

## KONTAKTY DO INSTYTUCJI POMOCOWYCH- ZIELONA GÓRA

<b>Uzależnienie</b>	<b>Od alkoholu</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Biuro Profilaktyki i Przeciwdziałania Uzależnieniom Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej (5)</li> <li>• <u>Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych</u> (6)</li> <li>• <u>Poradnia Zdrowia Psychicznego</u> (13)</li> <li>• <u>Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnienia w Zielonej Górze</u> (9)</li> <li>• <u>Lubuski Ośrodek Profilaktyki i Terapii Osób Uzależnionych i Współuzależnionych LOPiT</u> (10)</li> <li>• <u>Poradnia Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia od Alkoholu</u> (7)</li> </ul>
	<b>Dorosłe Dzieci Alkoholików - pomoc i terapia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Biuro Profilaktyki i Przeciwdziałania Uzależnieniom Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej (5)</li> <li>• <u>Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnienia w Zielonej Górze</u> (9)</li> <li>• <u>Ośrodek Profilaktyki i Pomocy Psychiatrycznej RELACJA</u> (16)</li> </ul>
	<b>Od narkotyków</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Biuro Profilaktyki i Przeciwdziałania Uzależnieniom Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej (5)</li> <li>• <u>Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnienia w Zielonej Górze</u> (9)</li> <li>• <u>Lubuski Ośrodek Profilaktyki i Terapii Osób Uzależnionych i Współuzależnionych LOPiT</u> (10)</li> <li>• <u>Poradnia Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia od Środków Psychoaktywnych</u> (14)</li> </ul>
	<b>Współuzależnienie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Biuro Profilaktyki i Przeciwdziałania Uzależnieniom Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej (5)</li> <li>• <u>Towarzystwo Rozwoju Rodziny</u> (15)</li> <li>• <u>Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnienia w Zielonej Górze</u> (9)</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#"><u>Lubuski Ośrodek Profilaktyki i Terapii Osób Uzależnionych i Współuzależnionych LOPiT</u></a> (10)</li> <li>• <a href="#"><u>Poradnia Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia od Alkoholu</u></a> (7)</li> </ul>
Przemoc	Pomoc dla osób doznających przemocy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Telefon zaufania</b> dla osób doznających przemocy <a href="#"><u>TKOPD</u></a> w Zielonej Górze (całodobowo) tel. 68 328 08 63</li> <li>• <b>Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”</b> (całodobowo) tel. 801 120 002</li> <li>• <b>Telefon alarmowy dla ofiar przemocy</b> 68 328 63 00, pn.-pt.: 7.30-15.30, Prokuratura Rejonowa, ul. Partyzantów 42, 65-332 Zielona Góra,</li> <li>• <b>Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka</b> w Zielonej Górze, tel: +48 68 3244900, tel: +48 68 3280863 (całodobowo)</li> <li>• <a href="#"><u>Punkt Interwencji Kryzysowej i Terapii Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna</u></a> (2)</li> <li>• <a href="#"><u>Lubuskie Stowarzyszenie na Rzecz Kobiet BABA</u></a> (3)</li> <li>• <a href="#"><u>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Dział Opieki nad Rodziną</u></a> (4)</li> <li>• <a href="#"><u>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Dział Pomocy Środowiskowej</u></a> (8)</li> <li>• <a href="#"><u>Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie</u></a> (18)</li> </ul>
	Pomoc dla świadków przemocy i wydarzeń traumatycznych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#"><u>Punkt Interwencji Kryzysowej i Terapii Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna</u></a> (2)</li> <li>• <a href="#"><u>Lubuskie Stowarzyszenie na Rzecz Kobiet BABA</u></a> (3)</li> <li>• <a href="#"><u>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Dział Pomocy Środowiskowej</u></a> (8)</li> </ul>
	Terapia sprawców przemocy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#"><u>Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, im. Jana Pawła II w Zielonej Górze</u></a> (11)</li> </ul>

	<p><b>Przemoc seksualna + pomoc dla osób będących świadkami wydarzeń traumatycznych</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#"><u>Punkt Interwencji Kryzysowej i Terapii Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna</u></a> (2)</li> <li>• <a href="#"><u>Lubuskie Stowarzyszenie na Rzecz Kobiet BABA</u></a> (3)</li> </ul>
Kryzys	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Kryzysowy Telefon Zaufania</b> tel. 116 123, codziennie od 14.00 do 22.00 (bezpłatny)</li> <li>• <b>Fundacja ITAKA</b> 800 70 2222 (bezpłatna infolinia) 24/7</li> </ul>	
	<p><b>Pomoc w postaci interwencji kryzysowej oraz specjalistycznego poradnictwa psychologicznego w czasie pandemii koronawirusa COVID-19</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#"><u>Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, im. Jana Pawła II w Zielonej Górze</u></a> (11)</li> <li>• <a href="#"><u>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Dział Pomocy Środowiskowej</u></a> (8)</li> <li>• <a href="#"><u>Bezpłatna pomoc psychologiczna i specjalistyczna dla pracowników i studentów Uniwersytetu Zielonogórskiego</u></a> (22)</li> </ul>
	<p><b>Diagnostyka psychiatryczno-psychologiczna, leczenie farmakologiczne i oddziaływania psychoterapeutyczne</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#"><u>Poradnia Zdrowia Psychicznego Poliklinika MSWiA</u></a> (21)</li> <li>• <a href="#"><u>Poradnia Zdrowia Psychicznego</u></a> (13)</li> </ul>
	<p><b>Leczenie depresji, zaburzeń lękowych, psychoz, zaburzeń stresowych, pourazowych, snu i osobowościowych</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#"><u>Ośrodek Profilaktyki i Pomocy Psychiatrycznej RELACJA</u></a> (16)</li> <li>• <a href="#"><u>Poradnia Zdrowia Psychicznego Poliklinika MSWiA</u></a> (21)</li> <li>• <a href="#"><u>Poradnia Zdrowia Psychicznego</u></a> (13)</li> </ul>
	<p><b>Wspieranie dzieci, młodzieży i ich rodzin w sytuacjach kryzysowych</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#"><u>Punkt Interwencji Kryzysowej i Terapii Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna</u></a> (2)</li> <li>• <a href="#"><u>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Dział Pomocy Środowiskowej</u></a> (8)</li> <li>• <a href="#"><u>Ośrodek Profilaktyki i Pomocy Psychiatrycznej RELACJA</u></a> (16)</li> <li>• Ośrodek Psychoterapii i Rozwoju</li> </ul>
	<p><b>Pomocy osobom z zaburzeniami</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#"><u>Ośrodek Profilaktyki i Pomocy Psychiatrycznej</u></a></li> </ul>

	psychicznymi, depresjami w sytuacjach kryzysowych, zmagającym się z trudnościami emocjonalnymi, skutkami przewlekłego stresu, zaburzeniami lękowymi, nastroju, odżywiania, snu i innych	<ul style="list-style-type: none"> <li><a href="#"><u>RELACJA</u></a> (16)</li> <li><a href="#"><u>Poradnia Zdrowia Psychicznego</u></a> (13)</li> <li><a href="#"><u>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Dział Pomocy Środowiskowej</u></a> (8)</li> <li><a href="#"><u>Poradnia Zdrowia Psychicznego Poliklinika MSWiA</u></a> (21)</li> </ul>
Pomoc psychiatryczna	Poradnictwo dla dorosłych, w tym dla rodziców po stracie dziecka	<ul style="list-style-type: none"> <li><a href="#"><u>Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka</u></a> (1)</li> </ul>
	Pomoc i wsparcie dla młodych osób z zaburzeniami psychicznymi i ich rodzin	<ul style="list-style-type: none"> <li><a href="#"><u>Poradnia Zdrowia Psychicznego</u></a> (13)</li> <li><a href="#"><u>Ośrodek Profilaktyki i Pomocy Psychiatrycznej RELACJA</u></a> (16)</li> <li><a href="#"><u>Poradnia Zdrowia Psychicznego Poliklinika MSWiA</u></a> (21)</li> </ul>
Pomoc psychologiczna		<ul style="list-style-type: none"> <li><a href="#"><u>CWON Bezpłatna pomoc psychologiczna i specjalistyczna dla pracowników i studentów Uniwersytetu Zielonogórskiego</u></a> (22)</li> <li><a href="#"><u>Punkt Interwencji Kryzysowej i Terapii Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna</u></a> (2)</li> <li><a href="#"><u>Poradnia Zdrowia Psychicznego</u></a> (13)</li> <li>Biuro Profilaktyki i Przeciwdziałania Uzależnieniom Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej (5)</li> <li><a href="#"><u>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Dział Opieki nad Rodziną</u></a> (4)</li> <li><a href="#"><u>Ośrodek Profilaktyki i Pomocy Psychiatrycznej RELACJA</u></a> (16)</li> </ul>
Pomoc dla matek i kobiet w ciąży	Gaudium Vitae- pomoc materialna (wyprawki, łóżecka, wianienki itp., matkom samotnym (czasem bardzo młodym, małżeństwom studenckim czy innym, znajdującym się w trudnej sytuacji)	<ul style="list-style-type: none"> <li><a href="#"><u>Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka</u></a> (1)</li> <li><a href="#"><u>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Dział Pomocy Środowiskowej</u></a> (8)</li> </ul>

	Pomoc w zabezpieczeniu dziecka na czas nieobecności opiekuna prawnego (zdarzenia losowe np. choroba, pobyt w szpitalu)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Dział Opiekuńczo-Wychowawczy</a> (20)</li> <li>• <a href="#">Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka</a> (1)</li> </ul>
	Poradnictwo dla rodziców po stracie dzieci	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka</a> (1)</li> </ul>
	Pochówek dzieci nienarodzonych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka</a> (1)</li> </ul>
Udzielenie schronienia	Dla matek z dziećmi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka</a> (1)</li> </ul>
	Interwencyjne przyjęcie dzieci, które wymagają ochrony przed przemocą lub zaniedbaniami	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Placówka Opiekuńczo – Wychowawcza nr 4</a> (12)</li> <li>• <a href="#">Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka</a> (1)</li> </ul>
Problemy rodzinne	Wsparcie i doradztwo dla rodziców dzieci w kryzysie emocjonalnym	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Punkt Interwencji Kryzysowej i Terapii Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna</a> (2)</li> <li>• <a href="#">Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Dział Opieki nad Rodziną</a> (4)</li> </ul>
	Terapia rodzin	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Punkt Interwencji Kryzysowej i Terapii Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna</a> (2)</li> </ul>
Problemy wychowawcze	Terapia dzieci i młodzieży z zaburzeniami emocjonalnymi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Punkt Interwencji Kryzysowej i Terapii Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna</a> (2)</li> </ul>
	Wsparcie i doradztwo dla rodziców dzieci w kryzysie emocjonalnym	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka</a> (1)</li> <li>• <a href="#">Punkt Interwencji Kryzysowej i Terapii Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna</a> (2)</li> </ul>
	Pomoc rodzinie mającej problemy wychowawcze ze swoimi dziećmi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka</a> (1)</li> <li>• <a href="#">Punkt Interwencji Kryzysowej i Terapii Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna</a> (2)</li> </ul>

	Wspieranie rodziców w edukacji i wychowaniu dzieci niepełnosprawnych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Punkt Interwencji Kryzysowej i Terapii Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna</a> (2)</li> </ul>
	Indywidualne konsultacje dla rodziców dzieci ukierunkowane na wspieranie w rozwiązywaniu problemów rozwojowych, wychowawczych i edukacyjnych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Punkt Interwencji Kryzysowej i Terapii Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna</a> (2)</li> </ul>
	Grupy wsparcia dla rodziców i nauczycieli dzieci niepełnosprawnych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Punkt Interwencji Kryzysowej i Terapii Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna</a> (2)</li> </ul>
	Rozwijanie umiejętności wychowawczych młodych rodziców	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Punkt Interwencji Kryzysowej i Terapii Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna</a> (2)</li> </ul>
Pomoc prawna		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Lubuskie Stowarzyszenie na Rzecz Kobiet BABA</a> (3)</li> <li>• Biuro Profilaktyki i Przeciwdziałania Uzależnieniom Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej (5)</li> <li>• <a href="#">Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Dział Pomocy Środowiskowej</a> (8)</li> <li>• <a href="#">Biuro Porad Obywatelskich w Zielonej Górze</a> (17)</li> <li>• Powiat Zielonogórski- Nieodpłatna pomoc prawna i nieodpłatne poradnictwo obywatelskie</li> </ul>
Pomoc dla osób pokrzywdzonych przestępstwem		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Lubuskie Stowarzyszenie na Rzecz Kobiet BABA</a> (3)</li> </ul>
Pomoc dla osób niepełnosprawnych	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">CWON Bezpłatna pomoc psychologiczna i specjalistyczna dla pracowników i studentów Uniwersytetu Zielonogórskiego</a> (22)</li> </ul>	
	Zaopatrzenie w przedmioty ortopedyczne i sprzęt rehabilitacyjny, turnusy rehabilitacyjne, karta parkingowa itp.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, im. Jana Pawła II w Zielonej Górze</a> (11)</li> </ul>
(1) Terenowy Komitet Ochrony Praw	(2) Punkt Interwencji Kryzysowej	(3) Lubuskie Stowarzyszenie

Kontakty do instytucji pomocowych

<p><b>Dziecka</b>  ul. Wojska Polskiego 116 G  65-077 Zielona Góra  tel: 68 324 49 00  tel: 68 328 08 63  tel.: 503 190 032</p> <p><u>e-mail</u>  <b><u>Terenowy Komitet Praw Ochrony Dziecka</u></b>  <b><u>Zielona Góra (tkopd.pl)</u></b></p>	<p><b>i Terapii Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna</b>  ul. Drzewna 13,  65-060 Zielona Góra  tel. 68 324 16 95  tel. 68 324 75 17</p> <p><u>Koncepcja Poradni - Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna</u>  <b><u>(bipzielonagora.pl)</u></b></p>	<p><b>na Rzec Kobiet BABA</b>  ul. Stary Rynek 17  (wejście od ul. Lisowskiego)  65-067 Zielona Góra  tel. 68 454 92 32  kom. 692 064 061  skype:baba.stowarzyszenie</p> <p><u>e-mail</u>  pn.-czw. 9:00 – 18:00  pt. 9.00 – 15.00</p> <p><b><u>BABA Lubuskie Stowarzyszenie na Rzec Kobiet – LUBUSKIE STOWARZYSZENIE NA RZEC KOBIET</u></b></p>
<p><b>(4)</b>  <b>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Dział Opieki nad Rodziną (pok. 103)</b>  ul. Długa 13  65-401 Zielona Góra  tel. 68 411 51 56</p> <p><b><u>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Zielonej Górze – Dział Opieki nad Rodziną (mops.zgora.pl)</u></b></p>	<p><b>(5)</b>  <b>Biuro Profilaktyki i Przeciwdziałania Uzależnieniom Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej</b>  ul. Dworcowa 31/6  65-019 Zielona Góra  tel. 68 411 51 70</p> <p><b><u>Biuro Profilaktyki i Przeciwdziałania Uzależnieniom Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Zielonej Górze – Zadania Biura (zielonagora.pl)</u></b></p>	<p><b>(6)</b>  <b>Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych</b>  ul. Długa 13  65-401 Zielona Góra  tel. 68 411 51 78</p> <p><b><u>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Zielonej Górze – Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (zielonagora.pl)</u></b></p>
<p><b>(7)</b>  <b>Poradnia Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia od Alkoholu</b>  ul. Chopina 9  65-031 Zielona Góra  tel. 68 322 18 68  pn.-pt. 8.00-18.00</p>	<p><b>(8)</b>  <b>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Dział Pomocy Środowiskowej</b>  ul. Długa 13  65-401 Zielona Góra  tel. 68 411 51 34</p>	<p><b>(9)</b>  <b>Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnienia</b>  ul. Wazów 36  65-044 Zielona Góra  tel. 68 325 79 17</p> <p><b><u>WOTUW Zielona Góra - Wojewódzki Szpital</u></b></p>

<p><b><u>Poradnia Terapii Uzależnienia i Wspóluzależnienia od Alkoholu - Wojewódzki Szpital Specjalistyczny dla Nerwowo i Psychicznie Chorych SPZOZ Cibórz (etcom.pl)</u></b></p>	<p><b><u>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Zielonej Górze – Dział Pomocy Środowiskowej (mops.zgora.pl)</u></b></p>	<p><b><u>Specjalistyczny dla Nerwowo i Psychicznie Chorych SPZOZ Cibórz (ciborz.eu)</u></b></p>
<p><b>(10)</b>  <b>Lubuski Ośrodek Profilaktyki i Terapii Osób Uzależnionych i Wspóluzależnionych LOPiT</b>          ul. Jelenia 1A          65-090 Zielona Góra          tel. <b><u>68 453 20 00</u></b>          tel. <b><u>515 675 046</u></b>          pn.-pt.: 10.00-19.00  <b><u>Uzależnienia behawioralne – LOPIT : Leczenie uzależnień Zielona Góra</u></b>  <b><u>metadon lubuskie Polskie Towarzystwo Zapobiegania Narkomanii</u></b></p>	<p><b>(11)</b>  <b>Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie im. Jana Pawła II</b>          ul. Podgórna 5          65-057 Zielona Góra          pn.-pt.: 7.30-15.30          tel. 68 452 75 90  <b><u>pcpr.powiat-zielonogorski.pl</u></b></p>	<p><b>(12)</b>  <b>Placówka Opiekuńczo – Wychowawcza nr 4</b>          (dla dzieci powyżej 7 roku życia) ul. Aleja Wojska Polskiego 116 B          65-762 Zielona Góra          tel.: 68 326 05 91          (czynne całodobowo)  <b><u>Strona główna - Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza nr 4 (bipzielonagora.pl)</u></b></p>
<p><b>(13)</b>  <b>Poradnia Zdrowia Psychicznego</b>          ul. II Armii 30/40          65- 001 Zielona Góra          tel. 68 453 19 88  <b><u>Poradnia zdrowia psychicznego, II Armii 30/40, Zielona Góra - Umów wizytę (mp.pl)</u></b></p>	<p><b>(14)</b>  <b>Poradnia Terapii Uzależnienia i Wspóluzależnienia od Środków Psychoaktywnych</b>          ul. Chopina 9          65-031 Zielona Góra          tel. 68 322 18 68          pn.-pt. 8.00-18.00  <b><u>Poradnia Terapii Uzależnienia od Środków Psychoaktywnych - Wojewódzki</u></b></p>	<p><b>(15)</b>  <b>Towarzystwo Rozwoju Rodziny</b>          ul. Batorego 33/9          65-735 Zielona Góra  <b><u>Oferta – Towarzystwo Rozwoju Rodziny Zielona Góra (wordpress.com)</u></b></p>



	<u>Szpital</u> <u>Specjalistyczny dla Nerwowo i</u> <u>Psychicznie</u> <u>Chorych SPZOZ Cibórz (etcom.pl)</u>	
<b>(16)</b> <b>Ośrodek Profilaktyki i Pomocy</b> <b>Psychiatrycznej RELACJA</b> ul. Jasna 12/1U 65-470 Zielona Góra pn.-pt. 8:00-14:00 tel. 782 614 637 <u>Relacja – Zielona Góra – Ośrodek</u> <u>Profilaktyki</u> <u>i Pomocy Psychiatrycznej</u>	<b>(17)</b> <b>Biuro Porad Obywatelskich,</b> ul. Al. Niepodległości 7a/2, 65-048 Zielona Góra, Telefon: 68 454 82 47. <u>Biuro Porad Obywatelskich Zielona</u> <u>Góra (home.pl)</u>	<b>(18)</b> <b>Zespół Interdyscyplinarny</b> <b>ds. przeciwdziałania</b> <b>przemocy w rodzinie, ul.Długa 13</b> 65-401 Zielona Góra tel. 68 411 50 43 tel. 68 411 50 52 pn.-pt. 7.00-15.00 <u>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej</u> <u>w Zielonej Górze – Zespół Interdyscyplinarny</u> <u>do spraw Przeciwdziałania Przemocy</u> <u>w Rodzinie w Zielonej Górze (mops.zgora.pl)</u>
<b>(19)</b> <b>Powiat Zielonogórski- Nieodpłatna</b> <b>pomoc prawna i nieodpłatne</b> <b>poradnictwo obywatelskie</b> tel. 68 453 52 01	<b>(20)</b> <b>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej</b> <b>Dział Opiekuńczo- Wychowawczy</b> ul.Długa 13 65-401 Zielona Góra tel. 68 411 50 27 <u>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej</u> <u>w Zielonej Górze – Kontakt</u> <u>(mops.zgora.pl)</u>	<b>(21)</b> <b>Poradnia Zdrowia Psychicznego</b> <b>Poliklinika MSWiA</b> ul. Wazów 42 65-044 Zielona Góra pn.-pt.: 8:00-15:00 tel. 68 452 77 64 <u>Poliklinika Zielona Góra</u>
<b>(22)</b> <b>Centrum Wsparcia Osób Niepełnosprawnych</b> <b>(została rozszerzona na wszystkich studentów i kadre naukową UZ)</b> <b>Bezpłatna pomoc psychologiczna i specjalistyczna dla pracowników i</b> <b>studentów</b> <b>Uniwersytetu Zielonogórskiego</b>	<b>Pełnomocnik Rektora ds. Niepełnosprawnych</b> <b>Studentów</b> CAMPUS B budynek A16 parter Pokój nr 9 (hol główny) al. Wojska Polskiego 69 65-762 Zielona Góra	

**Telefony w sytuacjach kryzysowych:**  
**Psycholog: 797 974 050**  
**socjoterapeuta, terapeuta uzależnień, logopeda: 789 441 968**

Pn.-pt. 8.00–13.00  
tel. kom.: 601 902 282