



cztery
pory roku
bądź ze mną

Spis numerów
telefonów placówek
pomocowych

**Telefon Zaufania
dla Dzieci i Młodzieży**
tel. 116 111

czynny 7 dni
w tygodniu,
24 h na dobę

**Bezpłatna infolinia
dla dzieci, młodzieży**
tel. 800 080 222

czynny 7 dni
w tygodniu,
24 h na dobę

Rzecznik Praw Dziecka
Telefon i czat
internetowy

czynny 7 dni
w tygodniu,
24 h na dobę

Rzecznik Praw Dziecka
tel. 800 12 12 12

pon – pt:
8:15 – 20:00

**Antydepresyjny Telefon
Forum Przeciw Depresji**
tel. 22 594 91 00

śr – czw:
17:00 – 19:00

**Telefon zaufania
dla osób dorosłych w
kryzysie emocjonalnym**
tel. 116 123

pon – pt:
14:00 – 22:00

**Telefon dla rodziców
i nauczycieli w sprawie
bezpieczeństwa dzieci**
tel. 800 100 100

pon – pt:
12:00 – 15:00

**ITAKA – Antydepresyjny
telefon zaufania**
tel. 22 484 88 01

Dyżury psychologów:
pon, wt, pt, nd:
15.00 – 20.00
śr, pt:
10.00 – 15.00

Dyżury psychiatrów:
czw. 16:00 – 21:00
pt. 15.00 – 20.00

Dr Sierociano

I poziom referencyjny

Ośrodek lub Zespół
Środowiskowej Opieki
Psychologicznej
i Psychoterapeutycznej
dla Dzieci i Młodzieży.

OPILU Marcin Błażejowski i wspólnicy s.j.

tel. 512 977 378

Czerwionka – Leszczyny,
ul. 3 maja 45a

tel. 512 976 903

Racibórz,
ul. Adama Mickiewicza 10a

tel. 512 977 093

Wodzisław Śląski,
ul. Świętego Wawrzyńca 3a

Feniks Karel i Wspólnik s.j.

tel. 32 413 16 26

Gliwice, ul. Młyńska 8

Centrum Rehabilis s. z o.o.

tel. 32 438 83 83

Katowice, ul. Tadeusza
boya Żeleńskiego

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Integrum

tel. 32 433 24 44

Rybnik, ul. Młyńska 10

II poziom referencyjny

Centrum Zdrowia
Psychicznego dla Dzieci
i Młodzieży, Poradnia Zdrowia
Psychicznego, oddział dzienny.

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Rybniku

Poradnia Zdrowia Psychicznego i Sprężyn
tel. 32 422 39 35

Rybnik, ul. Kościuszki 55

tel. 32 423 17 55

Rybnik, ul. Karłowicza 4

kontakt z psychiatrą dzieci i młodzieży

III poziom referencyjny

Ośrodek Wysoko-
specjalistycznej Całodobowej
Opieki Psychiatrycznej.

Szpital Psychiatryczny dla Dzieci i Młodzieży

Sosnowiec, Bleisko – Biała, Lubliniec