielanej pomocy i zasady korzystania z niej zależą od rodzaju placówki oraz indywidualnych potrzeb dziecka.

Poniżej przedstawiono dane kontaktowe placówek, w których dzieci, młodzież i ich rodziny mogą uzyskać pomoc.

III.1. POMOC PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA

PRZEMYŚL

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Przemyślu
ul. Kapitulna 4, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 678 37 94 lub 884 000 220
e-mail: ppp@um.przemysl.pl
https://ppp.przemysl.edu.pl/

PRZEMYŚL

Niepubliczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Wczesnego Wspomagania Rozwoju PSONI
Wybrzeże Ojca Świętego Jana Pawła II 78, 37-700 Przemyśl
telefon: 782 540 523
e-mail: poradnia@psoni.przemysl.pl
https://www.psoni.przemysl.pl/index.php/placowki/poradnia/poradnia-placowka

III.2. WSPARCIE EDUKACYJNO-WYCHOWAWCZE DLA DZIECI I MŁODZIEŻY Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ

PRZEMYŚL

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy Nr 1 im. Marii Grzegorzewskiej w Przemyślu
ul. Kopernika 14, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 678 31 20
e-mail: sosw1@um.przemysl.pl
https://sosw1.przemysl.edu.pl/

PRZEMYŚL

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy Nr 2 im. dr Janusza Korczaka w Przemyślu
ul. Czarnieckiego 27, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 676 04 00
e-mail: sosw2@um.przemysl.pl
https://sosw2.przemysl.edu.pl/

PRZEMYŚL

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy Nr 3 im. Kazimierza Wielkiego w Przemyślu
ul. Kapitulna 4, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 678 30 94
e-mail: sosw3@um.przemysl.pl
https://sosw3.przemysl.edu.pl/

PRZEMYŚL

Ośrodek Rehabilitacyjno-Edukacyjno-Wychowawczy PSONI Koło w Przemyślu
Wybrzeże Ojca Świętego Jana Pawła II 78, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 670 76 96
e-mail: orew@psoni.przemysl.pl
https://www.psoni.przemysl.pl/

III.3. WCZESNA INTERWENCJA

PRZEMYŚL

Ośrodek Wczesnej Interwencji PSONI
Wybrzeże Ojca Świętego Jana Pawła II 78, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 670 76 96 lub 720 410 302
e-mail: owi@psoni.przemysl.pl
https://www.psoni.przemysl.pl/index.php/placowki/owi/owi-placowka

IV. POMOC SPOŁECZNA

Pomoc społeczna stanowi ważne uzupełnienie opieki zdrowotnej, szczególnie w przypadku osób, których problemy związane ze zdrowiem psychicznym utrudniają codzienne funkcjonowanie, samodzielne zaspokajanie potrzeb lub uczestnictwo w życiu społecznym. Wsparcie może obejmować m.in. pracę socjalną, poradnictwo specjalistyczne, usługi opiekuńcze, pomoc w sytuacjach kryzysowych oraz różne formy wsparcia dziennego i całodobowego.

W Przemyślu zadania z tego zakresu realizują przede wszystkim Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej oraz inne placówki i organizacje działające na rzecz mieszkańców. Dostępne są również formy pomocy dla osób doświadczających przemocy domowej, osób z niepełnosprawnościami, seniorów oraz rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej.

Poniżej przedstawiono instytucje i placówki udzielające pomocy społecznej oraz wsparcia środowiskowego, wraz z ich danymi kontaktowymi.

IV.1. MIEJSKI OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ

PRZEMYŚL

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Przemyślu
ul. Leszczyńskiego 3, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 675 21 61
e-mail: sekretariat@mops.przemysl.pl
https://mops.przemysl.eu/

IV.2. INTERWENCJA KRYZYSOWA

PRZEMYŚL

Zespół Interwencji Kryzysowej
przy Miejskim Ośrodku Zapobiegania Uzależnieniom w Przemyślu
ul. Św. Brata Alberta 10, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 672 30 04
faks: 16 671 39 56
e-mail: osrodek@mozuprzemysl.pl
https://mozu.przemysl.eu/13/dzial-interwencji-kryzysowej.html

IV.3. POMOC STACJONARNA

PRZEMYŚL

Miejski Dom Pomocy Społecznej w Przemyślu
ul. Wysockiego 99, 37-700 Przemyśl
ul. Św. Brata Alberta 3, 37-700 Przemyśl (drugi obiekt)
telefon: 16 670 55 57 (ul. Wysockiego)
telefon: 16 678 38 26 (ul. Św. Brata Alberta)
e-mail: poczta@mdps.przemysl.pl
https://mdps.przemysl.eu/

PRZEMYŚL

Dom Pomocy Społecznej im. Św. Brata Alberta w Przemyślu
ul. św. Brata Alberta 1, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 670 73 40
e-mail: przemysl@caritas.pl
https://caritas.przemyska.pl/baza-placowek/

IV.4. SAMOPOMOC I WSPARCIE ŚRODOWISKOWE

PRZEMYŚL

Środowiskowy Dom Samopomocy PSONI Koło w Przemyślu
ul. Bakończycka 16, 37-700 Przemyśl (siedziba główna)
ul. Juliusza Słowackiego 85, 37-700 Przemyśl (filia)
telefon: 16 678 29 03
e-mail: sds@psoni.przemysl.pl
https://www.psoni.przemysl.pl/

PRZEMYŚL

Katolicka Świetlica Profilaktyczno-Wychowawcza „Oratorium”
ul. Basztowa 15, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 678 61 41
e-mail: oratoriumprzemysl@michalitki.pl

PRZEMYŚL

Świetlica Socjoterapeutyczna „Perspektywa”
ul. ks. Piotra Skargi 6, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 642 77 22 lub 16 676 90 60
e-mail: przemysl@caritas.pl
https://caritas.przemyska.pl/

PRZEMYŚL

Świetlica TPD „Przystań”
ul. Opalińskiego 11A, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 678 33 82
e-mail: tpd@o2.pl
https://tpdprzemysl.pl/swietlica/

PRZEMYŚL

Świetlica Środowiskowa w Domu Ukraińskim w Przemyślu
ul. Kościuszki 5, 37-700 Przemyśl
telefon: 888 126 922
e-mail: przemysl@ukraincy.org.pl

PRZEMYŚL

Klub Seniora „Młodzi Duchem”
ul. ks. Piotra Skargi 6, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 642 77 22 lub 16 676 90 60
e-mail: przemysl@caritas.pl
https://caritas.przemyska.pl/

PRZEMYŚL

Klub Pacjenta CZP
Wybrzeże Marszałka Ferdynanda Focha 31, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 677 82 11
e-mail: czp@wpsp.pl
https://wpsp.pl/centrum-zdrowia-psychicznego/

PRZEMYŚL

Centrum Aktywizacji Społecznej w Przemyślu
ul. Juliusza Słowackiego 13, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 648 30 98
e-mail: cas@um.przemysl.pl
https://www.facebook.com/cas.przemysl/

IV.5. PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY

PRZEMYŚL

Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej w Przemyślu
ul. Leszczyńskiego 3, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 307 14 15
e-mail: zi@mops.przemysl.pl
https://mops.przemysl.eu/90/zespol-interdyscyplinarny-ds-przeciwdzialania-przemocy-w-rodzinie.html

POZA PRZEMYŚLEM

Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Osób Doznających Przemocy Domowej w Korytnikach
Korytniki 14, 37-741 Krasiczyn
telefon: 16 671 85 94
e-mail: kontakt@sow-korytniki.pl
https://sow-korytniki.pl

V. POMOC W ZAKRESIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I UZALEŻNIEŃ

Problemy związane z używaniem alkoholu i innych substancji psychoaktywnych mogą wpływać na zdrowie psychiczne, relacje rodzinne, sytuację zawodową oraz codzienne funkcjonowanie. Pomocy mogą potrzebować nie tylko osoby doświadczające uzależnienia, lecz także ich bliscy, w tym osoby współuzależnione oraz członkowie rodzin, w których występują problemy alkoholowe.

W Przemyślu można uzyskać wsparcie w zakresie profilaktyki uzależnień, poradnictwa, motywowania do podjęcia leczenia oraz rozwiązywania problemów związanych z używaniem alkoholu. Zadania te realizują m.in. Miejski Ośrodek Zapobiegania Uzależnieniom oraz Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Poniżej przedstawiono dane kontaktowe tych instytucji. Informacje o placówkach prowadzących leczenie uzależnień w ramach NFZ zamieszczono również w dziale II.

PRZEMYŚL

Miejski Ośrodek Zapobiegania Uzależnieniom w Przemyślu
ul. Św. Brata Alberta 10, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 672 30 04
e-mail: osrodek@mozuprzemysl.pl
https://mozu.przemysl.eu/

PRZEMYŚL

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Przemyślu
ul. św. Brata Alberta 10, pokój 24, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 642 70 89
e-mail: gkrpa@mozuprzemysl.pl
https://mozu.przemysl.eu/75/gminna-komisja-rozwiazywania-problemow-alkoholowych-gkrpa.html

VI. POMOC W KRYZYSIE BEZDOMNOŚCI

Utrata miejsca zamieszkania lub zagrożenie bezdomnością mogą prowadzić do pogorszenia stanu zdrowia psychicznego, nasilenia trudności życiowych i ograniczenia możliwości samodzielnego funkcjonowania. Osoby znajdujące się w takiej sytuacji mogą potrzebować nie tylko schronienia, ale również wsparcia socjalnego, psychologicznego oraz pomocy w stopniowym odzyskiwaniu samodzielności.

Na terenie Przemyśla funkcjonują placówki udzielające pomocy osobom doświadczającym kryzysu bezdomności, w tym schronisko dla mężczyzn oraz Dom Matki i Dziecka. Zakres udzielanego wsparcia i warunki przyjęcia zależą od rodzaju placówki i sytuacji osoby potrzebującej pomocy.

Poniżej przedstawiono dane kontaktowe placówek, do których można zwrócić się w przypadku braku schronienia lub trudnej sytuacji mieszkaniowej.

PRZEMYŚL

Schronisko dla bezdomnych mężczyzn im. Św. Brata Alberta w Przemyślu
ul. Ferdynanda Focha 12, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 677 07 62
e-mail: schronisko_przemysl@wp.pl
https://mops.przemysl.eu/92/pomoc-dla-osob-bezdomnych.html

PRZEMYŚL

Caritas Archidiecezji Przemyskiej – Dom Matki i Dziecka
ul. Prądzyńskiego 8, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 670 00 93 lub 511 254 421
e-mail: domsammat@op.pl
https://caritas.przemyska.pl/

VII. AKTYWIZACJA ZAWODOWA

Aktywność zawodowa może odgrywać istotną rolę w procesie zdrowienia, usamodzielniania się i integracji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi. Podjęcie lub powrót do pracy bywają jednak utrudnione ze względu na stan zdrowia, niepełnosprawność, długotrwałą przerwę w zatrudnieniu lub ograniczone możliwości funkcjonowania w środowisku zawodowym.

Mieszkańcy Przemyśla mogą korzystać z różnych form wsparcia w tym zakresie, obejmujących m.in. poradnictwo zawodowe, pośrednictwo pracy, rehabilitację społeczną i zawodową oraz reintegrację społeczną i zawodową. Działania te realizują Powiatowy Urząd Pracy, warsztaty terapii zajęciowej oraz Centrum Integracji Społecznej. Poszczególne formy wsparcia różnią się przeznaczeniem, warunkami uczestnictwa i zakresem oferowanych działań.

Poniżej przedstawiono dane kontaktowe instytucji i placówek wspierających aktywizację zawodową mieszkańców.

PRZEMYŚL

Powiatowy Urząd Pracy w Przemyślu
ul. Katedralna 5, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 678 59 80
e-mail: sekretariat@przemysl.praca.gov.pl
https://przemysl.praca.gov.pl/

PRZEMYŚL

Warsztat Terapii Zajęciowej w Przemyślu - Stowarzyszenie Wspierania Osób Niepełnosprawnych Intelektualnie
ul. Lelewela 8A, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 678 04 40
e-mail: wtzswoni@gmail.com
https://www.wtz.t.k.pl/

PRZEMYŚL

Warsztat Terapii Zajęciowej w Przemyślu – Przemyski Klub Sportu, Turystyki i Rekreacji Niewidomych i Słabowidzących „PODKARPACIE”
ul. Słowackiego 87F, 37-700 Przemyśl
telefon: 663 757 679
e-mail: wtzslowackiego85@gmail.com

PRZEMYŚL

Warsztat Terapii Zajęciowej w Przemyślu - Polskie Towarzystwo Walki z Kalectwem Oddział w Przemyślu
ul. Sobótki 23, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 670 15 16
e-mail: wtz.przemysl@onet.pl
https://twkprzem.pl/warsztat-terapii-zajeciowej-sobotki/

PRZEMYŚL

Warsztat Terapii Zajęciowej w Przemyślu – Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania Dzieci i Młodzieży Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego Nr 1 w Przemyślu
ul. Bilana 2, 37-700 Przemyśl
telefon: 664 314 431
e-mail: stowarzyszeniesosw1@gmail.com

PRZEMYŚL

Centrum Integracji Społecznej (CIS)
ul. ks. Piotra Skargi 6, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 642 77 22
e-mail: przemysl@caritas.pl
https://caritas.przemyska.pl/cis-2/

VIII. ORGANIZACJE POZARZĄDOWE

Organizacje pozarządowe uzupełniają działalność instytucji publicznych, oferując różnorodne formy pomocy osobom z zaburzeniami psychicznymi, osobom z niepełnosprawnościami oraz ich rodzinom i opiekunom. Ich działalność może obejmować m.in. poradnictwo, wsparcie społeczne, rehabilitację, działania integracyjne, pomoc materialną oraz inicjatywy służące przeciwdziałaniu izolacji i wykluczeniu społecznemu. W Przemyślu funkcjonują stowarzyszenia i organizacje prowadzące placówki wsparcia, realizujące zadania zlecane przez samorząd oraz podejmujące własne inicjatywy na rzecz mieszkańców. Zakres działalności poszczególnych organizacji jest zróżnicowany, dlatego warto kontaktować się bezpośrednio z wybranym podmiotem w celu uzyskania informacji o aktualnie dostępnej pomocy.

Poniżej zamieszczono dane kontaktowe wybranych organizacji pozarządowych działających na terenie miasta.

PRZEMYŚL

Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną Koło w Przemyślu
Wybrzeże Ojca Świętego Jana Pawła II 78, 37-700 Przemyśl
telefon: 720 434 696 lub 16 670 76 96
e-mail: biurozk@psoni.przemysl.pl
https://www.psoni.przemysl.pl/

PRZEMYŚL

Stowarzyszenie Wspierania Osób Niepełnosprawnych Intelektualnie w Przemyślu
ul. Lelewela 8A, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 678 04 40
e-mail: wtzswoni@gmail.com
https://www.facebook.com/swoniwtz/?locale=pl_PL

PRZEMYŚL

Polskie Towarzystwo Walki z Kalectwem Oddział w Przemyślu
ul. Barska 15, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 677 80 15
e-mail: twkprzem@op.pl
https://twkprzem.pl/

PRZEMYŚL

Caritas Archidiecezji Przemyskiej
ul. Kapitulna 1, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 676 90 60
e-mail: przemysl@caritas.pl
https://caritas.przemyska.pl/

PRZEMYŚL

Towarzystwo Pomocy im. św. Brata Alberta – Koło Przemyskie
ul. Ferdynanda Focha 12, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 677 07 62
e-mail: schronisko_przemysl@wp.pl

IX. ORZECZNICTWO

Osoby, których stan zdrowia powoduje ograniczenia w codziennym funkcjonowaniu lub zdolności do pracy, mogą ubiegać się o odpowiednie orzeczenie. W zależności od jego rodzaju i spełnienia określonych warunków orzeczenie może stanowić podstawę do korzystania z różnych form wsparcia, świadczeń, ulg lub uprawnień.

W Polsce funkcjonują odrębne systemy orzecznicze. Powiatowe zespoły do spraw orzekania o niepełnosprawności wydają orzeczenia o niepełnosprawności i stopniu niepełnosprawności, natomiast Zakład Ubezpieczeń Społecznych i Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego prowadzą orzecznictwo na potrzeby świadczeń wynikających z właściwych im systemów ubezpieczeniowych. Orzeczenia wydawane przez te instytucje mają różne cele i nie są ze sobą tożsame.

Poniżej przedstawiono dane kontaktowe instytucji, w których mieszkańcy Przemyśla mogą uzyskać informacje dotyczące zasad orzekania i składania wniosków.

PRZEMYŚL

Powiatowy Zespół do spraw Orzekania o Niepełnosprawności w Przemyślu
ul. gen. Jakuba Jasińskiego 1, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 670 40 33
e-mail: pzoon@mops.przemysl.pl
https://przemysl.pl/40884/powiatowy-zespol-do-spraw-orzekania-o-niepelnosprawnosci-dla-miasta-przemysla-i-powiatu-przemyskiego.html

PRZEMYŚL

Zakład Ubezpieczeń Społecznych (ZUS) – Inspektorat w Przemyślu
ul. Brodzińskiego 6, 37-700 Przemyśl
telefon: 22 560 16 00 (Centrum Kontaktu Klientów) lub 16 670 49 94
https://www.zus.pl/

PRZEMYŚL

Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego (KRUS) – Placówka Terenowa w Przemyślu
ul. Kopernika 52, 37-700 Przemyśl
telefon: 16 678 90 33
e-mail: przemysl@krus.gov.pl
https://www.gov.pl/web/krus/pt-przemysl

X. RZECZNIK PRAW PACJENTA

Każdej osobie korzystającej ze świadczeń zdrowotnych przysługują określone prawa, w tym m.in. prawo do informacji o stanie zdrowia, poszanowania intymności i godności oraz dostępu do dokumentacji medycznej. Szczególne znaczenie ma ochrona praw osób korzystających z opieki psychiatrycznej, zwłaszcza pacjentów przebywających w szpitalach psychiatrycznych.

W przypadku pytań dotyczących praw pacjenta, wątpliwości związanych ze sposobem udzielania świadczeń lub podejrzenia naruszenia tych praw można zwrócić się do Rzecznika Praw Pacjenta. Osoby przebywające w szpitalach psychiatrycznych mogą również korzystać z pomocy Rzeczników Praw Pacjenta Szpitala Psychiatrycznego, którzy zajmują się ochroną praw pacjentów tych placówek.

Poniżej przedstawiono dane kontaktowe rzeczników oraz ogólnopolskiej infolinii Rzecznika Praw Pacjenta.

KONTAKT OGÓLNOPOLSKI

Rzecznik Praw Pacjenta – Telefoniczna Informacja Pacjenta
telefon: 800 190 590
https://www.gov.pl/web/rpp/

KONTAKT REGIONALNY

Rzecznik Praw Pacjenta Szpitala Psychiatrycznego – Anna Sierżęga
telefon: 734 117 362
e-mail: a.sierzega@rpp.gov.pl
https://www.gov.pl/web/rpp/wojewodztwo-podkarpackie

Placówki:
1. Specjalistyczny Psychiatryczny Zakład Opieki Zdrowotnej im. prof. A. Kępińskiego w Jarosławiu; ul. Kościuszki 18, 37-500 Jarosław.
2. Wojewódzki Podkarpacki Szpital Psychiatryczny im. prof. E. Brzezickiego w Żurawicy; ul. Różana 9, 37-710 Żurawica.
3. Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej w Leżajsku; ul. Leśna 22, 37-300 Leżajsk.
4. Centrum Medyczne w Łańcucie; ul. Paderewskiego 5, 37-100 Łańcut.
5. Kliniczny Szpital Wojewódzki nr 1 im. F. Chopina w Rzeszowie; ul. Szopena 2, 35-055 Rzeszów.
6. Katarzyna Kowal Niepubliczny Zakład Opiekuńczo-Leczniczy Psychiatryczny; 37-611 Niemstów 131.
7. Caritas Archidiecezji Przemyskiej, Centrum Medyczno-Charytatywne, Zakład Opiekuńczo-Leczniczy Psychiatryczny; ul. Słowackiego 85, 37-700 Przemyśl.
8. Zespół Opieki Zdrowotnej w Dębicy; ul. Krakowska 91, 39-200 Dębica
9. Szpital Specjalistyczny w Jaśle; ul. Lwowska 1, 38-200 Jasło.
10. Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Leśniówka; Turza 242, 36-050 Sokołów Małopolski.

KONTAKT REGIONALNY

Rzecznik Praw Pacjenta Szpitala Psychiatrycznego – Michał Ponikowski
telefon: 664 083 071
e-mail: m.ponikowski@rpp.gov.pl
https://www.gov.pl/web/rpp/wojewodztwo-podkarpackie

Placówki:
1. Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Nowej Dębie; ul. Marii Skłodowskiej-Curie 1A, 39-460 Nowa Dęba.
2. Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej Powiatowy Szpital Specjalistyczny w Stalowej Woli; ul. Staszica 4, 37-450 Stalowa Wola.
3. Zakład Opiekuńczo-Leczniczy Psychiatryczny w Tarnobrzegu (Parafia Matki Bożej Nieustającej Pomocy); ul. Dąbrówki 44, 39-400 Tarnobrzeg.

XI. POMOC TELEFONICZNA I INTERNETOWA

W sytuacjach kryzysu psychicznego, silnego stresu, przemocy, uzależnienia lub innych trudności życiowych pomoc można uzyskać również telefonicznie. Telefony zaufania i linie wsparcia umożliwiają rozmowę z osobą przygotowaną do udzielania pomocy, uzyskanie informacji o dostępnych formach wsparcia lub wskazówek dotyczących dalszego postępowania.

Część numerów przeznaczona jest dla wszystkich osób potrzebujących pomocy, inne kierowane są do określonych grup, np. dzieci i młodzieży, osób dorosłych, rodziców, seniorów czy osób doświadczających przemocy. Niektóre linie działają całodobowo, inne w wyznaczonych godzinach. Dostępne są także formy kontaktu przez czat internetowy.

Poniżej przedstawiono telefony zaufania oraz inne dostępne formy zdalnego wsparcia. Podane godziny dotyczą dyżurów telefonicznych. Szczegółowe informacje znajdują się na stronach operatorów.

W przypadku bezpośredniego zagrożenia życia lub zdrowia należy niezwłocznie zadzwonić pod numer alarmowy 112 lub numer 999.

XI.1. POMOC OGÓLNA

NR TELEFONU	ZAKRES POMOCY / STRONA WWW	DNI I GODZINY DOSTĘPNOŚCI
112 / 999	Nagła sytuacja zagrożenia życia lub zdrowia	7 dni w tygodniu całodobowo
16 670 16 16	Telefon Zaufania Miejskiego Ośrodka Zapobiegania Uzależnieniom w Przemyślu https://mozu.przemysl.eu/60/potrzebujesz-pomocy.html	Pon., śr. 11:00-19:00 Wt., czw., pt. 7:00-15:00
116 123	Całodobowy telefon zaufania dla osób dorosłych Dodatkowo: – **Czat** – **Formularz online** https://116sos.pl/	7 dni w tygodniu całodobowo
22 484 88 01	Antydepresyjny Telefon Zaufania – Fundacja Itaka https://stopdepresji.pl/	Pon., wt. 15:00-20:00

NR TELEFONU	ZAKRES POMOCY / STRONA WWW	DNI I GODZINY DOSTĘPNOŚCI
22 594 91 00	Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw Depresji https://forumprzeciwdepresji.pl/antydepresyjny-telefon	Czw. 17:00-19:00
800 70 2222	Centrum Wsparcia dla Osób w Stanie Kryzysu Psychicznego Dodatkowo: – **Czat** – **E-mail:** psychiatra@centrumwsparcia.pl prawnik@centrumwsparcia.pl seksuolog@centrumwsparcia.pl terapeuta.uzaleznien@centrumwsparcia.pl asystent.zdrowienia@centrumwsparcia.pl pracownik.socjalny@centrumwsparcia.pl https://centrumwsparcia.pl/	7 dni w tygodniu całodobowo
801 140 068	Pomarańczowa Linia – wsparcie w problemach uzależnień i współuzależnienia Dodatkowo: – **Formularz online** – **E-mail:** pomoc@pomaranczowalinia.pl https://pomaranczowalinia.pl/	Pon.–pt. 14:00-20:00
800 199 990	Ogólnopolski Telefon Zaufania „Uzależnienia” https://kcpu.gov.pl/	7 dni w tygodniu 16:00-21:00
801 889 880	Telefon zaufania dotyczący uzależnień behawioralnych Dodatkowo: – **Czat** – **Formularz online** – **TEAMS** https://uzaleznieniabehawioralne.pl/	7 dni w tygodniu 17:00-22:00
505 552 727	Infolinia Stowarzyszenia MONAR https://www.monar.org/kontakt/szukaj-pomocy/	Pon.–pt. 14:00-18:00

NR TELEFONU	ZAKRES POMOCY / STRONA WWW	DNI I GODZINY DOSTĘPNOŚCI
800 120 002	Ogólnopolskie Pogotowie dla Osób Doznających Przemocy Domowej „Niebieska Linia” Dodatkowo: – **E-mail:** niebieskalinia@niebieskalinia.info – **WhatsApp:** 510 404 333 https://niebieskalinia.info/	7 dni w tygodniu całodobowo
800 12 01 48	Anonimowa Policyjna Linia Specjalna „Zatrzymaj przemoc”	7 dni w tygodniu całodobowo
800 120 226	Policyjny Telefon Zaufania ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie	Pon.–pt. 9:30-15:30
22 635 09 54	Telefon Zaufania dla osób starszych https://www.malibracia.org.pl/co-robimy/telefon-zaufania-dla-osob-starszych/	Pon.–pt. 17:00-20:00 Dodatkowo śr. 14:00-16:00 (dyżur dotyczący choroby Alzheimera)
800 201 801	Infolinia „Helpline” dla osób z chorobą Alzheimera lub innymi zaburzeniami otępiennymi oraz ich rodzin i opiekunów https://pacjent.gov.pl/choroby-otepienne-nowa-infolinia	Pon.–pt. 10:00-21:00 Sb. 10:00-16:00
800 108 108	Telefon Wsparcia Fundacji Nagle Sami – pomoc osobom po stracie https://naglesami.org.pl/telefon-wsparcia/telefon-wsparcia-800-108-108/	Pon.–pt. 14:00-20:00
800 70 2430	Linia wsparcia dla funkcjonariuszy i pracowników służb mundurowych, ratownictwa medycznego i ich rodzin Dodatkowo: – **E-mail:** liniamundurowa@centrumwsparcia.pl https://centrumwsparcia.pl/linia-wsparcia-psychologicznego-dla-sluzb/	7 dni w tygodniu całodobowo

XI.2. POMOC DLA DZIECI, MŁODZIEŻY I ICH OPIEKUNÓW

NR TELEFONU	ZAKRES POMOCY / STRONA WWW	DNI I GODZINY DOSTĘPNOŚCI
22 484 88 04	Telefon Zaufania Młodych – Fundacja Itaka https://stopdepresji.pl/telefon-zaufania-mlodych/	7 dni w tygodniu 13:00-20:00
116 111	Telefon i czat zaufania dla dzieci i młodzieży – Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę Dodatkowo: – **Czat** – **Formularz online** https://116111.pl/	7 dni w tygodniu całodobowo
800 119 119	Telefon i czat zaufania dla dzieci i młodzieży Dodatkowo: – **Czat** https://800119119.pl/	7 dni w tygodniu 14:00-22:00
800 12 12 12	Całodobowy czat i telefon zaufania Rzecznika Praw Dziecka Dodatkowo: – **Czat** https://800121212.pl/	7 dni w tygodniu całodobowo
800 100 100	Linia dla rodziców i nauczycieli – Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę Dodatkowo: – **Formularz online** https://800100100.pl/	Pon.–czw. 10:00-14:00 Pt. 12:00-15:00
800 800 602	Telefon kontaktowy dla rodziców i opiekunów dzieci w kryzysie – Fundacja Słonie na Balkonie https://slonienabalkonie.pl/szukam-pomocy/	Pon.–pt. 14:00-19:00

XII. PRZYDATNE STRONY INTERNETOWE I MATERIAŁY EDUKACYJNE

W internecie dostępne są narzędzia ułatwiające wyszukiwanie placówek medycznych, sprawdzanie terminów leczenia i poznawanie zasad korzystania ze świadczeń. Przydatne mogą być również poradniki, kampanie społeczne i materiały edukacyjne dotyczące zdrowia psychicznego, uzależnień oraz wspierania bliskich.

Poniżej przedstawiono wybrane serwisy, z których mogą korzystać mieszkańcy Przemyśla, ich rodziny i opiekunowie. Adresy prowadzą do stron instytucji lub bezpośrednio do działów z materiałami.

Materiały internetowe mają charakter informacyjny i edukacyjny. Nie zastępują konsultacji ze specjalistą ani pomocy medycznej. W przypadku bezpośredniego zagrożenia życia lub zdrowia należy dzwonić pod numer 112 lub 999.

XII.1. INFORMACJE O SYSTEMIE OCHRONY ZDROWIA I DOSTĘPNYCH ŚWIADCZENIACH

Gdzie się leczyć? – wyszukiwarka NFZ

Umożliwia wyszukiwanie poradni, szpitali i innych placówek udzielających świadczeń finansowanych przez NFZ, także poza miejscem zamieszkania.

https://gsl.nfz.gov.pl/GSL/

Informator NFZ o terminach leczenia

Pozwala sprawdzić informacje o dostępnych terminach i czasie oczekiwania na wybrane świadczenia finansowane przez NFZ.

https://gsl.nfz.gov.pl/GSL/GSL/TerminyLeczenia

Poradnik Pacjenta – NFZ

Wyjaśnia zasady korzystania ze świadczeń zdrowotnych oraz praktyczne kwestie dotyczące leczenia i uprawnień pacjenta.

https://www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/poradnik-pacjenta/

Ochrona zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży – NFZ

Strona opisuje organizację pomocy dla dzieci i młodzieży, poziomy referencyjne i dostępne rodzaje świadczeń.

https://www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/informacje-o-swiadczeniach/ochrony-zdrowia-psychicznego-dzieci-i-mlodziezy/

Leczenie psychiatryczne dzieci i młodzieży – Pacjent.gov.pl

Przystępne wskazówki dla rodziców i opiekunów dotyczące poszukiwania pomocy psychiatrycznej i psychologicznej.

https://pacjent.gov.pl/artykul/leczenie-psychiatryczne-mlodziezy-i-dzieci

Przepisy i zasady leczenia – Podkarpacki OW NFZ

Regionalne informacje o zasadach udzielania świadczeń i uprawnieniach pacjentów.

https://www.nfz-rzeszow.pl/pacjenci/informacje/przepisy-zasady/

Internetowe Konto Pacjenta (IKP)

Dostęp do e-recept, e-skierowań i informacji dotyczących własnego leczenia.

https://pacjent.gov.pl/internetowe-konto-pacjenta

Prawa pacjenta – Rzecznik Praw Pacjenta

Informacje o prawach pacjenta oraz możliwościach uzyskania wsparcia w przypadku ich naruszenia.

https://www.gov.pl/web/rpp/prawa-pacjenta

XII.2. KAMPANIE SPOŁECZNE I EDUKACJA W ZAKRESIE ZDROWIA PSYCHICZNEGO

Wybrane kampanie i serwisy pomagają rozpoznawać trudności związane ze zdrowiem psychicznym, wspierać bliskich i przeciwdziałać stygmatyzacji.

Zawierają materiały dla osób dorosłych, młodzieży, rodziców i opiekunów.

Twarze Depresji – „Nie oceniam. Akceptuję.”

Kampania społeczna i materiały edukacyjne dotyczące depresji, jej leczenia oraz przeciwdziałania stygmatyzacji.

https://twarzedepresji.pl/

Forum Przeciw Depresji

Artykuły o objawach depresji, możliwościach leczenia oraz sposobach wspierania osób doświadczających trudności psychicznych.

https://forumprzeciwdepresji.pl/

Życie warte jest rozmowy

Poradniki i wskazówki dotyczące zapobiegania samobójstwom, rozpoznawania kryzysu i wspierania osób zagrożonych oraz ich bliskich.

https://zwjr.pl/

MŁODE GŁOWY – „Otwarcie o zdrowiu psychicznym”

Materiały edukacyjne o zdrowiu psychicznym dzieci i młodzieży przeznaczone również dla rodziców, opiekunów i szkół.

https://mlodeglowy.pl/

Ministerstwo Zdrowia – „Powiedz co czujesz. Zdemaskuj emocje”

Materiały o zdrowiu psychicznym dzieci i młodzieży, w tym bezpłatny magazyn „Ze Zdrowiem” i informacje o dostępnej pomocy.

https://www.gov.pl/web/zdrowie/opieka-psychologiczna

Ministerstwo Zdrowia – „Mam odwagę prosić o pomoc”

Kampania zachęcająca do poszukiwania wsparcia psychologicznego i upowszechniająca bezpłatne numery pomocy.

https://www.gov.pl/web/zdrowie/mam-odwage-prosic-o-pomoc-start-ogolnopolskiej-kampanii-ministerstwa-zdrowia

XII.3. PORADNIKI I MATERIAŁY EDUKACYJNE DOTYCZĄCE UZALEŻNIEŃ

Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom (KCPU) udostępnia broszury i poradniki dotyczące używania alkoholu, innych substancji psychoaktywnych oraz uzależnień behawioralnych. Część materiałów jest skierowana bezpośrednio do rodzin i opiekunów. Materiały dotyczące uzależnień dla dzieci, młodzieży i nauczycieli udostępnia także Zintegrowana Platforma Edukacyjna.

KCPU – publikacje i edukacja publiczna

Główna biblioteka materiałów, m.in. broszur dla dorosłych, młodzieży i rodzin, publikacji o FASD oraz uzależnieniach, w tym behawioralnych

https://kcpu.gov.pl/profilaktyka-i-edukacja/publikacje-i-edukacja-publiczna/

Zintegrowana Platforma Edukacyjna

Na platformie dostępne są bezpłatne materiały dydaktyczne, definicje etapów uzależnienia oraz słowniki pojęć dla uczniów i nauczycieli.

https://zpe.gov.pl/a/uzaleznienia/DSxS3IMes

OPRACOWANIE PRZEWODNIKA

GMINA MIEJSKA PRZEMYŚL

Urząd Miejski w Przemyślu
ul. Rynek 1, 37-700 Przemyśl
tel.: 16 678 68 20
faks: 16 678 64 49
e-mail: kancelaria@um.przemysl.pl

DOFINANSOWANIE

Przewodnik informujący o lokalnie dostępnych formach opieki zdrowotnej, pomocy społecznej i aktywizacji zawodowej dla osób z zaburzeniami psychicznymi w Przemyślu opracowano w związku z realizacją zadania pn. „Opracowanie Miejskiego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego dla mieszkańców Przemyśla na lata 2026-2030”.

Zadanie zostało dofinansowane ze środków Województwa Podkarpackiego w ramach programu pn. „Podkarpackie Instrumenty Wsparcia Zdrowia Psychicznego – program pomocy finansowej dla Powiatów i Miast na prawach Powiatu”.