

# PUNKT INFORMACYJNO-KONSULTACYJNY DO SPRAW UZALEŻNIEŃ I PRZEMOCY DOMOWEJ

*Jeśli Ty lub ktoś z Twoich bliskich ma problem z alkoholem, narkotykami, przemocą domową i nie wiesz co zrobić?  
Jak pomóc sobie, komuś bliskiemu?*

Zgłoś się do bezpłatnego punktu informacyjno-konsultacyjnego działającego w siedzibie  
**Klubu Abstynenta „Stara Plebania”, ul. Kościuszki 20 w Grybowie**

*Działalność Punktu Informacyjno-Konsultacyjnego do spraw Uzależnień i Przemocy Domowej nakierowana jest na zmniejszenie rozmiaru problemu uzależnień oraz przemocy domowej. W punkcie konsultacyjnym realizowane jest wsparcie specjalistów dla osób/rodzin będących w kryzysie oraz innych trudnych sytuacjach życiowych dotyczących między innymi: przemocy, uzależnień, konfliktów, trudności w codziennym funkcjonowaniu społecznym.*

**Terapeuta uzależnień – Gabriela Padoł-Uzar**

– każdy drugi i czwarty piątek miesiąca, w godz. 16:30-18:30

**Radca prawny – Izabella Piotrowska-Mruk**

– każdy pierwszy i trzeci piątek miesiąca (w miesiącu maj 2025 r. – drugi i czwarty piątek miesiąca, w miesiącu sierpień 2025 r. – czwarty i piąty piątek miesiąca), w godz. 16:00-19:00

Informacje i zapisy pod nr tel.: **18 448 42 46, 18 448 42 18**

oraz w siedzibie **Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Grybowie, ul. Jakubowskiego 33**

**Do zadań punktu należy w szczególności:**

- Prowadzenie działalności informacyjnej i edukacyjnej w zakresie rozwiązywania problemów uzależnień i przeciwdziałania przemocy domowej,
- Udzielanie osobom i rodzinom porad w sprawach uzależnień i przemocy domowej,
- Motywowanie osób współuzależnionych do ewentualnego podjęcia psychoterapii w zakładach leczenia odwykowego,
- Wspomaganie osób pijących ryzykownie i szkodliwie w podjęciu decyzji w sprawie zmiany szkodliwego wzoru picia,
- Motywowanie osób uzależnionych od alkoholu do podjęcia leczenia odwykowego oraz psychoterapii w zakładach leczenia odwykowego,
- Udzielanie wsparcia osobom po zakończonej psychoterapii poprzez rozmowy podtrzymujące,
- Inicjowanie interwencji w przypadku rozpoznania zjawiska przemocy domowej poprzez udzielenie stosownego wsparcia i informacji o możliwościach uzyskania pomocy i powstrzymania przemocy,
- Gromadzenie aktualnych informacji o miejscach pomocy oraz kompetencjach służb i instytucji z terenu gminy, zajmujących się systemową pomocą dla rodziny,
- Współdziałanie z innymi podmiotami zajmującymi się rozwiązywaniem problemów uzależnień oraz przeciwdziałaniem przemocy domowej,
- Udzielanie bezpłatnych porad prawnych dla osób i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji materialno-bytowej, rodzin dotkniętych problemem alkoholowym czy zagrożonych przemocą domową.

## **PAMIĘTAJ!**

- Nie musisz posiadać żadnego skierowania aby skorzystać z pomocy punktu konsultacyjnego.
- Pomoc w naszym punkcie jest bezpłatna.