



2025

# PRZEWODNIK

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





**Opracowanie:** Zespół Koordynujący Realizację Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego dla Powiatu Wejherowskiego na lata 2023-2030

**Skład:** Studio graficzne Aneta Lewaczyk



*Szanowni Państwo,*

*Zaburzenia zdrowia psychicznego – zarówno wśród dzieci, jak i dorosłych – stanowią poważne i narastające wyzwanie społeczne. Odpowiedzialność za wspieranie osób w kryzysie spoczywa nie tylko na systemie ochrony zdrowia, lecz także na samorządach lokalnych.*

*W trosce o lepsze skoordynowanie dostępnych form pomocy przekazujemy Państwu zaktualizowany Przewodnik przygotowany przez Zespół Koordynujący Realizację Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego dla Powiatu Wejherowskiego na lata 2023–2030.*

*Publikacja zawiera kompletną bazę instytucji publicznych działających na terenie powiatu wejherowskiego, które udzielają pomocy osobom doświadczającym trudności psychicznych, a także ich rodzinom i bliskim.*

*Celem przewodnika jest ułatwienie szybkiego i skutecznego dotarcia do odpowiedniego miejsca wsparcia – w chwili, gdy jest ono najbardziej potrzebne.*

*Mam nadzieję, że każdy mieszkaniec naszego powiatu, który znajdzie się w sytuacji kryzysowej, dzięki tej publikacji zyska dostęp do profesjonalnej i życzliwej pomocy.*

Starosta Wejherowski



Marcin Kaczmarek

Wejherowo, 2025 rok

## SPIS TREŚCI

WPROWADZENIE .....	5
I ZAGADNIENIE ZDROWIA PSYCHICZNEGO .....	6
II DOSTĘPNE FORMY OPIEKI ZDROWOTNEJ DLA OSÓB Z ZABURZENIAMI PSYCHICZNYMI	
W POWIECIE WEJHEROWSKIM .....	7
1. Centrum Zdrowia Psychicznego .....	7
2. Ośrodki Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży ....	10
3. Przeciwdziałanie uzależnieniom .....	11
III DOSTĘPNE FORMY POMOCY SPOŁECZNEJ DLA OSÓB Z ZABURZENIAMI PSYCHICZNYMI	
W POWIECIE WEJHEROWSKIM .....	15
1. Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wejherowie .....	15
2. Miejskie / Gminne Ośrodki Pomocy Społecznej .....	17
3. Domy Pomocy Społecznej .....	20
4. Środowiskowy Dom Samopomocy w Wejherowie .....	22
IV DOSTĘPNE FORMY AKTYWIZACJI ZAWODOWEJ DLA OSÓB Z ZABURZENIAMI PSYCHICZNYMI	
W POWIECIE WEJHEROWSKIM .....	24
1. Powiatowy Urząd Pracy w Wejherowie .....	24
2. Warsztaty Terapii Zajęciowej .....	25
V POWIATOWY ZESPÓŁ PORADNI PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNYCH W WEJHEROWIE .....	26
VI ORGANIZACJE POZARZĄDOWE .....	28
VII TELEFONY ZAUFANIA .....	29
ZAKOŃCZENIE .....	31



## WPROWADZENIE

W trosce o zdrowie psychiczne mieszkańców Samorząd Powiatu Wejherowskiego kontynuuje realizację zadań wynikających z Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023–2030. Głównym celem programu jest zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi – w tym osobom uzależnionym oraz doświadczającym kryzysu psychicznego – wszechstronnej, kompleksowej i dostępnej opieki, dostosowanej do ich potrzeb, a także możliwie blisko miejsca zamieszkania.

Działania te obejmują w szczególności:

- promocję zdrowia psychicznego,
- profilaktykę zaburzeń psychicznych,
- zapewnienie dostępu do opieki zdrowotnej, m.in. w ramach centrów zdrowia psychicznego,
- oraz inne formy pomocy niezbędne do funkcjonowania w środowisku społecznym, rodzinnym i zawodowym.

Zespół Koordynujący Realizację Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego dla Powiatu Wejherowskiego na lata 2023–2030 dokonał aktualizacji lokalnego przewodnika, wzbogacając go o nowe, praktyczne informacje. Publikacja zawiera m.in.:

- wskazówki dotyczące przeciwdziałaniu uzależnieniom,
- ofertę wsparcia psychologicznego realizowanego przez ośrodki pomocy społecznej,
- informacje o roli organizacji pozarządowych w systemie wsparcia,
- a także wykaz telefonów zaufania w sytuacjach kryzysowych.

Przewodnik został przygotowany z myślą o wszystkich, którzy szukają rzetelnych informacji na temat pomocy psychologicznej i psychiatrycznej w naszym powiecie. Zachęcamy do lektury przewodnika — wierzymy, że będzie on nie tylko źródłem rzetelnej informacji, ale także realnym wsparciem dla osób zmagających się z trudnościami psychicznymi oraz dla ich bliskich.

Przewodnik dostępny jest na stronie internetowej Powiatu Wejherowskiego oraz w Biuletynie Informacji Publicznej Starostwa Powiatowego w Wejherowie.

*Członkowie Zespołu Koordynującego Realizację Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego dla Powiatu Wejherowskiego na lata 2023-2030*

## I ZAGADNIENIE ZDROWIA PSYCHICZNEGO

Zdrowie psychiczne według definicji Światowej Organizacji Zdrowia określa się jako dobrostan, w którym jednostka uświadamia sobie własne możliwości, potrafi radzić sobie z normalnymi stresami życiowymi, może produktywnie pracować i jest w stanie wnieść wkład do swojej społeczności. Dobra kondycja zdrowotna, prawidłowe relacje społeczne oraz poczucie komfortu psychicznego to komponenty, które składają się na zdrowie psychiczne. To właśnie zdrowie psychiczne przejawia się w poczuciu własnej wartości, odpowiedzialności za swoje życie, umiejętności rozwoju osobistego oraz zaangażowaniu w pracę, związek, czy życie społeczne.

Zgodnie z danymi Światowej Organizacji Zdrowia blisko miliard ludzi na świecie doświadcza zaburzeń psychicznych. Wśród najczęściej występujących wymieniane są: depresja, zaburzenia lękowe, schizofrenia czy zaburzenia psychiczne występujące w okresie dziecięcym i młodzieńczym.

Pandemia wirusa SARS COV-2, wybuch wojny w Ukrainie, bieżąca sytuacja ekonomiczna i gospodarcza w znaczący sposób wpłynęły na zwiększenie i pogłębienie problemów ze zdrowiem psychicznym wśród przedstawicieli wszystkich grup wiekowych - zarówno dzieci, młodzieży, jak i dorosłych czy osób starszych. Trwające konflikty zbrojne i sytuacja polityczna wciąż wzbudzają niepokój społeczeństwa. Osób z zaburzeniami psychicznymi przybywa. Sytuacja ta stanowi ogromne wyzwanie nie tylko dla przedstawicieli rządu, ale również samorządów wojewódzkich, powiatowych i gminnych.

Kryzys zdrowia psychicznego polegający na odczuwaniu intensywnego stresu, w którym osoba nie potrafi skutecznie poradzić sobie z sytuacją, co prowadzi do emocjonalnej dezorganizacji, jest niezwykle trudnym okresem zarówno dla osoby dotkniętej problemem, jak i dla jej bliskich. Pogorszenie stanu zdrowia psychicznego często wywołuje stres, napięcia emocjonalne oraz zmiany w codziennym funkcjonowaniu i relacjach rodzinnych.

Wczesna reakcja na pojawiające się problemy psychiczne oraz wdrożenie profesjonalnych działań terapeutycznych mogą znacząco pomóc w przeciwdziałaniu dalszemu pogorszeniu stanu zdrowia pacjenta. Dzięki temu możliwe jest uniknięcie hospitalizacji na oddziale psychiatrycznym. Osoba dotknięta kryzysem może kontynuować swoje codzienne życie w znanym otoczeniu, co sprzyja poczuciu bezpieczeństwa i stabilności. Uniknięcie hospitalizacji pozwala także zminimalizować potencjalne negatywne skutki związane z przebywaniem w szpitalu, takie jak izolacja społeczna czy stres wynikający z oddzielenia od rodziny i bliskich.

Profesjonalna opieka terapeutyczna, dostępność psychologów, psychiatrów oraz innych specjalistów w dziedzinie zdrowia psychicznego, a także rozwijanie sieci wsparcia społecznego, stanowią fundament skutecznej pomocy.

Działania podejmowane na poziomie lokalnym w zakresie ochrony zdrowia psychicznego odgrywają kluczową rolę w zapewnieniu odpowiedniej opieki oraz podejmowaniu skutecznych działań, wspierających kondycję psychiczną mieszkańców.

## II DOSTĘPNE FORMY OPIEKI ZDROWOTNEJ DLA OSÓB Z ZABURZENIAMI PSYCHICZNYMI W POWIECIE WEJHEROWSKIM

Opieka zdrowotna nad osobami z zaburzeniami psychicznymi jest wykonywana w ramach podstawowej i specjalistycznej opieki zdrowotnej, zwłaszcza psychiatrycznej opieki zdrowotnej – w formie pomocy doraźnej, ambulatoryjnej, dziennej, szpitalnej i środowiskowej oraz w domach pomocy społecznej.

### 1. CENTRUM ZDROWIA PSYCHICZNEGO

#### ■ Centrum Zdrowia Psychicznego przy Samodzielnym Publicznym Specjalistycznym Zakładzie Opieki Zdrowotnej w Łęborku

Centrum zapewnia kompleksową opiekę zdrowotną w formie pomocy doraźnej, stacjonarnej, dziennej, ambulatoryjnej oraz środowiskowej dla osób powyżej 18 r.ż., zamieszkujących obszar powiatu łęborskiego, miasta Wejherowo oraz gminy: Choczewo, Łęczyce, Linia, Luzino i Szemud powiatu wejherowskiego. Świadczenia są **bezpłatne** (refundowane przez NFZ), realizowane w dwóch lokalizacjach w Łęborku i w Wejherowie.

#### Punkty Zgłoszeniowo – Koordynacyjne (PZK)

Pierwszy kontakt pacjenta wymagającego wsparcia terapeutycznego ma miejsce przez Punkty Zgłoszeniowo – Koordynacyjne, które znajdują się:

- **w Łęborku** przy ul. S. Żeromskiego 9-10, **tel. 733 456 876 / 727 797 094**,  
**e-mail: pzklebork@szpital-lebork.com.pl – w godzinach 8:00-18:00**
- **w Wejherowie** przy ul. Gdańskiej 51, **tel. 733 456 332 / 608 437 021**,  
**e-mail: pzkwejherowo@szpital-lebork.com.pl – w godzinach 8:00-18:00.**

Pracownik PZK, po przeprowadzeniu wywiadu i dokonaniu wstępnej analizy potrzeb zdrowotnych, psychologicznych i społecznych, udziela wsparcia oraz opracowuje z pacjentem plan dalszego postępowania, a w razie potrzeby ustala tryb przyjęcia, oraz termin i miejsce kolejnego świadczenia w ramach CZP. W przypadkach pilnych wyznaczany jest termin przyjęcia przez lekarza psychiatrę nie później niż 72 godziny od zgłoszenia do PZK. W trakcie spotkania pracownik przedstawia także informacje o zakresie działania i strukturach CZP oraz o innych obszarach opieki psychiatrycznej, takich jak: Poradnie Zdrowia Psychicznego, Zespoły Leczenia Środowiskowego, Oddział Psychiatryczny, Psychogeriatryczny i Detoksykacji, Oddział Psychiatryczny Dzienny, Psychiatryczna Izba Przyjęć, Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży, Kluby Pacjenta.

#### Poradnie Zdrowia Psychicznego (PZP)

- **w Łęborku** przy ul. Stefana Żeromskiego 9-10 (za marketem Kaufland, tuż przy dworcu PKP, PKS);
- **w Wejherowie** przy ul. Gdańskiej 51 (pieszo 10 min. drogi od przystanku SKM Wejherowo Śmiechowo).

Rejestracje czynne są od poniedziałku do piątku w godzinach: 8:00 – 18.00. Można w nich dokonać rejestracji na wizytę oraz uzyskać informację o działaniu Poradni:

- **Łębork tel. 733 456 867, e-mail: pzklebork@szpital-lebork.com.pl**
- **Wejherowo tel. 733 456 336, e-mail: pzkwejherowo@szpital-lebork.com.pl**

W Poradni Zdrowia Psychicznego istnieje możliwość skorzystania z pomocy lekarza psychiatry, psychologa, psychoterapeuty, pielęgniarki, pracownika socjalnego, oraz skorzystania ze wsparcia asystenta zdrowienia i koordynatora opieki. **Do lekarza psychiatry nie jest wymagane skierowanie, do psychologa lub psychoterapeuty konieczne jest skierowanie od lekarza.** Na pierwszą wizytę należy przynieść dostępną dokumentację dotyczącą stanu zdrowia somatycznego oraz psychicznego. Zespół terapeutyczny będzie wspólnie z pacjentem ustalał dalszy plan diagnozy i terapii, wyjaśni wątpliwości dotyczące choroby.

- **Asystent Zdrowienia** jest pracownikiem z własnym doświadczeniem przeżytego kryzysu psychicznego. Jego wiedza i doświadczenie uzyskane w procesie zdrowienia wspiera innych Pacjentów na drodze ku zdrowieniu i zapobieganiu nawrotom.
- **Koordinator Opieki** jest pracownikiem, który wspólnie z Pacjentem po rozpoznaniu jego potrzeb opracowuje plan terapii i zdrowienia oraz towarzyszy Pacjentowi i wspiera go w realizacji kolejnych etapów planu.

**Zespoły Leczenia Środowiskowego (ZLS)** realizują opiekę psychiatryczno-psychologiczną w miejscu zamieszkania Pacjenta, który nie jest w stanie skorzystać z pomocy placówek leczenia ambulatoryjnego - na miejscu w Poradniach CZP, a nie wymaga aktualnie hospitalizacji psychiatrycznej z jednoczesnym oddziaływaniem terapeutycznym na środowisko opieki w miejscu zamieszkania - wg potrzeby.

**Kontakt: ZLS Łęborg tel.: 733 456 855; ZLS Wejherowo tel.: 885 851 791**

## Klub pacjenta

Jeśli ktoś z Państwa lub Państwa Bliskich przeżył doświadczenie kryzysu psychicznego, wie, jak trudne jest uzyskanie akceptacji społecznej. Dlatego wychodząc naprzeciw potrzebom obecnych i byłych Pacjentów oraz ich Rodzin, zapraszamy do Klubu Pacjenta na nieformalne spotkania integracyjno-towarzyskie. Przewidujemy m.in. spotkania przy kawie i herbacie, oglądanie filmów i rozmowy, wspólne wyjścia i spacer.

### Do Klubów pacjenta zapraszamy:

**w Łęborku** przy ul. Żeromskiego 9/10, tel. 733 456 867 - w każdy poniedziałek od 15:30 do 17:30;

**w Wejherowie** przy ul. Gdańska 51, tel. 733 456 336 - w każdy piątek od 10:00 do 13:00



## Oddział Psychiatryczny, wraz z Oddziałem Leczenia Alkoholowych Zespołów Abstynencyjnych i z Oddziałem Psychogeriatrycznym

- **Oddział Psychiatryczny** prowadzi leczenie Pacjentów w zaostrzeniu choroby psychicznej, których stan uniemożliwia leczenie ambulatoryjne (w PZP lub ZLŚ). Pacjenci otoczeni są opieką lekarzy psychiatrów, psychologów, pielęgniarek, terapeutów zajęciowych i pracownika socjalnego. Oprócz znaczenia diagnostycznego i stabilizującego stan pacjenta, tutaj rozpoczyna się proces zindywidualizowanego programu leczenia kontynuowanego po otrzymaniu wypisu przez nawiązanie kontaktu z **koordynatorem opieki**. Po zakończeniu pobytu istnieje możliwość dalszego leczenia we współpracujących wewnętrznie ze sobą: Poradni Zdrowia Psychicznego i Zespołów Leczenia Środowiskowego oraz Oddziału Dziennego. Dodatkowe informacje można uzyskać w sekretariacie Oddziału pod numerem: **59 863 52 96**. Przyjęcia na Oddział odbywają się całodobowo w Izbie Przyjęć. Do przyjęcia na Oddział **w sytuacjach wyjątkowych nie jest potrzebne skierowanie**
- **Oddział Leczenia Alkoholowych Zespołów Abstynencyjnych** przyjmuje osoby podejmujące się leczenia uzależnienia od alkoholu oraz od uzależnienia mieszanego od alkoholu, leków i innych substancji psychoaktywnych. Przyjęcie na Oddział odbywa się na podstawie skierowania od lekarza lub bez skierowania - przez Izbę Przyjęć, w sytuacjach wyjątkowych. Pobyt może trwać do 10 dni, a przy uzależnieniu mieszanym do 10 tygodni.
- **Oddział Psychogeriatryczny** przyjmuje pacjentów, powyżej 60. roku życia, którzy wymagają leczenia psychiatrycznego w związku z problemami psychicznymi związanymi z wiekiem.

### Oddział Psychiatryczny Dzienny

To oddział, w którym odbywają się **zajęcia terapeutyczne**, codziennie w godzinach 9:30-14:00 (w dni powszednie), a po skończonych zajęciach pacjenci wracają do swoich miejsc zamieszkania. W Oddziale otoczeni są opieką lekarza psychiatry, pielęgniarki, psychoterapeutów, psychologów, terapeuty zajęciowego i pracownika socjalnego. Czas leczenia jest ukierunkowany na pracę terapeutyczną, psychoedukację, relaksację oraz zajęcia aktywizujące, połączone z poznawaniem nowych, alternatywnych form spędzania czasu wolnego, z założeniem uzyskania asymilacji społecznej w środowisku zamieszkania i pracy. W celu ustalenia terminu przyjęcia należy zgłosić się ze skierowaniem (od lekarza oddziału psychiatrycznego lub lekarza z PZP lub POZ) na Oddział, na **rozmowę kwalifikacyjną przed przyjęciem**, tel. **59 863 52 62**.

### Psychiatryczna Izba Przyjęć

W każdej sytuacji nagłego pogorszenia stanu zdrowia psychicznego lub myśli i wypowiedzanych zamiarów świadczących o stanowieniu zagrożenia dla siebie i innych, należy niezwłocznie zgłosić się do **Psychiatrycznej Izby Przyjęć Szpitala w Lęborku**, ul. Węgrzynowicza 13 lub kontaktować się z numerem **112**. Telefon do Psychiatrycznej Izby Przyjęć: **59 863 57 58**.

## 2. OŚRODKI ŚRODOWISKOWEJ OPIEKI PSYCHOLOGICZNEJ I PSYCHOTERAPEUTYCZNEJ DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

Reforma opieki psychiatrycznej dla dzieci i młodzieży opiera się na funkcjonowaniu sieci ośrodków w ramach trzech poziomów referencyjnych:

- **I poziom** referencyjny funkcjonuje w każdym powiecie. Ośrodki Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży oferują wsparcie psychologiczne i psychoterapeutyczne. Co ważne, jest to świadczenie bezpłatne i nie wymaga skierowania lekarskiego.
- **Poziom II** referencyjny stanowią Środowiskowe Centra Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży. Na Pomorzu powstało dotąd 10 takich Centrów, z czego 2 centra dysponują, obok poradni zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży, także oddziałem pobytu dziennego.

**Placówka Fractal Concept, ul. Gdańska 26 a, 84-240 Reda**

Placówka działa w ramach Poradni Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży – II Poziom Referencyjny (bez oddziału dziennego). Oferuje pomoc: psychologa, psychoterapeuty i psychiatry. Z usług placówki w ramach NFZ skorzystać mogą dzieci i młodzież i to bez skierowania.

**Rejestracja pod numerem: 883 998 400, [www.fractal-concept.pl/reda](http://www.fractal-concept.pl/reda)**

- **III poziom** tworzą Ośrodki Wysokospecjalistycznej Całodobowej Opieki Psychiatrycznej. Aktualnie w województwie pomorskim mamy 2 oddziały stacjonarne obejmujące opieką pacjentów wymagających szczególnego wsparcia.

### ■ Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży w powiecie wejherowskim

Na terenie powiatu wejherowskiego takie ośrodki znajdują się w przy ulicy Derdowskiego 23 w Rumii i przy ul. 10 Lutego 13 w Wejherowie. Prowadzi je Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej nr 1 Katarzyna Szalewska z siedzibą w Rumii.

- **Rumia ul. Derdowskiego 23, rejestracja pod nr tel. 58 727 24 02**
- **Wejherowo ul. 10 Lutego 13, rejestracja pod nr tel. 600 053 419**



Ośrodek oferuje wsparcie zespołu psychologów i psychoterapeutów dla dzieci i młodzieży (do 18 r.ż. lub 21 r.ż. w przypadku kontynuowania nauki w szkole ponadpodstawowej) oraz ich rodziców - bez skierowania, bezpłatnie, w ramach NFZ, za zgodą obojga rodziców. Ośrodek zapewnia dzieciom i młodzieży pierwszy kontakt z opieką psychologiczną w ich najbliższym środowisku. Jego funkcjonowanie ma opierać się na ścisłej współpracy z poradniami psychologiczno-pedagogicznymi, ośrodkami pomocy społecznej, psychologami szkolnymi oraz osobami wspierającymi rodziny. Praca tego typu ośrodków bazuje przede wszystkim na współpracy z rodziną pacjenta oraz jego środowiskiem szkolnym. Opiekę nad pacjentami sprawują psycholodzy, psychoterapeuci oraz terapeuta środowiskowy, a konsultacje udzielane są bezpośrednio w placówce oraz formie tele- i videoporad.

### 3. PRZECIWDZIAŁANIE UZALEŻNIENIOM

#### MIASTO WEJHEROWO

##### ■ **Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień w Gdańsku**

Oddział leczenia uzależnień

Oddział rehabilitacyjny dla uzależnionych od substancji psychoaktywnych

**CAŁODOBOWY OŚRODEK TERAPII UZALEŻNIEŃ W WEJHEROWIE**

ul. Marynarki Wojennej 53, 84-200 Wejherowo

tel. 501 333 345



#### **Oferta ośrodka:**

- Program 12 miesięczny - dla osób uzależnionych od substancji psychoaktywnych (Oddział I)
- Program 8 tygodniowy - dla osób uzależnionych od alkoholu i behawioralnie (Oddział II)

#### **Podstawowe formy terapii to:**

- psychoterapia indywidualna i grupowa
- grupa edukacyjno – treningowa
- społeczność terapeutyczna
- ergoterapia

Terapia prowadzona jest w oparciu o doświadczony, profesjonalny zespół terapeutyczny i pielęgniarski. W ośrodku dostępne są konsultacje lekarza psychiatry i internisty. Program terapeutyczny skierowany jest do osób dorosłych - kobiet i mężczyzn od 18 roku życia. Ośrodek posiada kontrakt z NFZ - leczenie jest bezpłatne.

Zapisy na listę osób oczekujących na przyjęcie do Ośrodka prowadzi sekretariat ośrodka.

Zapisy prowadzone są od poniedziałku do piątku w godzinach: 8:00 – 16:00.

Osoby zainteresowane podjęciem leczenia w Ośrodku zobowiązane są skontaktować się z Koordynatorem Przyjęć pod nr tel. 501 333 345, 730 759 739 w celu ustalenia terminu przyjęcia do Ośrodka.

- **Ośrodek Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Wejherowie**  
ul. Kościuszki 2, 84-200 Wejherowo  
tel. 58 736 37 84, 730 092 908, e-mail: sekretariat@opirpa-wejherowo.pl



- **Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych**  
Plac Jakuba Wejhera 8, 84-200 Wejherowo  
tel. 58 677 70 37, e-mail: mkrpa@wejherowo.pl
- **Punkt Konsultacyjny**  
ul. Hallera 1a, 84-200 Wejherowo  
tel. 58 677 11 25, e-mail: mkrpa@wejherowo.pl

### MIASTO RUMIA

- **Punkt Konsultacyjny ds. uzależnień i przemocy w rodzinie**  
ul. Młyńska 8, 84-230 Rumia  
tel. 58 736 10 93, e-mail: punkt.konsultacyjny@rumia.eu
- **Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Rumi**  
ul. Sobieskiego 42, 84-230 Rumia  
tel. 58 736 10 94, e-mail: mkrpa@rumia.eu

Możliwość uzyskania bezpłatnych konsultacji: psychologa, psychologa dziecięcego, psychotraumatologa, terapeuty ds. uzależnień, prawnika, radcy prawnego.

### MIASTO REDA

- **Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Redzie**  
ul. Gdańskiej 3, 84-240 Reda  
(dawne Biuro Parafialne – wejście od ulicy)  
tel. 504 258 181 (czynny w dniach i godzinach urzędowania Komisji)  
e-mail: gkrpa@mopsreda.pl

- **PUNKT KONSULTACYJNY ds. uzależnień i przeciwdziałania przemocy domowej**  
ul. Łąkowa 59, 84-240 Reda  
(pierwsze pomieszczenie w budynku MOSIR)

Harmonogram pracy Punktu Konsultacyjnego :

- Radca prawny w każdy poniedziałek w godzinach 17:00-19:00
- Specjalista ds. uzależnień w każdy wtorek w godzinach 17:30-19:30
- Psycholog w każdy czwartek w godzinach 17:00-19:00

### **GMINA WEJHEROWO**

- **Punkt Konsultacyjny ds. uzależnień i przemocy**  
ul. Wejherowska 24, 84-241 Gościcino  
tel. 58 677 64 58

**Oferta:** terapeuta dla dorosłych poniedziałek godz. 16:00-18:00, psycholog dla dzieci i młodzieży wtorek godz. 16:00-18:00, grupa wsparcia dla osób doznających przemocy domowej.

### **GMINA GNIEWINO**

- **Gminna Komisja Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Gniewinie**  
ul. Pomorska 40/1, 84-250 Gniewino  
tel. 58 738 67 05

### **GMINA CHOCZEWO**

- **Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych**  
ul. Pierwszych Osadników 17, 84-210 Choczewo  
tel. 58 572 39 13 wew. 211, e-mail: gkrpa@choczewo.com.pl

### **GMINA LINIA**

- **Gminna Komisja ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Lini**  
Pełnomocnik Wójta ds. Profilaktyki Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Maria Pipka  
tel. 58 676 85 82.

### **GMINA LUZINO**

- **Punkt Konsultacyjny przy Gminnej Komisji ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Luzinie.**  
ul. Młyńska 7, 84-242 Luzino  
tel. 58 506 56 46 wewn. 80, e-mail: punktconsultacyjnyapn@luzino.pl

Punkt czynny jest od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30 – 15:30

## **GMINA ŁĘCZYCE**

### ■ **Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Łęczycach**

**ul. Długa 49, 84-218 Łęczyce**  
**tel. 58 678 96 04, e-mail: gkrpaleczyce@wp.pl**

Poniedziałek: 15:30-17:00

### ■ **Punkt Informacyjno-Konsultacyjny ds. Uzależnień i Przemocy**

**ul. Leśna 18, 84-220 Strzebielino**  
**tel. 58 672 90 92, e-mail: gkrpaleczyce@wp.pl**

Środa: 15:00 - 17:00

Termin spotkań indywidualnych, grupowych uzgadniany jest telefonicznie

### ■ **Świetlica Profilaktyczno-Socjoterapeutyczna w Łęczycach**

**ul. Długa 49, 84-218 Łęczyce**  
**tel. 58 678 96 04, e-mail: swietlica.s-p.333.leczyce@wp.pl**

poniedziałek: 14:00-15:00, wtorek: 16.00-18:00, środa: 15:00-17:00, czwartek: 13:30-15:30,  
piątek: 13:00-16:30

### ■ **Świetlica Profilaktyczno-Socjoterapeutyczna w Łęczycach**

#### **Filia w Strzebielinie-Osiedlu**

**ul. Leśna 18, 84-220 Strzebielino**  
**tel. 58 672 90 92, e-mail: swietlica.s-p.333.leczyce@wp.pl**

Poniedziałek: 17:15-20:30 - Szkoła dla Rodziców i Wychowawców – (przyjętych do udziału)

Zapisy na szkołę w formie kontaktu osobistego. Po uprzednim uzgodnieniu telefonicznym.

tel. 602 595 159

Wtorek: 17:00-19:00 – **Zajęcia profilaktyczno-socjoterapeutyczne** - Grupa młodzieżowa

Poniedziałek: 17:15-20:30 - **Terapia rodzinna i małżeńska** – (przyjętych do udziału)

Zapisy na terapię w formie kontaktu osobistego. Po uprzednim uzgodnieniu telefonicznym.

tel. 602 595 159

Godziny funkcjonowania Komisji, Punktu, Świetlic mogą ulec zmianie – dostosowywane są do zaistniałych sytuacji i potrzeb pacjentów i wychowanków).

## **GMINA SZEMUD**

### ■ **Gminna Komisja ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Narkomanii w Szemudzie**

**ul. Samorządowa 1, 84-217 Szemud**  
**tel. 58 739 76 10**

Podejmowanie czynności zmierzających do orzeczenia o zastosowaniu wobec osoby uzależnionej od alkoholu obowiązku poddania się leczeniu w zakładzie lecznictwa odwykowego.

### III DOSTĘPNE FORMY POMOCY SPOŁECZNEJ DLA OSÓB Z ZABURZENIAMI PSYCHICZNYMI W POWIECIE WEJHEROWSKIM

#### 1. POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE W WEJHEROWIE



#### **Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wejherowie**

**ul. Sobieskiego 279 a, 84-200 Wejherowo**

**kontakt: tel. 58 672 27 02, 58 672 40 63, 58 672 17 60, e-mail: kancelaria@pcprwejherowo.pl**

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wejherowie powołane Uchwałą Nr IV/39/99 Rady Powiatu Wejherowskiego z dnia 2 marca 1999 r. jest jednostką organizacyjną Powiatu Wejherowskiego, prowadzoną w formie jednostki budżetowej, utworzoną w celu wykonywania zadań powiatu z zakresu pomocy społecznej, podporządkowaną bezpośrednio Zarządowi Powiatu. Centrum obejmuje swoim działaniem obszar powiatu wejherowskiego, realizując zadania m.in. z zakresu:

##### **1. ustawy o pomocy społecznej:**

- udziela pomocy osobom znajdującym się w stanie kryzysu w rozumieniu art. 47 ustawy o pomocy społecznej, w tym udziela pomocy psychologicznej, pedagogicznej i prawnej osobom i rodzinom doświadczającym przemocy oraz wszystkim poszkodowanym w wyniku zdarzeń traumatycznych, a także będących w kryzysie psychospołecznym, organizuje grupy wsparcia i samopomocy dla osób wskazanych wyżej,
- organizuje pomoc w integracji ze środowiskiem osobom mającym trudności w przystosowaniu do życia w środowisku,
- organizuje i przyznaje pomoc dla uchodźców i cudzoziemców,

- organizuje wsparcie osobom usamodzielnianym na podstawie art. 88 ustawy o pomocy społecznej,
- umieszcza w domach pomocy społecznej, sprawuje nad nimi nadzór w imieniu Starosty i nalicza odpłatność za pobyt w DPS (dotyczy osób umieszczonych przed 1 stycznia 2004 roku),
- kieruje do środowiskowego domu samopomocy oraz sprawuje nad nim nadzór w imieniu Starosty,
- realizuje programy rządowe finansowane m.in. z Funduszu Solidarnościowego: "Opieka wychnieniowa" oraz "Asystent osobisty osoby z niepełnosprawnością".

## **2. ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych:**

- podejmuje działania zmierzające do ograniczania skutków niepełnosprawności,
- współpracuje z organizacjami pozarządowymi i fundacjami działającymi na rzecz osób niepełnosprawnych w zakresie rehabilitacji społecznej,
- dofinansowuje ze środków PFRON:
  - uczestnictwo osób niepełnosprawnych i ich opiekunów w turnusach rehabilitacyjnych,
  - zaopatrzenie w sprzęt rehabilitacyjny.
  - przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze przyznawane osobom niepełnosprawnym na podstawie odrębnych przepisów,
  - likwidacji barier funkcjonalnych w tym: architektonicznych, w komunikowaniu się i technicznych (zgodnie z indywidualnymi potrzebami osób niepełnosprawnych),
  - organizacje sportu, kultury, rekreacji i turystyki osób niepełnosprawnych,
- realizuje ze środków PFRON program „Wyrównywania Różnic Między Regionami III” oraz program „Aktywny Samorząd”,
- realizuje program pn. „Samodzielność – Aktywność – Mobilność”, a w nim Dostępne mieszkanie i Mieszkanie dla absolwenta,

## **3. ustawy o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie:**

- udziela pomocy osobom, które doświadczają przemocy w rodzinie realizując Powiatowy Program Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie I Ochrony Ofiar Przemocy w Rodzinie,
- realizuje program korekcyjno-edukacyjny dla sprawców przemocy, którego celem jest powstrzymanie sprawcy przed dalszym stosowaniem przemocy wobec osób najbliższych.

**INTERWENCJA KRYZYSOWA** to forma pomocy psychologicznej będąca działaniem doraźnym, krótkoterminowym, zmierzającym do udzielenia natychmiastowej pomocy osobom znajdującym się w sytuacji kryzysowej. Kontakt ze specjalistą zapewnia możliwość doświadczenia wsparcia emocjonalnego, poczucia bezpieczeństwa i zredukowania lęku osoby znajdującej się w kryzysie. Głównym celem pracy interwencyjnej jest rozwiązanie kryzysu, poprzez zrozumienie wydarzenia krytycznego, poszerzenie pola świadomości, dokonanie oceny możliwości poradzenia sobie z kryzysem przy jednoczesnym wydobyciu zasobów osoby przeżywającej kryzys.

## **Zadania Zespołu Interwencji Kryzysowej:**

- udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej i prawnej osobom i rodzinom doświadczającym przemocy oraz wszystkim poszkodowanym w wyniku zdarzeń traumatycznych, a także będących w kryzysie psychospołecznym,
- organizowanie grup wsparcia i samopomocy dla osób wskazanych wyżej,
- upowszechnianie i popularyzowanie wiedzy na temat kryzysów i sposobów radzenia sobie z nimi,
- przyjmowanie zgłoszeń lub sygnałów o sytuacjach kryzysowych i reagowanie na nie w celu udzielenia odpowiedniej pomocy,
- pomoc w organizowaniu tymczasowego schronienia osobom zagrożonym, które zmuszone są do opuszczenia własnych domów,
- podejmowanie działań interwencyjnych polegających na zaangażowaniu odpowiednich służb i instytucji tj. np. ośrodków pomocy społecznej, Policji, Sądu, Prokuratury,

- stała współpraca z podmiotami i instytucjami zajmującymi się ustawowo lub statutowo interwencją kryzysową,
- utrzymywanie kontaktu z klientami IK do czasu rozwiązania kryzysu

**kontakt: tel. 58 672 40 63, całodobowy numer 58 506 58 57, e-mail: cik@pcprwejherowo.pl**

Przy PCPR działa **Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności**, który realizuje zadania związane z orzekaniem o niepełnosprawności oraz wydaje legitymacje i karty parkingowe dla osób niepełnosprawnych. W celu uzyskania statusu osoby niepełnosprawnej należy złożyć wniosek wraz z zaświadczeniem lekarskim potwierdzającym stan zdrowia oraz kopią dokumentacji medycznej do Powiatowego Zespołu ds. Orzekania o Niepełnosprawność. Orzeczenie o niepełnosprawności (dotyczy dzieci do 16. roku życia) lub stopniu niepełnosprawności (dotyczy osób powyżej 16. roku życia) jest podstawą do korzystania z ulg i uprawnień dedykowanym osobom niepełnosprawnym m.in. do ubiegania się o wsparcie ze środków PFRON.

**kontakt: tel. 58 672 27 02 wew. 52, 19, e-mail: kancelaria@pcprwejherowo.pl**

## 2. MIEJSKIE/GMINNE OŚRODKI POMOCY SPOŁECZNEJ

W Powiecie Wejherowskim znajduje się 9 ośrodków pomocy społecznej realizujących gminne zadania odnośnie udzielania wsparcia mieszkańcom poszczególnych gmin. Udzielane wsparcie jest wielostronne, od wsparcia finansowego poprzez pomoc w załatwianiu spraw administracyjnych mających na celu poprawę jakości życia, po wszelkiego rodzaju poradnictwo. Gminne ośrodki zgodnie z zapotrzebowaniem organizują pomoc wielu specjalistów. W przypadku osób z zaburzeniami jest to poradnictwo psychologa, psychiatry, a w wypadku osób uzależnionych od alkoholu – psychoterapeutów.

Ośrodki pomocy społecznej oferują różne formy pomocy osobom znajdującym się w trudnej sytuacji życiowej, w tym osobom z zaburzeniami psychicznymi, kierują do ośrodków poradnictwa specjalistycznego lub ośrodków wsparcia.

### ■ **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Wejherowie**

**ul. Kusocińskiego 17, 84-200 Wejherowo**

**kontakt: tel. 58 677 79 60, e-mail: sekretariat@mops.wejherowo.pl**

**<http://mops.wejherowo.pl>**

Poradnictwo psychologiczne. Termin spotkań uzgadniany jest telefonicznie pod nr telefonu 58 677 79 69 w godzinach pracy Ośrodka. Poradnictwo psychologiczne dedykowane jest dla mieszkańców miasta Wejherowo. Specjalistyczne usługi opiekuńcze: asystent osobisty osoby z niepełnosprawnością, opieka wytchnieniowa, Punkt Wsparcia Rodziny.

### ■ **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Rumi**

**ul. Sobieskiego 42, 84-230 Rumia**

**kontakt: tel. 58 671 05 56, e-mail: sekretariat@mops.rumia.pl**

**<https://samorzad.gov.pl/web/mops-rumia>**

Konsultacje psychologiczne. Tylko dla klientów MOPS Rumia.

### ■ **Centrum Opiekuńczo - Mieszkalne w Rumi**

ul. Żołnierzy I Dywizji Wojska Polskiego 4, 84-230 Rumia

Ośrodek wsparcia dla osób z niepełnosprawnością.

### ■ **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Redzie**

ul. Derdowskiego 25, 84-240 Reda

**kontakt:** tel. 58 678 58 65, e-mail: [mops@mopsreda.pl](mailto:mops@mopsreda.pl), [mopsreda.pl](http://mopsreda.pl)

**czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30 – 15:30, wtorek – dzień pracy wewnętrznej**

Poradnictwo Specjalistyczne (psychologiczne i radcy prawnego) - po wcześniejszym uzgodnieniu telefonicznym. Wsparcie jest udzielane m.in. z zakresu pomocy asystenta osobistego osoby z niepełnosprawnością, opieki wytchnieniowej, specjalistycznych usług opiekuńczych, opieki na odległość - opaski bezpieczeństwa. Na terenie Miasta działa również Klub Senior + oraz Punkt konsultacyjny w ramach profilaktyki uzależnień i przemocy domowej:

- Radca prawny w każdy poniedziałek w godzinach 17:00-19:00
- Specjalista ds. uzależnień w każdy wtorek w godzinach 17:30-19:30
- Psycholog w każdy czwartek w godzinach 17:00-19:00

### ■ **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Wejherowie**

Osiedle Przyjaźni 6, 84-200 Wejherowo

**kontakt:** tel. 58 677 64 30, e-mail: [sekretariat@gops-wejherowo.pl](mailto:sekretariat@gops-wejherowo.pl)

<http://www.gops-wejherowo.pl>

Poradnictwo psychologiczne: poniedziałek: 7:30 - 16:30, wtorek- czwartek: 7:30 - 15:30, piątek: dzień pracy wewnętrznej.

Opieka wytchnieniowa, Asystent osobisty osoby z niepełnosprawnością, specjalistyczne usługi opiekuńcze, usługi opiekuńcze, placówki wsparcia dziennego, Kluby Seniora, Klub Gier dla dzieci. Centrum Integracji Społecznej.

### ■ **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Choczewie**

ul. Kusocińskiego 5, 84-210 Choczewo

**kontakt:** tel. 58 572 05 74, e-mail: [gops@choczewo.com.pl](mailto:gops@choczewo.com.pl)

[www.gopschoczewo.pl](http://www.gopschoczewo.pl)

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Choczewie prowadzi działalność w zakresie poradnictwa psychologicznego: po uprzednim uzgodnieniu telefonicznym w wyznaczonych dniach: poniedziałek, wtorek, czwartek: 14:45 – 16:45, piątek 10:00 – 17:00. Mieszkańcy gminy Choczewo.

### ■ **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Gniewinie**

ul. Pomorska 40/1

84-250 Gniewino

**kontakt:** tel. 58 738 67 04, 58 738 67 05 (pracownicy socjalni), e-mail: [gops@gniewino.pl](mailto:gops@gniewino.pl)

<http://bip.gniewino.pl>

#### **Bezpłatna pomoc psychologa oraz terapeuty:**

Psycholog - poniedziałki godz. 14:00-18:00, dyżur telefoniczny: 58 738 67 07

Terapeuta - środy godz. 8:00-13:00

## ■ **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Lini**

ul. Turystyczna 15, 84-223 Lini

kontakt: tel. 58 676 85 82 wew.3, e-mail: [gops@gminalinia.com.pl](mailto:gops@gminalinia.com.pl)

<https://www.gminalinia.com.pl>

Poradnictwo psychologiczne: według potrzeby spotkania indywidualnie po uprzednim uzgodnieniu telefonicznym. Mieszkańcy gminy Lini. GOPS w Lini daje możliwość skorzystania z Programu "Opieka wytchnieniowa" - edycja 2025 oraz "Asystent osobisty osoby z niepełnosprawnością" - edycja 2025.

## ■ **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Luzinie**

ul. Młyńska 7, 84-242 Luzino

kontakt: tel. 58 506 56 46 wew.60, e-mail: [gops@luzino.pl](mailto:gops@luzino.pl)

[gops.luzino.bip.gov.pl](https://gops.luzino.bip.gov.pl)

Poradnictwo psychologiczne: piątki 7:45 - 14:00. Mieszkańcy gminy Luzino.

Ponadto GOPS świadczy specjalistyczne usługi opiekuńcze dla osób z zaburzeniami psychicznymi, zatrudnia 2 asystentów rodziny, realizuje również program "Opieka wytchnieniowa" oraz "Asystent osobisty osoby z niepełnosprawnością".

## ■ **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Szemudzie**

ul. Samorządowa 1, 84-217 Szemud

kontakt: tel. 58 739 76 00, e-mail: [kancelaria@gops.szemud.pl](mailto:kancelaria@gops.szemud.pl)

<https://www.gops.szemud.pl>

Poradnictwo psychologiczne dla mieszkańców gminy Szemud: środy od godz. 9:00 do 14:00.

Termin uzgadniany telefonicznie pod numerem **58 739 76 03**

- specjalistyczne usługi opiekuńcze dla osób z zaburzeniami psychicznymi,
- udział w Programie „Asystent osobisty osoby niepełnosprawnej”, „Opieka wytchnieniowa” i „Usługi sąsiedzkie” dla mieszkańców gminy Szemud, na zasadach określonych w Programach ogłoszonych przez Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej,

**Placówka Wsparcia Dziennego w Szemudzie „Klub Żarówka” – zajęcia dla dzieci prowadzone w formie opiekuńczej**

ul. Sportowa 2, 84-217 Szemud, tel. 508 937 521

## ■ **Gmina Łęczycze**

• **Świetlica Profilaktyczno-Socjoterapeutyczna w Łęczycach**

ul. Długa 49, 84-218 Łęczycze

kontakt: tel.: 58 678 96 04, e-mail: [swietlica.s-p.333.leczyce@wp.pl](mailto:swietlica.s-p.333.leczyce@wp.pl)

poniedziałek - 14:00-15:00, wtorek - 16.00-18:00, środa - 15:00-17:00, czwartek - 13:30-15:30,

piątek - 13:00-16:30

• **Świetlica Profilaktyczno-Socjoterapeutyczna w Łęczycach**

**Filia w Strzebielinie-Osiedlu**

ul. Leśna 18, 84-220 Strzebielino

kontakt: tel.: 58 672-90-92, e-mail: [swietlica.s-p.333.leczyce@wp.pl](mailto:swietlica.s-p.333.leczyce@wp.pl)

**Poniedziałek - 17:15-20:30 - Szkoła dla Rodziców i Wychowawców** – (przyjętych do udziału)

Zapisy na szkołę w formie kontaktu osobistego. Po uprzednim uzgodnieniu telefonicznym. tel. 602 595 159

**Wtorek - 17:00-19:00 – Zajęcia profilaktyczno-socjoterapeutyczne - Grupa młodzieżowa**

**Poniedziałek - 17:15-20:30 - Terapia rodzinna i małżeńska** – (przyjętych do udziału)

Zapisy na terapię w formie kontaktu osobistego. Po uprzednim uzgodnieniu telefonicznym. tel. 602 595 159

Godziny funkcjonowania Komisji, Punktu, Świetlic mogą ulec zmianie – dostosowywane są do zaistniałych sytuacji i potrzeb pacjentów i wychowanków).

### 3. DOMEY POMOCY SPOŁECZNEJ

W powiecie wejherowskim funkcjonują 3 domy pomocy społecznej o zasięgu ponadgminnym, z czego dla dwóch z nich powiat wejherowski jest organem prowadzącym, a dla jednego dotującym. Domy pomocy społecznej to placówki całodobowe świadczące usługi bytowe, opiekuńcze, wspomagające oraz edukacyjne na poziomie obowiązującego standardu. Przeznaczone są dla osób wymagających ciągłej opieki z powodu wieku, choroby lub niepełnosprawności, którym nie można zapewnić niezbędnej pomocy w formie usług opiekuńczych. W domach pomocy społecznej zapewniony jest dostęp do rehabilitacji, terapii zajęciowej oraz lekarza pierwszego kontaktu.

Osoby zainteresowane skorzystaniem z tej formy wsparcia winny zwrócić się z wnioskiem o skierowanie do domu pomocy społecznej, do właściwego ze względu na miejsce zamieszkania ośrodka pomocy społecznej.

Domy pomocy społecznej, w zależności od rodzaju świadczonych usług dzielą się na domy dla:

- osób w podeszłym wieku,
- osób przewlekłe somatycznie chorych,
- osób przewlekłe psychicznie chorych,
- dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie,
- dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie,
- osób niepełnosprawnych fizycznie.

**Dom Pomocy Społecznej w Strzebielinku**, jednostka organizacyjna pomocy społecznej, finansowana w formie jednostki budżetowej, prowadzona przez powiat wejherowski.

**kontakt: tel. 58 676 75 90, e-mail: [strzebielinek@post.pl](mailto:strzebielinek@post.pl), <http://strzebielinek.naszdzps.pl>**

Dom Pomocy Społecznej w Strzebielinku jest jednostką specjalistyczną, przeznaczoną dla 182. osób dorosłych przewlekłe psychicznie chorych i przyjmuje zarówno kobiety, jak i mężczyzn. Mieszkańcy przebywający w domu korzystają z usług bytowych, opiekuńczych i wspomagających, świadczonych na poziomie obowiązującego ustawowo standardu.

Dom ulokowany jest w ośmiu budynkach parterowych pozbawionych barier architektonicznych. Pomieszczenia mieszkalne znajdują się na terenie czterech pawilonów, stanowiących działy opiekuńcze. W skład każdego z czterech działów opiekuńczych wchodzi tzw. mieszkania rodzinne, składające się z dwóch sypialni, pokoju dziennego pobytu, jadalni i aneksu kuchennego, przystosowanego do sporządzania wszystkich posiłków, łącznie z obiadami. Pokoje dziennego pobytu wyposażone są w komplety wypoczynkowe oraz sprzęt audiowizualny.

Pomieszczenia przeznaczone do prowadzenia zajęć terapeutycznych oraz rehabilitacyjnych zajmują odrębny pawilon i stanowią centrum terapeutyczno-rehabilitacyjne. W skład centrum wchodzi pracownie terapii zajęciowej (m.in. pracownia uwrażliwiania sensorycznego, malarska, stolarska, fotograficzna, wikliniarska, techniczna, decoupage, ceramiczna) oraz sale rehabilitacyjne, w tym siłownia i przestrzeń do ćwiczeń ogólnorozwojowych.

Dodatkowo na terenie kompleksu znajduje się boisko przystosowane do gry w piłkę nożną, siatkówkę i koszykówkę, a także wolnostojące sprzęty do ćwiczeń. Mieszkańcy mają również dostęp do licznych altanek ogrodowych.

Ze wszystkimi mieszkańcami domu codziennie prowadzone są zajęcia rehabilitacji społecznej, mające na celu w szczególności: wyrabianie zaradności osobistej, pobudzanie aktywności społecznej, wyrabianie umiejętności samodzielnego wypełniania ról społecznych i promowanie zdrowia psychicznego przez aktywizację fizyczną.

W celu właściwego ukierunkowania podejmowanych z mieszkańcami oddziaływań terapeutycznych w Domu Pomocy Społecznej w Strzebielinku, utworzono dział terapeutyczno-rehabilitacyjny, w którym zatrudnionych jest m.in.: pięciu psychologów, instruktorzy terapii zajęciowej, pracownicy socjalni, pedagog, technik fizjoterapii i instruktorzy ds. kulturalno-oświatowych. Zajęcia rehabilitacji społecznej prowadzone w domu mają charakter indywidualny lub grupowy i odbywają się w wymiarze nie mniejszym niż 10 godzin tygodniowo dla każdego mieszkańca. Wśród nich na szczególną uwagę zasługuje terapia psychologiczna, trening umiejętności społecznych oraz poznawczych.

Mieszkańcy mają również zapewniony systematyczny kontakt z lekarzem psychiatrą, a także z lekarzami innych specjalności, w zależności od potrzeb.



#### ■ **Dom Pomocy Społecznej w Wejherowie,**

ul. Przebendowskiego 1

Dom przeznaczony jest dla osób przewlekle somatycznie chorych. Dla mieszkańców świadczone są usługi opiekuńcze, bytowe i wspomagające. Zapewniony jest dostęp do rehabilitacji oraz do wsparcia psychologicznego. Liczba miejsc: 75. Dom umożliwia mieszkańcom korzystanie z terapii zajęciowej.

**kontakt: tel. 58 672 15 91, e-mail: dpswejherowo@gmail.com, www.dpswejherowo.com.pl**

#### ■ **Dom Pomocy Społecznej prowadzony przez Zgromadzenie Sióstr Miłosierdzia św. Wincentego a Paulo,** ul. Św. Jacka 14 w Wejherowie

Dom przeznaczony jest dla osób przewlekle somatycznie chorych. Liczba miejsc: 115. Dla mieszkańców świadczone są usługi opiekuńcze, bytowe i wspomagające. Zapewniony jest dostęp do lekarza pierwszego kontaktu. Ponadto prowadzona jest terapia zajęciowa oraz organizowane są wydarzenia kulturalne. Na terenie placówki mieszkańcy mogą korzystać z dużego ogrodu i placu spacerowego.

**kontakt: tel. 58 672 26 00, e-mail: sekretariat@dpswejherowo.pl, http://dpswejherowo.pl/**

## 4. ŚRODOWISKOWY DOM SAMOPOMOCY W WEJHEROWIE



#### ■ **Środowiskowy Dom Samopomocy w Wejherowie**

ul. Krasieńskiego 2, 84-200 Wejherowo

**kontakt: tel. 732 535 334, e-mail: sekretariat@sdswejherowo.pl**

**https://sdswejherowo.bip.gov.pl**

Środowiskowy Dom Samopomocy w Wejherowie przy ul. Z. Krasińskiego 2 jest ośrodkiem wsparcia, utworzonym jako jednostka organizacyjna Powiatu Wejherowskiego, która funkcjonuje od dnia 02 października 2023 r. Powstał w budynku, który został zmodernizowany i dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Budynek w którym mieści się ŚDS jest trzykondygnacyjny, na potrzeby uczestników przeznaczono parter budynku o łącznej powierzchni 1126,78 m<sup>2</sup>. Dom zapewnia wsparcie osobom z niepełnosprawnościami w formie udziału w zajęciach terapii zajęciowej i treningach funkcjonowania w życiu codziennym, co przyczynia się do zaspokojenia potrzeb społecznych i rozwojowych osób z niepełnosprawnościami, zapobiega ich wykluczeniu społecznemu oraz ma istotny wpływ na funkcjonowanie rodziny i jakość życia wszystkich jej członków, a ponadto przyczynia się do przeciwdziałania umieszczeniu osób z niepełnosprawnościami w placówkach całodobowych.

Środowiskowy Dom Samopomocy przeznaczony jest dla trzech kategorii pełnoletnich osób:

- 1) typ B – dla osób z niepełnosprawnością intelektualną,
- 2) typ C – dla osób z wykazujących przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych,
- 3) typ D – dla osób ze spektrum autyzmu lub niepełnosprawnościami sprzężonymi.

Skierowanie do Domu odbywa się na podstawie decyzji administracyjnej, wydanej przez Dyrektora Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Wejherowie na wniosek osoby zainteresowanej lub jej opiekuna prawnego. Pierwszym krokiem jest wystąpienie z wnioskiem o skierowanie do ŚDS do właściwego dla miejsca zamieszkania osoby zainteresowanej ośrodka pomocy społecznej, który rozpocznie procedurę umieszczenia uczestnika. Do wniosku należy dołączyć zaświadczenie lekarskie od lekarza neurologa lub psychiatry, zaświadczenie od lekarza rodzinnego o stanie zdrowia i braku przeciwwskazań do uczestnictwa w zajęciach oferowanych przez naszą placówkę wraz z informacją o sprawności w zakresie lokomocji osoby niepełnosprawnej fizycznie, a także orzeczenie o stopniu niepełnosprawności (jeżeli zainteresowany posiada).

Środowiskowy Dom Samopomocy prowadzi zajęcia przez pięć dni w tygodniu, czynny jest od 7.30 do 15.30, z czego przez sześć godzin realizowana jest praca z uczestnikami. Codzienną aktywnością są indywidualne lub zespołowe treningi samoobsługi i umiejętności społecznych, polegające na nauce, rozwijaniu lub podtrzymywaniu umiejętności w zakresie czynności dnia codziennego i funkcjonowania w życiu społecznym. Dom dysponuje również czterema miejscami całodobowego pobytu dla uczestników. Skierowanie osoby do domu na pobyt całodobowy następuje na drodze decyzji administracyjnej, wydanej przez Dyrektora Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Wejherowie i ma miejsce w przypadku wystąpienia potrzeby spowodowanej sytuacją życiową lub rodzinną uczestnika ŚDS albo w przypadku realizacji całodobowego treningu samoobsługi i umiejętności społecznych w ramach indywidualnego planu postępowania wspierająco-aktywizującego.

Środowiskowy Dom Samopomocy realizuje swoje podstawowe zadania poprzez pracę terapeutów, prowadzących zajęcia i treningi w następujących pracowniach:

- plastycznej
- kulinarnej i gospodarstwa domowego
- rzemiosł różnych
- edukacyjnej
- terapii indywidualnej
- przyrodniczej
- fotograficzno-informatycznej
- terapii ruchowej
- Sali Doświadczania Świata

Dodatkowo do dyspozycji uczestników w zależności od indywidualnych potrzeb jest pokój wyciszeń. Uczestnicy mogą również korzystać z indywidualnych zajęć i konsultacji, prowadzonych przez psychologa i pedagoga, mogą brać udział w organizowanych przez Dom imprezach okolicznościowych, wycieczkach i wyjazdach. ŚDS w Wejherowie aktywnie uczestniczy w konkursach i innych formach współpracy między jednostkami pomocy społecznej, działającymi na terenie województwa pomorskiego, a promowanie udziału w przedsięwzięciach artystycznych naszych uczestników ma na celu przede wszystkim ich integrację społeczną i poprawę jakości życia w środowisku.

## IV DOSTĘPNE FORMY AKTYWIZACJI ZAWODOWEJ DLA OSÓB Z ZABURZENIAMI PSYCHICZNYMI W POWIECIE WEJHEROWSKIM

### 1. POWIATOWY URZĄD PRACY W WEJHEROWIE



#### ■ Powiatowy Urząd Pracy w Wejherowie

ul. Usługowa 11, 84-200 Wejherowo

kontakt: tel. 58 677 63 00, e-mail: sekretariat@pupwejherowo.pl

[www.wejherowo.praca.gov.pl](http://www.wejherowo.praca.gov.pl)

Powiatowy Urząd Pracy w Wejherowie jest jednostką organizacyjną powiatu wejherowskiego, wchodzącą w skład powiatowej administracji zespolonej, finansowaną na zasadach określonych dla jednostek budżetowych. Ustawa z dnia 20 kwietnia 2004 r. o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy określa zadania państwa w zakresie promocji zatrudnienia, łagodzenia skutków bezrobocia oraz aktywizacji zawodowej m.in. klientów urzędów pracy oraz wprowadza różnego rodzaju formy wsparcia, wśród których można wyróżnić m.in.:

- pośrednictwo pracy
- poradnictwo zawodowe
- formy wpierające podnoszenie kwalifikacji
- świadczenia pieniężne
- refundacja kosztów wyposażenia lub doposażenia stanowiska pracy

Usługa poradnictwa zawodowego jest dostępna zarówno dla osób zarejestrowanych w Powiatowym Urzędzie Pracy, jak i w węższym zakresie dla osób niezarejestrowanych oraz pracodawców i ich pracowników: od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30 – 14:00.

Powiatowy Urząd Pracy w Wejherowie realizuje działania w obszarze zatrudniania osób niepełnosprawnych, w tym osób z zaburzeniami psychicznymi, które wynikają bezpośrednio z ustawy o promocji zatrudnienia i instrumentach rynku pracy, jak również z ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych. Działania powyższe obejmują stosowanie wobec tych osób usług rynku pracy, takich jak: pośrednictwo pracy, poradnictwo zawodowe i szkolenia oraz wspierających je instrumentów rynku pracy, tj.: staż, prace interwencyjne, prace społecznie użyteczne, roboty publiczne, wyposażenie lub doposażenie stanowiska pracy, jednorazowe środki na podjęcie działalności gospodarczej. Działania te służą poprawie sytuacji osób niepełnosprawnych, w tym osób z zaburzeniami psychicznymi, na rynku pracy.

Przy realizacji swoich zadań urząd współpracuje z instytucjami działającymi na rzecz osób niepełnosprawnych w zakresie rehabilitacji zawodowej. Rehabilitację zawodową osób z niepełnosprawnością finansuje głównie Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Celem rehabilitacji zawodowej jest przygotowanie oraz wprowadzenie osoby niepełnosprawnej na rynek pracy. Uzyskanie i utrzymanie odpowiedniego zatrudnienia, jak i awansu zawodowego.

Powiatowy Urząd Pracy w Wejherowie współpracuje również z pracodawcami wspierającymi aktywizację zawodową osób niepełnosprawnych oraz prowadzi kampanię informacyjną dla pracodawców promującą zatrudnianie osób z niepełnosprawnością informując o ulgach i korzyściach w zatrudnianiu osób niepełnosprawnych i ich funkcjonowaniu w pracy.

## 2. WARSZTATY TERAPII ZAJĘCIOWEJ

Warsztat Terapii Zajęciowej jest wyodrębnioną organizacyjnie i finansowo placówką stwarzającą osobom niepełnosprawnym niezdolnym do podjęcia pracy możliwość rehabilitacji społecznej i zawodowej w zakresie pozyskania lub przywrócenia umiejętności niezbędnych do podjęcia zatrudnienia. Warsztaty mogą być organizowane przez fundacje, stowarzyszenia lub przez inne podmioty.

Na terenie Powiatu Wejherowskiego działają cztery Warsztaty Terapii Zajęciowej tj.:

- **prowadzony przez Fundację „Szczęśliwa Rodzina” im. św. Faustyny Kowalskiej**  
Bojano, ul. Wybickiego 3, 84-207 Koleczkowo  
kontakt: tel. (058) 572 16 10, 693 586 059, e-mail: ffaustyna@op.pl  
Liczba uczestników: 48
- **prowadzony przez CARITAS ARCHIDIECEZJI GDAŃSKIEJ**  
Centrum im. Św. Siostry Faustyny  
ul. Ks. Lucjana Gierosa 8 A, 84-230 Rumia  
kontakt: tel. 694 464 416, e-mail: centrumrumia@caritas.gda.pl  
Liczba uczestników: 25
- **prowadzony przez Fundację Zdrowia „ESCO”**  
ul. 3-go Maja 49, 84-200 Wejherowo  
kontakt: tel. 600 049 588, e-mail: wtzwejherowo@wp.pl  
Liczba uczestników: 20
- **prowadzony przez Fundację Anny Dymnej „Mimo Wszystko”**  
ul. Spacerowa 38, Lubiawo, 84-210 Choczewo  
kontakt: tel. (58) 572 82 10, 669 997 853, e-mail: justynakepka@mimowszystko.org  
Liczba uczestników: 25

## V POWIATOWY ZESPÓŁ PORADNI PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNYCH W WEJHEROWIE



### ■ Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Wejherowie

ul. Ofiar Piaśnicy 22

84-200 Wejherowo

kontakt: tel. 58 770 85 40, e-mail: [pppwejherowo@poradnia-wejherowo.pl](mailto:pppwejherowo@poradnia-wejherowo.pl)

<http://poradnia-wejherowo.pl>

### ■ Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Rumi

ul. Pomorska 3

84-230 Rumia

kontakt: tel. 58 671 09 56, e-mail: [ppprumia@poradnia-wejherowo.pl](mailto:ppprumia@poradnia-wejherowo.pl)

<http://poradnia-wejherowo.pl>

Celem poradni jest udzielanie dzieciom (od momentu urodzenia) i młodzieży, z uwzględnieniem ich zróżnicowanych potrzeb edukacyjnych i rozwojowych, wsparcia specjalistycznego i pomocy psychologiczno-pedagogicznej, pomocy w wyborze kierunku kształcenia i zawodu oraz udzielanie ich rodzicom, opiekunom i nauczycielom pomocy psychologiczno-pedagogicznej, związanej z wychowaniem i kształceniem dzieci i młodzieży, a także wspomaganie przedszkoli, szkół i placówek w zakresie realizacji zadań dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych.

Do zadań poradni należy:

● **Orzecznictwo w zakresie:**

- wydawania orzeczeń o potrzebie kształcenia specjalnego z uwagi na: niepełnosprawność intelektualną w stopniu lekkim, umiarkowanym, znacznym, niepełnosprawność ruchową, w tym z afazją, autyzm, w tym zespół Aspergera niepełnosprawność sprzężoną, zagrożenie niedostosowaniem społecznym, niedostosowanie społeczne, a w PPP w Wejherowie również z uwagi na: zaburzenia słuchu (dzieci niesłyszące, słabosłyszące), zaburzenia wzroku (dzieci niewidome, słabowidzące),
- wydawania orzeczeń o potrzebie zajęć rewalidacyjno-wychowawczych (niepełnosprawność intelektualna w stopniu głębokim),
- wydawania opinii o potrzebie wczesnego wspomaganie rozwoju (od chwili wykrycia niepełnosprawności do podjęcia nauki w szkole),
- wydawania orzeczeń o potrzebie indywidualnego nauczania,
- wydawania orzeczeń o potrzebie indywidualnego obowiązkowego rocznego przygotowania przedszkolnego.

● **Diagnozowanie:**

- aktualnego poziomu rozwoju, potrzeb i możliwości,
- zaburzeń rozwojowych i zachowań dysfunkcyjnych dzieci i młodzieży.

● **Wspomaganie dzieci i młodzieży odpowiednio do ich potrzeb rozwojowych, edukacyjnych oraz możliwości psychofizycznych (szczególnie uzdolnionych, niepełnosprawnych, niedostosowanych społecznie lub zagrożonych niedostosowaniem społecznym, ze specyficznymi trudnościami w uczeniu się, z zaburzeniami komunikacji językowej, z chorobami przewlekłymi), w szczególności poprzez:**

- prowadzenie zajęć wczesnego wspomaganie rozwoju dzieci w zakresie terapii logopedycznej, psychologiczno-pedagogicznej i terapii integracji sensorycznej (SI),
- prowadzenie terapii zgodnie z rozpoznanymi potrzebami,
- pomoc w wyborze kierunku kształcenia i zawodu oraz planowaniu kształcenia i kariery zawodowej,
- wspomaganie dzieci i młodzieży z trudnościami adaptacyjnymi, także związanymi z różnicami kulturowymi lub wcześniejszym kształceniem za granicą,
- działania z zakresu profilaktyki uzależnień i innych problemów, również dzieciom i młodzieży z grup ryzyka,
- prowadzenie edukacji dotyczącej ochrony zdrowia psychicznego.

● **Diagnozowanie i wspomaganie środowiska rodzinnego, przedszkolnego i szkolnego w zakresie możliwości udzielania pomocy psychologiczno-pedagogicznej dzieciom i młodzieży, a w szczególności:**

- pomoc rodzicom i nauczycielom w rozpoznawaniu i rozwijaniu indywidualnych możliwości, predyspozycji i uzdolnień dzieci i młodzieży,
- współpraca w rozpoznawaniu u uczniów specyficznych trudności w uczeniu się,
- współpraca w opracowywaniu i realizowaniu indywidualnych programów edukacyjno-terapeutycznych oraz planów działań wspierających na terenie szkoły lub placówki,
- współpraca w udzielaniu i organizowaniu pomocy psychologiczno-pedagogicznej na terenie przedszkoli, szkół i placówek,
- wspomaganie wychowawczej i edukacyjnej funkcji rodziny,
- współpraca z placówkami doskonalenia nauczycieli w celu wsparcia merytorycznego nauczycieli, wychowawców i innych specjalistów w przedszkolach, szkołach i placówkach,
- prowadzenie sieci współpracy i samokształcenia dla nauczycieli,
- systemowe wspomaganie szkół.

● **Wspomaganie wychowawczej roli rodziny:**

- organizacja konsultacji i porad indywidualnych,
- realizacja psychoedukacyjnych zajęć w ramach programu „Szkoła dla Rodziców”,
- możliwość udziału rodziców w terapii rodzinnej (w PPP w Wejherowie).

## VI ORGANIZACJE POZARZĄDOWE

Ważną rolę w zakresie wspierania osób z zaburzeniami psychicznymi i ich rodzin pełnią organizacje pozarządowe. Nikt lepiej nie zna środowiska osób z zaburzeniami psychicznymi jak oni sami poprzez organizowanie się w związki, fundacje i stowarzyszenia oraz działanie w zakresie wsparcia, samopomocy, rozwijania współpracy z jednostkami samorządu terytorialnego i innymi placówkami. Te organizacje najlepiej znają potrzeby swoich podopiecznych i najskuteczniej je zaspokajają.

Działalność organizacji pozarządowych stanowi bardzo cenny element uzupełniający i wspierający wszelkie działania podejmowane na rzecz osób z zaburzeniami psychicznymi. Dla samorządu terytorialnego sektor pozarządowy jest partnerem co najmniej w trzech płaszczyznach: po pierwsze reprezentuje społeczność lokalną, wyraża jej potrzeby, dążenia i oczekiwania, po drugie świadczy pomoc bezpośrednią na rzecz mieszkańców społeczności lokalnej oraz po trzecie wprowadza nowe, często alternatywne sposoby działania. Doświadczenia wskazują, iż działalność organizacji pozarządowych winna być wspierana, integrowana i koordynowana.

Organizacje pozarządowe działające na rzecz osób z zaburzeniami psychicznymi spełniają szereg ról, w tym:

- określają potrzeby i priorytety dotyczące życia osób z zaburzeniami psychicznymi,
- przyczyniają się do podnoszenia świadomości społeczeństwa i propagowania zmian,
- kształtują postawy sprzyjające społecznej integracji i przeciwdziałają społecznemu wykluczeniu,
- stwarzają możliwości rozwijania umiejętności w różnych dziedzinach oraz zapewnienia swoim członkom wzajemnego wsparcia i wymianę informacji,
- reprezentują środowiska osób z zaburzeniami psychicznymi,
- prowadzą działania w zakresie rehabilitacji społecznej, zawodowej i leczniczej na rzecz swoich członków.

Na terenie powiatu wejherowskiego funkcjonuje kilka organizacji pozarządowych, działających na rzecz zdrowia psychicznego, zgodnie z ich statutem, m.in.:

### ■ WEJHEROWSKIE STOWARZYSZENIE NA RZECZ OSÓB Z AUTYZMEM

ul. Jana III Sobieskiego 279, 84-200 Wejherowo  
tel. 512 491 171, e-mail: [autyzm.wejherowo@wp.pl](mailto:autyzm.wejherowo@wp.pl)

### ■ FUNDACJA KOLAŻ z siedzibą w Wejherowie

tel. 579 520 156, e-mail: [kontakt@fundacja-kolaz.pl](mailto:kontakt@fundacja-kolaz.pl)

### ■ Fundacja Oskara „Osy” Buczaka Pomagamy i Wspieramy

ul. Grottgera 1c, 84-200 Wejherowo  
tel. 514 676 354, e-mail: [buczi2005@gmail.com](mailto:buczi2005@gmail.com)

## VII TELEFONY ZAUFANIA

### WAŻNE TELEFONY POMOCOWE

- **800 70 22 22 - Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Kryzysie Psychicznym**  
(czynny 7 dni w tygodniu, 24 h na dobę, połączenie bezpłatne)  
dla zainteresowanych czat dostępny na: <https://centrumwsparcia.pl>
- **22 594 91 00 - Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw Depresji**  
(czynny w każdą środę i czwartek od 17:00 do 19:00, koszt połączenia jak na numer stacjonarny wg taryfy operatora telefonicznego)
- **116 123 - Całodobowy telefon zaufania dla osób dorosłych**  
(czynny 7 dni w tygodniu, 24 h na dobę, połączenie bezpłatne)  
dla zainteresowanych czat dostępny na: <https://116sos.pl>
- **116 111 - Całodobowy telefon zaufania dzieci i młodzieży**  
(całodobowo, 7 dni w tygodniu, połączenie bezpłatne)  
dla zainteresowanych czat dostępny na: <https://116111.pl/czatuj/>
- **800 12 12 12 - Całodobowy telefon zaufania Rzecznika Praw Dziecka**  
(całodobowo, 7 dni w tygodniu, połączenie bezpłatne)  
dla zainteresowanych czat dostępny na: <https://www.czat.brpd.gov.pl>
- **800 012 005 - Telefon Pogadania**  
(codziennie od 11:00 do 20:00, połączenie bezpłatne)

### POMOC DLA NAUCZYCIELI I RODZICÓW

- **800 100 100 - Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci**  
(linia czynna od poniedziałku do piątku w godzinach 12:00-15:00 i dodatkowo w czwartki w godzinach 16:30-20:30, połączenie bezpłatne)
- **800 800 602 - Telefon kontaktowy dla rodziców i opiekunów dzieci w kryzysie**  
(linia czynna od poniedziałku do piątku w godzinach 15:00-19:00, połączenie bezpłatne)
- **801 140 068 - Pomarańczowa Linia**  
program informacyjno-konsultacyjny dla rodziców dzieci pijących alkohol i eksperymentujących z narkotykami (linia czynna od poniedziałku do piątku w godzinach 14:00 – 20:00)

### POMOC DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

- **116 111 - Całodobowy telefon zaufania dzieci i młodzieży**  
(7 dni w tygodniu, połączenie bezpłatne) dla zainteresowanych czat na: <https://116111.pl/czatuj/>
- **800 119 119 - Telefon i czat zaufania dla dzieci i młodzieży**  
(linia oraz czat czynne codziennie w godz. 14:00-22:00, połączenie bezpłatne i wejście bez logowania na <https://800119119.pl/czat-zaufania/>)

## POMOC DLA SENIORÓW

### ■ 22 635 09 54 - Telefon Zaufania dla osób starszych

(od poniedziałku do piątku w godzinach od 17:00 do 20:00, w każdą środę od 14:00 do 16:00 dyżur tematyczny poświęcony chorobie Alzheimera, koszt połączenia zgodny z taryfą operatora jak za standardowe połączenie stacjonarne)

## POMOC DLA OFIAR PRZEMOCY

### ■ 800 120 002 - Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”

(telefon czynny całą dobę, dyżur prawny – środy w godzinach 18:00-22:00)

### ■ 800 12 01 48 - Anonimowa Policyjna Linia Specjalna „Zatrzymaj przemoc”

(całodobowy i bezpłatny numer pomocowy)

### ■ 800 120 226 - Policyjny Telefon Zaufania ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie

(czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 9:30 do 15:30, połączenie bezpłatne)

## POMOC DLA OSÓB Z UZALEŻNIENIAMI

### ■ 800 199 990 - Ogólnopolski Telefon Zaufania „Uzależnienia”

(codziennie w godzinach 16:00-21:00, numer bezpłatny)

### ■ 801 889 880 - Telefon zaufania dla osób uzależnionych od czynności

telefon dla osób cierpiących z powodu uzależnień behawioralnych, tj. uzależnienia od hazardu, internetu, zakupów, pracy czy jedzenia (codziennie w godz. 17:00-22:00, także w weekendy) dla zainteresowanych także poradnia internetowa z dyżurami terapeutów (poniedziałek i wtorek w godzinach 18:00-20:00, piątek: 8:00-10:00 oraz sobotę: 9:30-11:30), szczegóły na <https://uzaleznieniabehawioralne.pl>

### ■ 574 734 814 - INFOLINIA Stowarzyszenia MONAR

wsparcie w zakresie informacji i porad, jakie muszą podjąć osoby uzależnione lub ich bliscy, aby otrzymać pomoc; informacje na temat placówek MONAR (czynny od poniedziałku do piątku w godz. 14:00-18:00, koszt połączenia zgodny z taryfą operatora jak za standardowe połączenie stacjonarne)

## POMOC ZWIĄZANA Z OBAWĄ ZAKAŻENIA HIV/AIDS

### ■ 801 888 448 - Telefon Zaufania HIV/AIDS

(linia czynna w godzinach 9:00-21:00 od poniedziałku do piątku z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy, połączenie płatne tylko za pierwszą minutę)

## ZAKOŃCZENIE

Działalność lokalnych form opieki zdrowotnej, pomocy społecznej i aktywizacji zawodowej dla osób z zaburzeniami psychicznymi przynosi szereg korzyści zarówno dla samych pacjentów, jak i dla całej społeczności lokalnej. Różnorodność oferowanych usług sprawia, iż są one precyzyjnie dostosowane do specyficznych potrzeb mieszkańców powiatu wejherowskiego, co pozwala na dostarczanie wsparcia tam, gdzie jest ono najbardziej potrzebne. Lokalny wymiar świadczonych form wsparcia umożliwia szybkie i adekwatne reagowanie na problemy zdrowotne i społeczne osób z zaburzeniami psychicznymi, eliminując bariery komunikacyjne związane z odległością czy brakiem zasobów finansowych.

Dzięki bliskości i dogłębnemu zrozumieniu lokalnych uwarunkowań, instytucje świadczące wsparcie są w stanie zaoferować indywidualne i spersonalizowane podejście do pacjentów. Regionalny zasięg pomocy sprzyja również integracji społecznej, gdyż wspólne uczestnictwo w inicjatywach, wydarzeniach i programach tworzy przestrzeń do budowania relacji i wzajemnej wymiany doświadczeń. W efekcie wzmacnia to więzi społeczne, przyczyniając się do redukcji anonimowości i izolacji, które są coraz większym problemem we współczesnym społeczeństwie.

Dodatkowo miejscowe formy aktywizacji zawodowej dają osobom z zaburzeniami psychicznymi realną szansę na reintegrację społeczną i zawodową. Programy te są lepiej dostosowane do lokalnego rynku pracy i możliwości uczestników, co zwiększa ich skuteczność oraz buduje poczucie sprawstwa i własnej wartości. Aktywny udział mieszkańców w tych inicjatywach wspiera rozwój lokalnych instytucji, co przekłada się na wzrost jakości życia w całej społeczności.

Podsumowując, należy stwierdzić, iż rozwój lokalnych form wsparcia i instytucji nie tylko pomaga jednostkom, ale również przyczynia się do budowy silniejszej, bardziej zintegrowanej i wspierającej się społeczności. Warto kontynuować i rozwijać te inicjatywy, by zapewnić wszystkim mieszkańcom możliwość pełnego uczestnictwa w życiu społecznym i zawodowym.





## **Starostwo Powiatowe w Wejherowie**

ul. 3 Maja 4

84-200 Wejherowo

tel.: (+48) 58 572 94 11

fax: (+48) 58 572 94 02

e-mail: [starostwo@powiat.wejherowo.pl](mailto:starostwo@powiat.wejherowo.pl)

[www.powiatwejherowski.pl](http://www.powiatwejherowski.pl)