

## Udzielanie schronienia

### Stowarzyszenie Twoja Rodzina

#### - dawniej Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka

65-762 Zielona Góra, ul. Aleja Wojska Polskiego 116G  
www.stowarzyszenietwojarodzina.pl

- Ośrodek Interwencji Kryzysowej  
tel. 68 324 49 00; 503 190 032  
e-mail: oik@stowarzyszenietwojarodzina.pl

- Dom Samotnej Matki

tel. 68 324 49 08  
e-mail: dsm@stowarzyszenietwojarodzina.pl

- Mieszkania chronione

### Noclegownia dla Bezdomnych Osób im. Ojca Stefana Modesta Glorieux

65-170 Zielona Góra, ul. Bema 38  
tel. 789 294 797

e-mail: noclegownia.zielonagora@gmail.com  
www.noclegowania.zgora.pl

- 100 miejsc noclegowych dla kobiet i mężczyzn.

### Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza nr 4

65-762 Zielona Góra, al. Wojska Polskiego 116 B  
tel. 68 326 05 91,

e-mail: placowki-opiekuncze@wp.pl

- noclegi dla dzieci w sytuacjach kryzysowych.

### Chrześcijańska Fundacja Rozwoju Osobistego RONDO

65-140 Zielona Góra, ul. Malczewskiego 27  
tel. 502 450 083

e-mail: schronisko.zielonagora@gmail.com  
www.fundacjarondo.pl

- 20 miejsc noclegowych dla kobiet i mężczyzn.
- pomoc osobom bezdomnym, uzależnionym, które straciły mieszkanie, przebywały na dworcach, ogródkach działkowych lub w innych pomieszczeniach niemieszkalnych.

### Schronisko aktywizujące dla Bezdomnych Mężczyzn Caritas

65-014 Zielona Góra, Ul. Jana z Kolna 10

tel. 533 329 677

e-mail: schronisko.zg@caritas.pl

www.caritas.pl

- całodobowe schronienie oraz usługi ukierunkowane na wzmacnianie aktywności społeczno-zawodowej dla osób bezdomnych.

## Dyżury specjalistów MOPS Zielona Góra

- **Dział Przeciwdziałania Przemocy**

tel. 68 411 50 00

od poniedziałku do piątku, godz. 7.30-15.30

- **Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej**

tel. 68 411 51 34; 607 039 390

od poniedziałku do piątku, godz. 7.30-14.30

- **Psycholog (pokój 106)**

tel. 68 411 51 62

od poniedziałku do piątku, godz. 8.00-16.00

- **Terapeuta (pokój 107)**

tel. 68 411 50 62

od poniedziałku do piątku, godz. 7.30-15.30

- **Radca Prawny (pokój 307)**

tel. 68 411 50 00

piątek, godz. 8.00-12.00

- **Dział Pomocy Środowiskowej Pracownicy Socjalni**

tel. 68 411 50 00

od poniedziałku do piątku, godz. 7.30-15.30

- **Osoba prowadząca program psychologiczno-terapeutyczny dla osób stosujących przemoc**

Marlena Narewska, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Zielonej Górze ul. Długa 13,

tel. 068 411 50 45; tel. 668 180 233

od poniedziałku do piątku, godz. 16.00-18.00

- **Specjalista Pracy z Rodziną (pokój 103)**

tel. 68 411 51 56

od poniedziałku do środy, godz. 7.30-15.30

czwartek, godz. 7.30 -13.30

- **Dział Opiekuńczo-Wychowawczy**

tel. 68 411 50 00

pomoc w zabezpieczeniu dziecka na czas nieobecności opiekuna prawnego (zdarzenia losowe np.: choroba, pobyt w szpitalu)  
poniedziałek-piątek, godz. 7.30-15.30

## Biuro Profilaktyki i Przeciwdziałania Uzależnieniom

65-001 Zielona Góra, ul. Dworcowa 31/6

tel. 68 411 51 70

e-mail: profilaktyka@mops.zgora.pl

www.probal.zielonagora.pl

Biuro oferuje bezpłatną i anonimową pomoc:

- Psychologów
- Specjalistów terapii uzależnień
- Prawników
- Streetworkerów

Ww. pomoc adresowana jest do mieszkańców Zielonej Góry a zwłaszcza do:

- Osób uzależnionych
- Członków rodzin osób uzależnionych
- Dorosłych Dzieci Alkoholików
- Rodziców dzieci i młodzieży, która sięga po środki psychoaktywne
- Ofiar przemocy
- Sprawców przemocy

W ofercie Biura znajdziecie Państwo możliwość indywidualnych i grupowych spotkań.

Aktualne informacje o dyżurach specjalistów są dostępne na stronie internetowej Biura.

Indywidualne spotkanie z wybranym specjalistą nie wymaga wcześniejszej rejestracji.

Udział w zajęciach grupowych jest poprzedzony rozmową z prowadzącym specjalistą.

Biuro oferuje również zielonogórskim placówkom oświatowym możliwość skorzystania z bezpłatnych zajęć profilaktycznych skierowanych do dzieci, młodzieży oraz kadry pedagogicznej.

## Telefony zaufania dla ofiar przemocy w rodzinie

### Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”

tel. 68 328 08 63 (całodobowo) TKOPD Zielona Góra

tel. 801 120 002 (całodobowo)

e-mail: niebieskalinia@niebieskalinia.info

### Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie Niebieskie Linie Instytutu Psychologii Zdrowia IPZ

Całodobowa Poradnia Telefoniczna tel. 116 123

e-mail: poradnia@niebieskalinia.pl

### Telefon dla Rodziców i Nauczycieli

- pomoc dzieciom

tel. 800 100 100 ; e-mail: pomoc@800100100.pl

(od poniedziałku do piątku 12.00-15.00)

### Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

tel. 116 111 całodobowy

### Całodobowa Linia Wsparcia dla Dorosłych w Kryzysie Psychicznym

email: porady@liniawsparcia.pl

tel. 800 70 2222 (całodobowo)

## Prokuratura, Policja

### Komenda Miejska Policji

65-332 Zielona Góra, ul. Partyzantów 40

tel. 47 795 24 11

### Komisariat I Policji

65-458 Zielona Góra, os. Pomorskie 8 A

tel. 47 795 13 11

### Komisariat II Policji

65-817 Zielona Góra, ul. Szarych Szeregów 8

tel. 47 795 12 11

### Prokuratura Rejonowa

65-332 Zielona Góra, ul. Partyzantów 42

tel. 68 328 63 00 - telefon alarmowy

dla ofiar przemocy domowej.

# INFORMATOR na rok 2024

## BEZPŁATNA POMOC

DLA OSÓB W KRYZYSIE ŻYCIOWYM

w mieście Zielona Góra



przemoc domowa  
uzależnienia substancjalne  
uzależnienia behawioralne



ZIELONA GÓRA

## Pomoc dzieciom

### Punkt Interwencji Kryzysowej i Terapii Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna

65-060 Zielona Góra, ul. Drzewna 13  
tel. 68 506 51 51

e-mail: sekretariat@ppp.zgora.pl

- pomoc psychologiczna dzieciom, ofiarom lub świadkom wydarzeń traumatycznych,
- terapia dzieci i młodzieży z zaburzeniami emocjonalnymi,
- doradztwo i wsparcie dla rodziców dzieci w kryzysie emocjonalnym.

### Poradnia Młodzieżowa i Rodzinna, Towarzystwo Rozwoju Rodziny

65-021 Zielona Góra, ul. Dąbrowskiego 35  
tel. 601 994 924 (psycholog-psychoterapeuta)

tel. 608 482 889 (pedagog-terapia rodziny, kierownik poradni);

tel. 605 035 652 (pedagog-terapeuta)

e-mail: trr.zgora@gmail.com

www.trr.zgora.pl

- psycholog,
- pedagog,
- terapeuta rodzin.

### Poradnia Zdrowia Psychicznego Centrum Leczenia Dzieci i Młodzieży

66-003 Zabór, ul. Zamkowa 1

tel. 68 327 40 87 (Izba Przyjść)

e-mail: izba@cldim.zgora.pl

- psychiatra,
- psycholog,
- psychoterapeuta.

Do poradni można zgłaszać się bez skierowania lekarskiego, po wcześniejszej rejestracji telefonicznej w Izbie Przyjść.

### Ośrodek Profilaktyki i Pomocy Psychiatrycznej RELACJA

65-470 Zielona Góra, ul. Jasna 12/1u  
tel. 782 614 637

e-mail: biuro@relacja.zgora.pl

www.relacja.zgora.pl

- Poradnia Zdrowia Psychicznego dla dzieci i młodzieży,
  - Poradnia Psychologiczna. Oddział dzienny dla dzieci
- Do psychologa lub psychoterapeuty wymagane jest skierowanie od lekarza, który ma podpisany kontrakt z NFZ.

### Poradnia POZYTYWKA

#### Środowiskowe Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży w Zielone Górze

65-561 Zielona Góra, ul. Monte Cassino 21B

tel. 459 588 995; infolinia 459 588 988

rejestracja: kontakt@pozytywka.cldim.zgora.pl

### Centrum Porad Dziecka i Rodziny Towarzystwo Przyjaciół Dzieci

65-076 Zielona Góra, ul. Reja 3/1

tel. 68 324 14 74; 68 320 27 26

e-mail: tpd.zgora@op.pl

- logopeda,
  - psycholog,
  - pedagog,
  - prawnik.
- organizacja wypoczynku i dożywiania dla dzieci,
  - organizacja imprez integracyjnych dla dzieci z różnych środowisk.

### Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza nr 4

65-762 Zielona Góra, al. Wojska Polskiego 116 B  
tel. 68 326 05 91

e-mail: placowki-opiekuncze@wp.pl

interwencyjnie przyjmuje dzieci, które wymagają ochrony przed przemocą lub zaniedbaniem, zapewnia dziecku schronienie i wyżywienie.

## Pomoc dorosłym

### Lubuskie Stowarzyszenie na Rzecz Kobiet BABA

65-067 Zielona Góra, ul. Stary Rynek 17

Tel/fax. 68 454 92 32; 692 064 061

e-mail: baba@baba.org.pl; www.baba.org.pl

- psycholog, prawnik, psychoterapeuta,

- doradztwo zawodowe,
- mediacje.

Rejestracja telefoniczna od poniedziałku do piątku od godz. 9.00-18.00 w soboty od godz. 9.00-15.00

### Okręgowy Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Prześpięstwem

65-067 Zielona Góra, ul. Jedności 33/1

Tel. 695 522 000

e-mail: lubuskiruch@wp.pl www.lubuskiruch.pl

- psycholog, psychiatra, prawnik,
- korepetycje dla dzieci,
- czasowe schronienie,
- wsparcie finansowe.

### Stowarzyszenie Twoja Rodzina

65-762 Zielona Góra,

Aleja Wojska Polskiego 116G

tel. 68 324 49 00; 503 190 032

tel. zaufania 68 328 08 63

e-mail: oik@stowarzyszenietwojarodzina.pl

www.stowarzyszenietwojarodzina.pl

- mediacje rodzinne
- warsztaty umiejętności rodzicielskich
- psycholog, prawnik,
- pochówek dzieci nienarodzonych
- program korekcyjno edukacyjny dla osób stosujących przemoc

### Poliklinika MSWiA

Poradnia Zdrowia Psychicznego

65-044 Zielona Góra, ul. Wazów 42

tel. 68 452 77 64

www.poliklinika.zgora.pl

- psychiatra, psycholog.

### Dzienny Oddział Leczenia Nerwic.

Leczenie:

- depresji, zaburzeń lękowych, psychozy, zaburzeń snu, uzależnienia od alkoholu, zaburzeń stresowych.

### Stowarzyszenie KONKRET

65-001 Zielona Góra, ul. Stary Rynek 13

e-mail: konkret.zielonagora@gmail.com

Kontakt przez Messenger na Funpage „Konkret”

- prawnik, psycholog.

## Pomoc osobom z problemem uzależnienia i ich rodzinom

### Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnienia

65-186 Zielona Góra, ul. Zamenhofska 27

tel. 68 324 33 78; 68 325 79 17 (rejestracja)

e-mail: wotuw@ciborz.eu

www.wotuw.zgora.pl

- psycholog, psychiatra, terapia rodzinna,
- terapia dla osób współuzależnionych, uzależnionych, DDA, pijących szkodliwie,
- trening dla rodziców nastawionych na motywowanie do terapii uzależnionych dzieci.

### Lubuski Ośrodek Profilaktyki i Terapii LOPiT

65-090 Zielona Góra, ul. Jelenia 1A

tel. 68 453 20 00; 515 675 046

e-mail: lopit@interia.pl; lopit@lopit.pl; www.lopit.pl

- psycholog, psychiatra, terapeuta uzależnień,
- uzależnienia behawioralne i substancjalne,
- hostel dla osób uzależnionych.

### Zielonogórskie Centrum Zdrowia Psychicznego

Poradnia Terapii Uzależnień od Środków Psychoaktywnych i Alkoholu

65-204 Zielona Góra, ul. Chopina 9

tel. 68 322 18 68; 514 366 390

- psycholog, psychiatra, psychoterapeuta, terapeuta uzależnień,
- oddział dzienny.

### Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

65-019 Zielona Góra, ul. Długa 13

tel. 68 327 05 18

e-mail: mkrap@probal.zielonagora.pl

www.mops.zgora.pl

### Biuro Porad Obywatelskich

Urząd Miasta Zielona Góra

65-021 Zielona Góra, ul. Dąbrowskiego 41

tel. 68 456 48 34

- prawnik (radca prawny, adwokat).

Obowiązują telefoniczne zapisy na poradę w godzinach pracy Urzędu Miasta.



ZESPÓŁ INTERDYSCYPLINARNY  
DS. PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY  
DOMOWEJ W ZIELONEJ GÓRZE



Miejski Ośrodek  
Pomocy Społecznej

w Zielonej Górze



Zielona Góra, ul. Długa 13

68 411 50 00

biuro@mops.zgora.pl

www.mops.zgora.pl

Zrealizowano w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii w Mieście Zielona Góra