



**PLACÓWKI  
ŚWIADCZĄCE  
POMOC  
PSYCHOLOGICZNO-  
-PEDAGOGICZNĄ**



## **Powiatowa Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna**

**ul. Słonimska 15/1, 15-028 Białystok**

**tel. 85-741-62-65**

**[pppp.bialystok.pl/kontakt/](http://pppp.bialystok.pl/kontakt/)**

Powiatowa Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Białymstoku świadczy pomoc psychologiczną, pedagogiczną, logopedyczną dla dzieci i młodzieży. Wydaje opinie, orzeczenia, związane z edukacją. Wspomaga w wykrywaniu deficytów rozwojowych, problemów z nauką, zachowaniem czy emocjami. Pomaga rodzicom w pełnieniu funkcji wychowawczych. Prowadzi warsztaty i zajęcia na terenie poradni.



## [www.psychologowie-dla-spoleczenstwa.pl](http://www.psychologowie-dla-spoleczenstwa.pl)

W zakładce „KONTAKT” znajduje się lista osób udzielających bezpłatnego wsparcia, polegającego na wideorozmowie lub telefonicznej. Wsparcie skierowane jest w szczególności do: personelu medycznego, zaangażowanego w działania związane z koronawirusem; osób objętych kwarantanną; osób, które straciły z dnia na dzień źródło dochodu; osób które są w kryzysie psychicznym i odmówiono im innej formy wsparcia.



**800-12-00-02**

**Niebieska Linia**

**Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar**

**Przemocy w Rodzinie**

**<http://www.niebieskalinia.org/>**

Jeśli ktoś w Twojej rodzinie krzywdzi Cię: bije, obraża, warto korzystać ze wsparcia. Możesz tam opowiedzieć o swojej sytuacji, dowiedzieć się gdzie szukać pomocy w Twoim otoczeniu. Bezpłatna pomoc jest dostępna przez całą dobę.



**116-123**

**Instytut Psychologii Zdrowia**

**Telefon zaufania dla osób dorosłych w kryzysie**

Telefon przeznaczony jest dla osób dorosłych w kryzysie emocjonalnym. Powstał z myślą o osobach, które z różnych powodów nie mają możliwości bezpośredniego kontaktu z psychologiem. Numer jest bezpłatny, czynny od poniedziałku do piątku w godz. 14.00-22.00.



**800-100-100**

**<https://800100100.pl>**

**Telefon zaufania dla osób dorosłych  
Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę**

Bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna i online dla rodziców, nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia lub informacji w zakresie przeciwdziałania i pomocy psychologicznej dzieciom przeżywającym różnorodne kłopoty trudności .





**Życzymy spokoju i zdrowia.  
Alina Bącik  
Magdalena Wołkowyccka**