

**WYKAZ INSTYTUCJI OFERUJĄCYCH POMOC PSYCHOLOGICZNĄ  
UCZNIOM, RODZICOM I NAUCZYCIEŁOM  
W CZASIE PANDEMII KORONAWIRUSA**

TELEFON/MAIL	INSTYTUCJA	DLA KOGO?	KIEDY?	FORMA WSPARCI A	UWAGI
22 825 18 15, 22 825 74 52  <a href="mailto:sekretariat@poradnia11.waw.pl">sekretariat@poradnia11.waw.pl</a> , <a href="mailto:pomoc@poradnia11.waw.pl">pomoc@poradnia11.waw.pl</a>	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 11	dla uczniów, rodziców, nauczycieli	od poniedziałku do piątku, w godz. 9:00-19:00	telefonicznie, mailowo	naszą szkołą opiekuje się psycholog p. Katarzyna Mazur
116 111	Telefon Zaufania Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę	dla dzieci i młodzieży	całodobowo	telefonicznie	
725 400 309	Młodzieżowe Pogotowie Emocjonalne	dla dzieci i młodzieży między 8-18 r.ż.	od środy do niedzieli w godz. 17:00-1:00	telefonicznie	
22 484 88 01	Antydepresyjny telefon zaufania	dla chorych, podejrzewających chorobę oraz ich rodzin	poniedziałki i czwartki w godz. 17:00-20:00	telefonicznie	
800 080 222	Fundacja ITAKA	dla dzieci, młodzieży, nauczycieli, rodziców	całodobowo	telefonicznie	
22 594 91 00	Antydepresyjny telefon Forum Przeciw Depresji	dla osób dotkniętych depresją oraz ich bliskich	środy i czwartki 17.00-19.00	telefonicznie	
22 569 07 50	Środowiskowe Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dorosłych Warszawa Bielany	dla osób dorosłych w kryzysie psychicznym	całodobowo		
536 777 251, 530 777 875	Środowiskowe Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży Warszawa Bielany	dla dzieci i młodzieży w kryzysie psychicznym	od poniedziałku do piątku w godz. 8:00-20:00, z wyjątkiem środy 8:00-17:00		
800 70 2222  <a href="mailto:porady@liniawsparcia.pl">porady@liniawsparcia.pl</a>  <a href="http://www.liniawsparcia.pl">www.liniawsparcia.pl</a>	Centrum Wsparcia dla Osób w stanie kryzysu psychicznego	dla dorosłych	całodobowo	telefonicznie, mail, czat	dyżury psychiatry, prawnika i pracownika socjalnego

**WYKAZ INSTYTUCJI OFERUJĄCYCH POMOC PSYCHOLOGICZNĄ  
UCZNIOM, RODZICOM I NAUCZYCIEŁOM  
W CZASIE PANDEMII KORONAWIRUSA**

510 205 050 (godz. 9.00-18.00),  519 047 372 (godz. 9.00-14.00),  500 717 258 (godz. 14.00-18.00)	Psychologiczne Centrum Wsparcia	dla rodziców	od poniedziałku do piątku	telefonicznie	
519 047 370 (godz. 10.00–16.00)			w sobotę i niedzielę		
534 860 320	Telefon „wsparciowy” Edukatorów Fundacji eKropka	dla osób z doświadczeniem kryzysów psychicznych oraz ich bliskich	poniedziałek, wtorek oraz czwartek w godzinach 14.00- 16.00	telefonicznie	
800 12 00 02	Całodobowy telefon zaufania	dla osób doświadczających przemocy	całodobowo	telefonicznie	
22 621 35 37	Telefon zaufania Centrum Praw Kobiet	dla kobiet	poniedziałek, wtorek, środa, piątek w godz. 10.00-16.00	telefonicznie	
22 635 09 54	Telefon zaufania dla osób starszych	dla osób starszych	poniedziałek, środa, czwartek w godz. 17.00-20.00	telefonicznie	
800 100 102	Infolinia ze wsparciem psychologicznym	dla osób znajdujących się w kryzysie związanym z kwarantanną lub leczeniem SARS-CoV-2	całodobowo	telefonicznie	
222 90 04 31	Linia Wsparcia – Mokotowskie Centrum Zdrowia Psychicznego Instytut Psychiatrii i Neurologii	dla osób zmagających się z problemami natury psychicznej i trudnościami psychologicznymi związanymi z aktualną sytuacją epidemiologiczną i jej następstwami	od poniedziałku do piątku w godz. 8:00- 20:00	telefonicznie	Można uzyskać informacje odnośnie różnych aspektów formalnych związanych ze stanem epidemii w zakresie wsparcia socjalnego, zmieniających się przepisów prawa.
533 325 044, 537 975 037	Stowarzyszenie Nadzieja Rodzinie	dla medyków, służb pomocowych, osób w kwarantannie, osób w kryzysie psychicznym	różne godziny	telefonicznie	

**WYKAZ INSTYTUCJI OFERUJĄCYCH POMOC PSYCHOLOGICZNĄ  
UCZNIOM, RODZICOM I NAUCZYCIEŁOM  
W CZASIE PANDEMII KORONAWIRUSA**

TELEFON/MAIL	INSTYTUCJA	DLA KOGO?	KIEDY?	FORMA WSPARCIA	UWAGI
888 960 980, 888 900 980  <a href="https://vissalutis.pl/poradnia-psychologiczna/">https://vissalutis.pl/poradnia-psychologiczna/</a>	Fundacja Vis Salutis	dla osób w kryzysie emocjonalnym, w tym także dla osób zarażonych, objętych kwarantanną w związku COVID-19.	codziennie 10:00-18:00	telefoniczne	dyżurują psycholodzy i psychoterapeuci
800 12 12 12  <a href="http://www.brpd.gov.pl">www.brpd.gov.pl</a>	Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka	dla dzieci	od poniedziałku do piątku w godz.: 8:15-16:00	telefonicznie	
Baza kontaktów do specjalistów udzielających wsparcia <a href="https://www.psychologowie-dla-spoleczenstwa.pl/kontakt">https://www.psychologowie-dla-spoleczenstwa.pl/kontakt</a>	Psychologowie dla społeczeństwa	dla osób w kryzysie psychicznym w związku z koronawirusem, dla personelu medycznego, dla osób objętych kwarantanną, dla osób, które straciły źródło dochodu	w zależności od ustalonego terminu	telefoniczne, on-line (m.in. skype, zoom, whats app) w zależności od ustaleń	wsparcie oferują psycholodzy, psychoterapeuci, interwencji kryzysowi i psychotraumatolodzy.
797 319 644, 723 245 001 723 244 998	Ośrodek Pomocy Społecznej Warszawa Ochota		od poniedziałku do piątku w godz.: 8:00-16:00	telefonicznie	dyżurują psycholodzy
22 571 50 00 (w sekretariacie należy prosić o przekierowanie do psychologa)	Ośrodek Pomocy Społecznej Warszawa Wola		od poniedziałku do piątku w godz.: 8:00-16:00	telefonicznie	dyżurują psycholodzy
116123  <a href="http://www.psychologia.edu.pl">http://www.psychologia.edu.pl</a>	Kryzysowy Telefon Zaufania	dla dorosłych	Codziennie 14:00-22:00	telefoniczne	
Baza kontaktów do specjalistów udzielających wsparcia  <a href="http://ptpp.pl/terapeuci-oferujacy-wsparcie/">http://ptpp.pl/terapeuci-oferujacy-wsparcie/</a>	Polskie Towarzystwo Psychoterapii Psychoanalitycznej	dla osób w kryzysie psychicznym w związku z koronawirusem	w zależności od ustalonego terminu	telefoniczne	dyżurują psychoterapeuci

**WYKAZ INSTYTUCJI OFERUJĄCYCH POMOC PSYCHOLOGICZNĄ  
UCZNIOM, RODZICOM I NAUCZYCIEŁOM  
W CZASIE PANDEMII KORONAWIRUSA**

kontakt@fp-e.pl	Fundacja Psycho-Edukacja	dla pracowników oświaty	po indywidualnym ustaleniu	skype	<a href="http://fp-e.pl/index.php/2020/03/25/bezplatne-konsultacje-psychologiczne/">http://fp-e.pl/index.php/2020/03/25/bezplatne-konsultacje-psychologiczne/</a>
<a href="mailto:jolanta.szyczyk@mscdn.edu.pl">jolanta.szyczyk@mscdn.edu.pl</a>  www.mscdn.edu.pl	MSCDN w Warszawie	dla nauczycieli	Konsultacje odbywają się w środy (dokładna data ustalana jest indywidualnie po kontakcie e-mail)	skype	