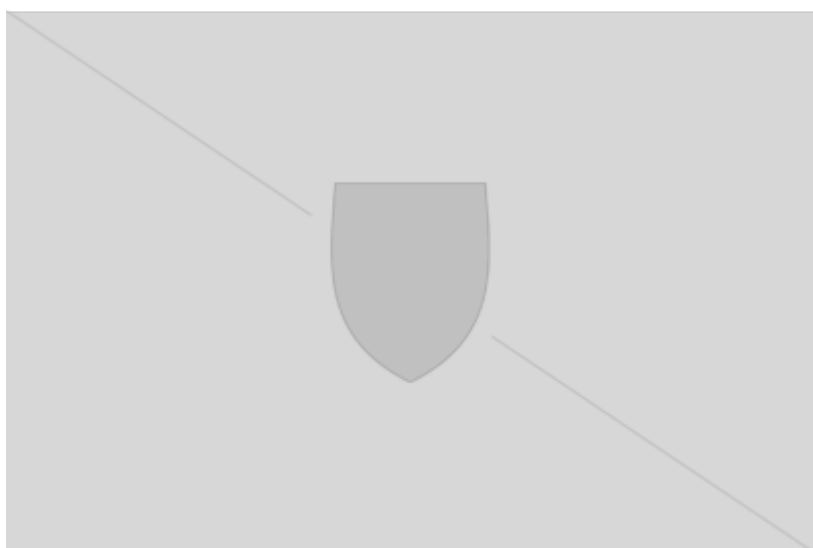




**MOPR  
SUWAŁKI**

**[Pomoc specjalistyczna  
\(https://www.mopr.suwalki.pl/strona/przemoc-domowa/435-pomoc-specjalistyczna\)](https://www.mopr.suwalki.pl/strona/przemoc-domowa/435-pomoc-specjalistyczna)**



## **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 7<sup>30</sup> - 18<sup>00</sup>  
                                  wtorek 08<sup>00</sup> - 20<sup>00</sup>  
                                  środa 14<sup>00</sup> - 20<sup>00</sup>  
                                  piątek czwartek 08<sup>00</sup> - 16<sup>00</sup>  
                                  piątek 14<sup>00</sup> - 18<sup>30</sup>,

- **prawne:**                 wtorek - 15<sup>30</sup> - 17<sup>30</sup>  
                                  czwartek - 15<sup>30</sup> - 17<sup>30</sup>

- **socjalne:**               poniedziałek - piątek 7<sup>30</sup> - 15<sup>30</sup>

#### **POMOC TERAPEUTYCZNO - WSPIERAJĄCA:**

- **terapia krótkoterminowa** - sesje ustalane indywidualnie przez psychologa
- **grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy** - wtorek 17.00 - 18.00

#### **OSOBY ZAINTERESOWANE ZAPRASZAMY DO KONTAKTU I KORZYSTANIA Z POMOCY**

**Szczegółowe informacje oraz ustalenie termin spotkania ze specjalistą w dni robocze w godz. 7.30-15.30:**

- w siedzibie DPK osobiście lub telefonicznie pod numerem **87/565 28 91**
- drogą elektroniczną e-mail: [dpk@mopr.suwalki.pl](mailto: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

---

**Source URL:** <https://www.mopr.suwalki.pl/strona/przemoc-domowa/435-pomoc-specjalistyczna>