GDZIE W ZAWIERCIU SZUKAĆ POMOCY?

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Zawierciu

ul. Piłsudskiego 47
telefon: 32 67 221 34
e-mail: mops@mopszawiercie.pl

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Zawierciu udziela wszelkich informacji o tym gdzie i w jaki sposób możesz szukać pomocy. Jeśli wymaga tego Twoja sytuacja możesz również zostać objęty wsparciem materialnym oraz niematerialnym zgodnie z ustawą o pomocy społecznej. Porady udzielane są telefonicznie (664 012 946 lub 32 67 234 01 wew.59), mailowo lub osobiście.
Można zapytać o pomoc anonimowo.

Poradnia Leczenia Uzależnień Alkoholowych i Współuzależnień

ul. Piłsudskiego 80
telefon: 32 67 221 75

Osoba mająca problemy z piciem może się zgłosić się do tej placówki umówić się na diagnozę. Otrzyma również ofertę leczenia adekwatnego do rozpoznania. W zależności od sytuacji zdrowotnej i życiowej pacjenta pracownicy poradni zaproponują mu leczenie w trybie ambulatoryjnym albo w trybie oddziału dziennego lub całodobowego.
Poniedziałek, Środa 12.25 - 20.00
Wtorek, Czwartek, Piątek 07.00 -14.35

Miejska Komisja ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

ul. Niedziałkowskiego 1 A
telefon: 604 915 393

Miejska komisja rozwiązywania problemów alkoholowych jest społeczną komisją działającą na podstawie ustawy o wychowaniu w trzeźwości. Ma ona możliwość wszczęcia wobec niektórych uzależnionych od alkoholu procedurę zobowiązania do leczenia odwykowego. Procedura ta może być wdrożona wobec osób, które w związku z nadużywaniem alkoholu powodują rozkład życia rodzinnego, demoralizację nieletnich lub systematycznie zakłócają spokój.

Zawierciańskie Stowarzyszenie Trzeźwościowe "Przystań"

ul. Szymańskiego 19
telefon: 32 67 221 75
e-mail: klubprzystan@onet.pl

Stowarzyszenie udziela porad i prowadzi działania profilaktyczne dla osób uzależnionych, współuzależnionych i ich rodzin, propagując ideę trzeźwości. Stowarzyszenie pełni rolę Centrum Trzeźwościowego i Profilaktyki.
Stowarzyszenie jest czynne:
Poniedziałek 16.00-19.00
Wtorek 16.00-19.00
Piątek 16.00-19.00

Punkt profilaktyczno - konsultacyjny ds. narkomanii

ul. Niedziałkowskiego 1 A
telefon: 604 915 393

Punkt prowadzony jest przez psychologa, specjalistę terapii uzależnień i świadczy wsparcie w formie diagnozy uzależnienia i współuzależnienia. Specjalista realizuje terapię motywującą do podjęcia leczenia i podtrzymującą już po podjęciu decyzji, w trakcie oczekiwania na przyjęcie do placówki.
W Punkcie można również uzyskać informacje o placówkach i możliwościach leczenia. Poniedziałki 10:00- 15:00

JAK ROZPOZNAĆ UZALEŻNIENIE OD ALKOHOLU?

Sygnały ostrzegawcze

- Aby osiągnąć stan upojenia alkoholowego musisz pić coraz więcej
- Gdy przestajesz pić pocisz się, odczuwasz drżenie rąk, mdłości, przyspieszone bicie serca, bóle głowy, bezsenność, omamy, napady drgawkowe. To może być tzw. zespół abstynencyjny
- Przez Twoje picie obserwujesz pogorszenie się relacji z rodziną, przyjaciółmi, masz problemy w pracy
- Twoi bliscy zwracają uwagę, że za dużo pijesz, sugerują, że masz problem.
- Przez alkohol zaczynasz mieć problemy ze zdrowiem
- Uporczywie szukasz okazji do napicia się i sam je tworzysz
- Pijesz alkohol w sytuacjach, w których jest to szczególnie wzbronione, jak: okres ciąży i karmienia piersią, prowadzenie pojazdów, obsługa maszyn czy podczas przyjmowania leków.

CZY MASZ PROBLEM Z ALKOHOLEM?

Przeprowadź nasz prosty test. Odpowiedz szczerze na poniższe pytania (TAK lub NIE) i przekonaj się, czy masz problem z alkoholem.

1. Czy czujesz, że pijesz za dużo alkoholu?
2. Czy ktoś z otoczenia zwrócił Ci uwagę, że masz problem z piciem?
3. Czy picie alkoholu wywołuje w Tobie poczucie winy?
4. Czy pijesz na pusty żołądek?
5. Czy pijesz w samotności?

Gdy Twoja odpowiedź na co najmniej 2 z powyższych pytań brzmiała „TAK", masz problem z uzależnieniem od alkoholu i powinieneś poszukać pomocy.

NIE CZEKAJ AŻ CHOROBA ZNISZCZY TWOJE LUB CZYJEŚ ŻYCIE.

Grupa AA ''KROKUS''

ul. Sienkiewicza 4
www.spis.aa.org.pl

Anonimowi Alkoholicy są wspólnotą mężczyzn i kobiet, którzy dzielą się nawzajem doświadczeniem, siłą i nadzieją, aby rozwiązać swój wspólny problem i pomagać innym w wyzdrowieniu z alkoholizmu. Nie ma w AA żadnych składek ani opłat. Podstawowym celem jest trwać w trzeźwości i pomagać innym alkoholikom w jej osiągnięciu.
Mityngi: wtorek 18:00, piątek 18:00

Grupa Al - Anon ''Do czynu''

ul. Sienkiewicza 4
email: doczynu.al_anon@interia.pl

Grupy Rodzinne Al-Anon są wspólnotą krewnych i przyjaciół alkoholików. Istnieją one w tym celu, aby rozwiązywać wspólne problemy przez dzielenie się swoim doświadczeniem, siłą i nadzieją. Jesteśmy przekonani, że alkoholizm jest chorobą rodzinną i że zmiana naszego nastawienia może przyczynić się do jej wyleczenia.
Spotkania ; czwartki o 18:30

Grupa samopomocowa ''Promyk''

ul. Niedziałkowskiego 22, budynek MOPS

Jest to grupa wsparcia działająca na zasadach samopomocy, prowadzona przez wolontariusza MOPS , Mieczysława Tkacza, który od ponad 20 lat jest trzeźwym alkoholikiem i działa by pomagać innym. Spotkania nie wymagają wcześniejszych zapisów.
Spotkania ; każdy czwartek od 17:00

Czy wiesz, że... ??

Uzależnienie to choroba.

W jej leczeniu potrzebna jest pomoc specjalisty!
Nadmierne picie alkoholu jest przyczyną prawie 6,5% wszystkich zgonów w Europie.
Na skutek nadużywania alkoholu powstaje ponad 250 różnych chorób i urazów.
Nadużywanie alkoholu znacząco zwiększa ryzyko występowania pewnych odmian raka.

zawiercie

MOPS zawiercie

Pomoc możesz również znaleźć w ogólnopolskich infoliniach

UZALENIENIA BEHAWIORALNE
801 889 880
czynny codziennie
w godz. 17-22

pierwszy w Polsce telefon zaufania dla osób cierpiących z powodu uzależnień behawioralnych, tj. uzależnienia od hazardu, internetu, seksu, zakupów, pracy czy jedzenia

NARKOMANIA
800 199 990
czynny codziennie
w godz. 16-21

INFOLINIA AA
801 033 242
czynny codziennie
w godz. 8-22

TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY
116111

KRYZYSOWY TELEFON ZAUFANIA
116 123
całodobowo

Poradnia Telefoniczna udziela pomocy psychologicznej osobom doświadczającym kryzysu emocjonalnego, samotnym, cierpiącym z powodu depresji, bezsenności, chronicznego stresu.

ZACHĘCAMY DO KONTAKTU,
DAJ SOBIE SZANSĘ.

Nie oceniaj człowieka po jego przeszłości. Liczy się teraźniejszość.

UZALEŻNIENIE