



Punkt Konsultacyjny

2019-09-16

Zapraszamy do skorzystania z oferty Miejskiego Centrum Profilaktyki Uzależnień w Krakowie

Zapraszamy do [Punktu Konsultacyjnego](#)

Jeśli picie alkoholu jest problemem dla Ciebie lub kogoś z twoich bliskich, podejrzewasz uzależnienie u bliskiej Ci osoby, jesteś uwikłany w przemoc domową, jesteś dorosłym dzieckiem alkoholika, potrzebujesz porady w trudnej sytuacji życiowej udzielamy porad i konsultacji w zakresie szeroko rozumianej problematyki uzależnień. Zapraszamy osoby uzależnione i używające szkodliwie (alkoholu, alkoholu i narkotyków, leków, dopalaczy, nikotyny), współuzależnione (partnerzy osób uzależnionych), członków rodzin oraz osoby bliskie, jak również pracowników instytucji pomocowych.

Świadczymy pomoc w zakresie poradnictwa poprzez: anonimowe i nieodpłatne spotkania o charakterze konsultacyjnym i motywacyjnym dla osób zgłaszającymi się z własnej inicjatywy, a także z osobami opuszczających Dział Opieki Nad Osobami Nietrzeźwymi oraz cykliczne spotkania motywujące do podjęcia terapii z osobami uzależnionymi.

Punkt Konsultacyjny

tel. 12/ 411 41 21

ul. Rozrywka 1

DYŻURY PSYCHOLOGA		DYŻURY PRAWNIKA	
poniedziałki	7:30 - 15:30		
wtorki	7:30 - 18:00	wtorki	15:00 - 17:00
środy	7:30 - 15:30	środy	14:00 - 18:00
czwartki	7:30 - 18:00	czwartki	16:00 - 18:00
piątki	7:30 - 15:30		



**Magiczny
Kraków**

**Filia Punktu Konsultacyjnego
tel. 12/ 656 27 34
Rynek Podgórski 4/2a**

DYŻURY PSYCHOLOGA		DYŻURY PRAWNIKA	
poniedziałki	14.00 - 16:00	poniedziałki	17:00 - 19:00
czwartki	16.00 - 18:00	czwartki	16:00 - 18:00

CAŁODOBOWY TELEFON ZAUFANIA ALCO TEL

12/ 411 60 44

dla osób z problemem alkoholowym i ich rodzin



Jeśli szukasz informacji, porady, wsparcia w sytuacji kryzysowej związanej z piciem alkoholu prze Ciebie lub bliską Ci osobę - zadzwoń.

Nasz Telefon dedykowany jest szczególnie osobom dotkniętym problemem alkoholowym (osoby uzależnione, rodziny lub bliscy osób uzależnianych, osoby pijące ryzykownie). Telefoniczne poradnictwo jest również świadczone osobom nadużywającym innych substancji psychoaktywnych, doświadczonym przemocą, problemami zdrowotnymi i innymi problemami egzystencjalnymi. Jest jedną z nielicznych tego typu działalności pomocowych w Polsce, działających całą dobę.

Świadczymy doraźną pomoc, gwarantując możliwość anonimowej rozmowy i wsparcia osobom, które przeżywają trudności. Kontakt z naszym Telefonem Zaufania może nawiązać każda potrzebująca osoba, zwłaszcza w momencie kryzysu lub sytuacji suicydalnej. Specjaliści dyżurujący w telefonie zaufania działają poprzez uważne wysłuchanie, rozmowę, udzielenie informacji. Na prośbę telefonującego, dyżurni Telefonu Zaufania kierują go do odpowiednich służb i instytucji pomocowych oraz informują o istniejących możliwościach wyjścia z kryzysu. Szczególnie w sytuacjach zagrożenia samobójstwem stosowana jest przez dyżurujących procedura mająca na celu jak najdokładniejsze zebranie informacji oraz przekazanie informacji o zagrożeniu do służb ratunkowych.

Szkolenia

Na szkolenia profilaktyczne realizowane w ramach działalności MCPU zapraszamy uczniów, nauczycieli i rodziców uczniów szkół z terenu Gminy Miejskiej Kraków

Celem głównym programu szkoleń jest ograniczenie używania substancji psychoaktywnych przez dzieci i młodzież, uczniów krakowskich szkół poprzez naukę i utrwalenie kompetencji społecznych, jako czynników chroniących w przeciwdziałaniu uzależnieniom u dzieci i młodzieży, uczniów krakowskich szkół, także nauczycieli, pedagogów i psychologów szkolnych oraz rodziców i opiekunów.

Szkolenia realizowane są nieodpłatnie, aktywnymi metodami. Warunkiem zamówienia szkolenia jest wypełnienie i przesłanie do MCPU wypełnionego formularza, dostępnego pod opisem każdego z programów na stronie <https://www.mcpcu.krakow.pl/content/szkolenia>.