

POMOC SPECJALISTYCZNA

Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach oferuje bezpłatną pomoc specjalistyczną osobom przeżywającym trudne sytuacje powstałe w wyniku zdarzeń i doświadczeń życiowych.

Pomoc adresowana do osób przeżywających różne kryzysy zwłaszcza z powodu:

- przemocy w rodzinie
- konfliktów małżeńskich
- tragicznych wydarzeń życiowych
- trudności wychowawczych
- utraty, osierocenia, żałoby
- problemów samobójczych
- ubóstwa, utraty pracy, bezradności
- długotrwałej choroby i innych przyczyn

INDYWIDUALNE PORADNICTWO SPECJALISTYCZNE I KONSULTACJE

- ✓ *psychologiczne:* poniedziałek 14.00- 18.00
 wtorek 08.00-17.00; 19.00-20.00
 środa 10.30 – 19.30
 piątek 08.00-13.00 lub 12.00-18.00
 sobota 08.00 -14.00
- ✓ *psychologiczne w języku ukraińskim* wtorek, czwartek 16.00-20.00
- ✓ *prawne:* wtorek, czwartek 15³⁰ – 17³⁰
- ✓ *socjalne:* poniedziałek – piątek 7³⁰ - 15³⁰

POMOC TERAPEUTYCZNO - WSPIERAJĄCA:

- ✓ *terapia krótkoterminowa* – sesje ustalane indywidualnie przez psychologa
- ✓ *grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy* – wtorek 17⁰⁰ - 19⁰⁰

OSOBY ZAINTERESOWANE ZAPRASZAMY DO KONTAKTU I KORZYSTANIA Z POMOCY

Szczegółowe informacje oraz ustalenie termin spotkania ze specjalistą w dni robocze w godz. 7³⁰–15³⁰:

- w siedzibie DPK osobiście lub telefonicznie pod numerem **87/565 28 91**
- drogą elektroniczną e-mail: dpk@mopr.suwalki.pl,
- u pracownika socjalnego właściwego ze względu na miejsce zamieszkania osobiście w siedzibie MOPR ul. Filipowska 20 lub telefonicznie centrala: **87/562 89 70**

MIEJSCE REALIZACJI: Dział Pomocy Kryzysowej ul. Filipowska 20b.

- **Spotkania indywidualne** - w sali: PORADNICTWO SPECJALISTYCZNE
- **Spotkania grupowe** – w sali: EDUKACYJNO – TERAPEUTYCZNEJ