

ALKOHOL PRZEMOC NARKOTYKI

GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

**Bezpłatne porady dla mieszkańców Płocka
z zakresu profilaktyki uzależnień, rozwiązywania problemów
alkoholowych, przeciwdziałania narkomanii oraz przemocy w rodzinie**

• MIEJSKIE CENTRUM ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW SPOŁECZNYCH

Płock, ul. Misjonarska 22

Punkt Konsultacyjny

prowadzony przez Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych
Urzędu Miasta Płocka

tel. informacyjny: 024 367 17 04, 024 367 17 20

Pokój nr 6, tel. 024 367 76 72
(czynny w godzinach pracy specjalistów)

- Psycholog
- Psycholog terapeuta
- Profilaktyk uzależnień

Pokój nr 7, tel. 024 367 76 71
(czynny w godzinach pracy specjalistów)

- Prawnik
- Pedagog
- Logopeda
- Specjalista ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie

Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych pok. nr 1

tel. 024 364 76 15

poniedziałek, wtorek, czwartek 15.30 - 18.30

Punkt Konsultacyjny

prowadzony przez Polskie Centrum Mediacji Oddział Płock,
pok. nr 8 i 9

- Mediator
- Prawnik
- Psycholog

Płockie Stowarzyszenie „Klub Abstynentów” pok. nr 4

tel. 024 364 90 91

poniedziałek - piątek 13.00 - 21.30
niedziela 16.00 - 20.00
w sobotę Klub nieczynny

Punkt konsultacyjny:
poniedziałek - piątek 15.00 - 19.00

Noclegownia dla Kobiet i Matek z Dziećmi – Ośrodek Interwencji Kryzysowej przy Polskim Komitecie Pomocy Społecznej

tel. 024 364 76 05

czynna codziennie, całą dobę

• PUNKT KONSULTACYJNY

prowadzony przez

Polski Czerwony Krzyż Zarząd Rejonowy

Płock, ul. Borowicka 3B

tel. 024 264 83 09, 024 364 76 11, -12, -13

- Psycholog
- Pedagog
- Logopeda

• STOWARZYSZENIE RODZIN ABSTYNNENCKICH „NADZIEJA W NAS”

Płock, ul. 3-go Maja 18 IV piętro

tel. 024 366 89 37

poniedziałek - piątek:
8.30 - 12.30 i 16.00 - 20.00

Grupa Wsparcia AA (mityng otwarty)
sobota: 11.15 - 13.15

- Terapeuta uzależnień
- Psycholog
- Psycholog dziecięcy
- Pedagog

• STOWARZYSZENIE „NASZ KRAJ”

Płock, ul. Rembielińskiego 8, pok. 229

tel. 024 367 29 07, 698 261 591, 602 381 972



* dyżury mogą ulec zmianie

• PUNKT KONSULTACYJNY MONAR

Płock, Al. Kilińskiego 6a

tel. 024 364 54 12

poniedziałek - piątek 9.00 - 17.00
sobota 9.00 - 12.00

- Pedagog
- Psycholog
- Profilaktyk uzależnień
- Pedagog resocjalizacji
- Instruktor terapii uzależnień
- Konsultant do spraw uzależnień

• OŚRODEK INTERWENCJI KRYZYSOWEJ PRZY MOPS W PŁOCKU

www.mopspl.pl/oik.php

- Płock, ul. Wolskiego 4
tel. 024 364 02 48, -49, -50
- Płock, ul. Kolegialna 47
tel. 024 364 02 88, - 89

HOSTEL – Dom dla osób doznających przemocy w rodzinie

tel. 024 366 83 00

czynny codziennie całą dobę

• OŚRODEK PROFILAKTYKI I TERAPII UZALEŻNIEŃ „JEST CZAS”

prowadzony przez Stowarzyszenie Pomocy
Dzieciom i Młodzieży KAI KAIROS,
Płock, ul. 3-go Maja 18 (IV piętro)

tel. 024 364 18 17

www.kaikairos.free.ngo.pl

poniedziałek, wtorek, czwartek, piątek: 15.30-19.30
środa: 15.00-20.00

ALKOHOL PRZEMOC NARKOTYKI

Gdzie szukać pomocy?

**Bezpłatne porady dla mieszkańców Płocka
z zakresu profilaktyki uzależnień, rozwiązywania
problemów alkoholowych, przeciwdziałania
narkomanii oraz przemocy w rodzinie**

MIEJSKIE CENTRUM ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW SPOŁECZNYCH

Płock, ul. Misjonarska 22

Punkt Konsultacyjny

prowadzony przez

Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Płocka

tel. informacyjny: 024 367 17 04, 024 367 17 20

Pokój nr 6
tel. 024 367 76 72

(czynny w godzinach pracy specjalistów)

- **PSYCHOLOG:**

poniedziałek 16.15 - 19.15

środa 14.00 - 17.00

czwartek 16.15 - 19.15

- **PSYCHOLOG TERAPEUTA:**

poniedziałek 10.00 - 13.00

środa 17.00 - 20.00

- **PROFILAKTYK UZALEŻNIEŃ:**

piątek 15.00 - 18.00

* dyżury mogą ulec zmianie

Pokój nr 7
tel. 024 367 76 71

(czynny w godzinach pracy specjalistów)

- **PRAWNIK:**

środa 18.00 - 21.00

piątek 17.00 - 20.00

- **Pedagog:**

poniedziałek 9.30 - 12.30

poniedziałek 15.00 - 18.00

środa 15.00 - 18.00

- **LOGOPEDA:**

wtorek 15.00 - 18.00

czwartek 15.00 - 18.00

- **SPECJALISTA**

DS. PRZECIWDZIAŁANIA

PRZEMOCY W RODZINIE:

wtorek 16.00 - 19.00



Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

**pok. nr 1, tel. 024 364 76 15
poniedziałek, wtorek, czwartek: 15.30 - 18.30**

Punkt Konsultacyjny

**prowadzony przez Polskie Centrum Mediacji Oddział Płock,
pokoje nr 8 i 9**

• Mediator

poniedziałek 16.00 - 18.00

wtorek 16.00 - 18.00

środa 14.00 - 16.00

czwartek 16.00 - 18.00

piątek 14.00 - 16.00

• Prawnik

co druga środa 18.00 - 20.00

• Psycholog

co drugi poniedziałek

14.00 - 16.00

Płockie Stowarzyszenie „Klub Abstynentów” pok. nr 4 tel. 024 364 90 91

poniedziałek - piątek 13.00 - 21.30

niedziela 16.00 - 20.00

w sobotę Klub nieczynny

Punkt konsultacyjny:

poniedziałek - piątek 15.00 - 19.00

Blok terapeutyczny na rzecz sprawców i ofiar przemocy

- terapia indywidualna
- terapia rodzinna i małżeńska
- psychoterapia dla grupy DDA
- spotkania grup AA, Al-anon, DDA

Blok edukacyjny – warsztaty i wykłady

- z zakresu rozwoju osobistego
- zapobieganie nawrotom choroby alkoholowej
- poszerzenie wiedzy o uzależnieniu

Noclegownia dla Kobiet i Matek z Dziećmi – Ośrodek Interwencji Kryzysowej przy Polskim Komitecie Pomocy Społecznej tel. 024 364 76 05

czynna codziennie, całą dobę

*** dyżury mogą ulec zmianie**

Urząd Miasta Płocka

Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych

tel. informacyjne: 024 367 17 04, 024 367 17 20



ALKOHOL
PRZEMOC
NARKOTYKI

GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

Bezpłatne porady dla mieszkańców Płocka z zakresu profilaktyki uzależnień, rozwiązywania problemów alkoholowych, przeciwdziałania narkomanii oraz przemocy w rodzinie

MIEJSKIE CENTRUM ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW SPOŁECZNYCH

Płock, ul. Misjonarska 22

Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych pok. nr 1

tel. 024 364 76 15

poniedziałek, wtorek, czwartek: 15.30 - 18.30



www.plock.eu/profilaktyka

kwiecień 2009 r.

Urząd Miasta Płocka

Punkt Konsultacyjny

prowadzony przez Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Płocka

tel. informacyjny: 024 367 17 04, 024 367 17 20

Pokój nr 6

tel. 024 367 76 72

(czynny w godzinach pracy specjalistów)

- **PSYCHOLOG:**

pon. 16.15 - 19.15

śr. 14.00 - 17.00

czw. 16.15 - 19.15

- **PSYCHOLOG TERAPEUTA:**

pon. 10.00 - 13.00

śr. 17.00 - 20.00

- **PROFILAKTYK UZALEŻNIEŃ:**

pt. 15.00 - 18.00

Pokój nr 7

tel. 024 367 76 71

(czynny w godzinach pracy specjalistów)

- **PRAWNIK:** śr. 18.00 - 21.00

pt. 17.00 - 20.00

- **PEDAGOG:** pon. 9.30 - 12.30

pon. 15.00 - 18.00

śr. 15.00 - 18.00

- **LOGOPEDA:** wt. 15.00 - 18.00

czw. 15.00 - 18.00

- **SPECJALISTA DS. PRZECIWDZIA-**

ŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE:

wt. 16.00 - 19.00



Urząd Miasta Płocka

* dyżury mogą ulec zmianie

OŚRODEK PROFILAKTYKI I TERAPII UZALEŻNIEŃ „JEST CZAS”

prowadzony przez Stowarzyszenie Pomocy
Dzieciom i Młodzieży KAI KAIROS,
Płock, ul. 3-go Maja 18 (IV piętro)
tel. 024 364-18-17
www.kaikairos.free.ngo.pl

pon., wt., czw., pt.: 15.30 - 19.30
środa 15.00 - 20.00

- Konsultacje, poradnictwo i terapia indywidualna dla osób eksperymentujących, nadużywających i uzależnionych od narkotyków oraz ich rodzin.
- Grupy profilaktyczne i terapeutyczne dla dzieci i młodzieży eksperymentującej, nadużywającej i uzależnionej od narkotyków.
- Pomoc terapeutyczna po leczeniu w ośrodkach stacjonarnych dla osób uzależnionych od narkotyków i ich rodzin.

OŚRODEK INTERWENCJI KRYZYSOWEJ PRZY MOPS W PŁOCKU

www.mopspl.pl/oik.php

- Płock, ul. Wolskiego 4
(budynek Przychodni Rejonowej)
pokoje 113-116, I piętro
tel. 024 364 02 48, -49, -50
- Płock, ul. Kolegialna 47
(budynek Przychodni Rejonowej)
pokoje 202-204, II piętro
tel. 024 364 02 88, - 89

**HOSTEL – Dom dla osób doznających
przemocy w rodzinie**
tel. 024 366 83 00

czynny codziennie całą dobę

PUNKT KONSULTACYJNY MONAR

Płock, Al. Kilińskiego 6a
tel. 024 364 54 12

poniedziałek - piątek 9.00 - 17.00
sobota 9.00 - 12.00

Pedagog: poniedziałek 14.00 - 17.00

Instruktor terapii uzależnień: wtorek 17.00 - 19.00
środa 14.00 - 17.00

Psycholog: czwartek 15.00 - 17.00

Profilaktyk uzależnień: piątek 14.00 - 17.00

Konsultant do spraw uzależnień:
poniedziałek - piątek - 9.00 - 14.00

Pedagog resocjalizacji: sobota 9.00 - 12.00

Grupy samopomocowe

- grupa AN (Anonimowych Narkomanów)
wtorek - 17.30 - 19.30
- grupa AA
środa - 17.30 - 19.30
- grupa „Młodzi AA”
piątek 17.30 - 19.30
- grupa „Nar-Anon” (dla rodziców dzieci uzależnionych)
poniedziałek 17.30 - 19.30
- grupa AH (Anonimowi Hazardziści)
czwartek 17.15 - 19.15
- grupa AD (Anonimowi Depresyjni)
sobota 16.15 - 18.15

Urząd Miasta Płocka
Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych
tel. informacyjne: 024 367 17 04, 024 367 17 20, 024 367 17 01
www.ump.eu

ALKOHOL PRZEMOC NARKOTYKI

Gdzie szukać pomocy?

Bezpłatne porady dla mieszkańców Płocka
z zakresu profilaktyki uzależnień, rozwiązywania
problemów alkoholowych, przeciwdziałania narkomanii
oraz przemocy w rodzinie



* dyżury mogą ulec zmianie



MIEJSKIE CENTRUM ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW SPOŁECZNYCH

Płock, ul. Misjonarska 22

Punkt Konsultacyjny

prowadzony przez Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych
Urzędu Miasta Płocka

tel. informacyjny: 024 367 17 04, 024 367 17 20

Pokój nr 6
tel. 024 367 76 72

(czynny w godz. pracy specjalistów)

• **PSYCHOLOG:**
poniedziałek 16.15 - 19.15
środa 14.00 - 17.00
czwartek 16.15 - 19.15

• **PSYCHOLOG TERAPEUTA:**
poniedziałek 10.00 - 13.00
środa 17.00 - 20.00

• **PROFILAKTYK UZALEŻNIEŃ:**
piątek 15.00 - 18.00

Pokój nr 7
tel. 024 367 76 71

(czynny w godz. pracy specjalistów)

• **PRAWNIK:**
środa 18.00 - 21.00
piątek 17.00 - 20.00

• **PEDAGOG:**
poniedziałek 9.30 - 12.30
poniedziałek 15.00 - 18.00
środa 15.00 - 18.00

• **LOGOPEDA:**
wtorek 15.00 - 18.00
czwartek 15.00 - 18.00
• **SPECJALISTA DS. PRZECIW-
DZIAŁANIA PRZEMOCY
W RODZINIE:**
wtorek 16.00 - 19.00

* dyżury mogą ulec zmianie

Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych pok. 1

tel. 024 364 76 15

poniedziałek, wtorek, czwartek: 15.30 - 18.30

Noclegownia dla Kobiet i Matek z Dziećmi – Ośrodek Interwencji Kryzysowej

przy Polskim Komitecie Pomocy Społecznej
tel. 024 364 76 05

czynna codziennie, całą dobę

Płockie Stowarzyszenie „Klub Abstynentów” pok. nr 4

tel. 024 364 90 91

poniedziałek - piątek 13.00 - 21.30
niedziela 16.00 - 20.00

w sobotę Klub nieczynny

Punkt konsultacyjny:
poniedziałek - piątek 15.00 - 19.00

Blok terapeutyczny na rzecz sprawców i ofiar przemocy

- terapia indywidualna
- terapia rodzinna i małżeńska
- psychoterapia dla grupy DDA
- spotkania grup AA, Al-anon, DDA

Blok edukacyjny – warsztaty i wykłady

- z zakresu rozwoju osobistego
- zapobieganie nawrotom choroby alkoholowej
- poszerzenie wiedzy o uzależnieniu

Punkt Konsultacyjny

prowadzony przez Polskie Centrum Mediacji Oddział Płock,
pok. nr 8 i 9

• **Mediator**
poniedziałek 16.00 - 18.00
wtorek 16.00 - 18.00
środa 14.00 - 16.00
czwartek 16.00 - 18.00
piątek 14.00 - 16.00

• **Prawnik**
co druga środa 18.00 - 20.00

• **Psycholog**
co drugi poniedziałek 14.00 - 16.00



Urząd Miasta Płocka

PUNKT KONSULTACYJNY

prowadzony przez
Polski Czerwony Krzyż Zarząd Rejonowy
Płock, ul. Borowicka 3B
tel. 024 264 83 09, 024 364 76 11, -12, -13

Psycholog: wtorek – 16.00 - 18.00
Pedagog: piątek – 14.00 - 16.00
Logopeda: środa – 14.30 - 18.30

STOWARZYSZENIE RODZIN ABSTYNNENCKICH „NADZIEJA W NAS”

Płock, ul. 3-go Maja 18 IV piętro
tel. 024 366 89 37

poniedziałek - piątek:
8.30 - 12.30 i 16.00 - 20.00

Grupa Wsparcia AA (mityng otwarty)
sobota: 11.15 - 13.15

- Terapeuta uzależnień
- Psycholog dziecięcy
- Psycholog
- Pedagog

STOWARZYSZENIE „NASZ KRAJ”

Płock, ul. Rembielińskiego 8, pok. nr 229
tel. 024 367 29 07, 698 261 591
602 381 972

- warsztaty terapeutyczne dla osób uzależnionych lub zagrożonych uzależnieniem
- spotkania abstynenckie z realizacją programów profilaktycznych
- spotkania dla osób uzależnionych i ich rodzin oraz ofiar przemocy w rodzinie

* dyżury mogą ulec zmianie