



Gminna  
Komisja  
Rozwiązywania  
Problemów  
Alkoholowych  
w Mikołowie



Gminna  
Komisja  
Rozwiązywania  
Problemów  
Alkoholowych  
w Mikołowie



ŚWIADOMIE  
DO PRZODU



CENTRUM  
INTEGRACJI  
SPOŁECZNEJ  
W MIKOŁOWIE



  
**MIKOŁÓW**  
ogród życia

**LISTA MIEJSC UZYSKANIA POMOCY I WSPARCIA  
W GMINIE MIKOŁÓW**



## LISTA MIEJSC UZYSKANIA POMOCY I WSPARCIA W GMINIE MIKOŁÓW

## TU UZYSKASZ BEZPŁATNĄ POMOC I WSPARCIE W MIKOŁOWIE



**PUNKT INFORMACYJNO-KONSULTACYJNY**  
przy Centrum Integracji Społecznej w Mikołowie

ul. Krawczyka 16, tel. 530 903 493,  
www.gkrpa.mikolow.eu  
email: gkrpa@mikolow.eu



**CENTRUM  
INTEGRACJI  
SPOŁECZNEJ  
W MIKOŁOWIE**

Codziennie od poniedziałku do piątku:

- Dyżur członka Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, udzielanie konsultacji oraz informacji na temat dostępnych aktualnie form wsparcia i pomocy dla osób uzależnionych oraz ich bliskich, w godzinach: 7:30 - 14:30
- Magdalena Augustynowicz - Konsultacje dla Rodziców i Opiekunów dzieci i młodzieży sięgających po alkohol i inne środki psychoaktywne, po wcześniejszym umówieniu spotkania pod nr telefonu: 530 903 493
- Aurelia Brudny – dyżur telefoniczny przy gminnym telefonie zaufania POP – 530 461 446, w godzinach 17:00 – 19:00
- Projekt edukacyjny: Facebook/Świadomie do przodu

Środa od 15:00:

- Marcin Karchut - Konsultacje psychologiczne dla osób z problemem uzależnień, rejestracja pod nr telefonu: 501 799 002

Czwartek od 15:00:

- Grażyna Prachniak - Konsultacje i warsztaty wspierająco-edukacyjne dla rodzin i bliskich osób z problemem uzależnień, rejestracja pod nr telefonu: 506 435 033
- Konsultacje dla par/małżeństw z problemem uzależnień, rejestracja pod nr telefonu: 506 435 033

Raz w miesiącu:

- Grupa wsparcia dla Rodziców i Opiekunów Dzieci z FASD, informacje pod nr telefonu: 530 903 493



GKRPA



**MIEJSKI OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ W MIKOŁOWIE**  
ul. Kolejowa 2, tel. 32 32 42 691, email: mops@mops.mikolow.eu  
www.mops.mikolow.eu

Codziennie: pon. 7:30 - 17:00, wt.- czw. 7:30 - 15:30, pt. 7:30 - 14:00

- Aleksandra Jaszczuk - Pomoc i wsparcie psychologiczne, również w środowisku domowym, po wcześniejszym umówieniu telefonicznym pod numerem 728 831 076
- Zespół ds. Przeciwdziałania Przemocy – pomoc dla osób doznających przemocy fizycznej, psychicznej, seksualnej, ekonomicznej i zaniedbania, tel: 32 324 26 64, 530 658 459, 575 879 093, email: stopprzemocy@mikolow.eu

### PORADNIA PROFILAKTYKI I LECZENIA ODWYKOWEGO W MIKOŁOWIE

- ul. Okrzei 31. Rejestracja pacjentów na spotkania indywidualne i grupy terapeutyczne pod nr telefonu: 506 435 033



**PUNKT INFORMACYJNO-KONSULTACYJNY**  
prowadzony przez Mikołowskie Stowarzyszenie Pomocy Psychospołecznej i Profilaktyki „Zmiana”

ul. Jana Pawła II 4, tel. 32 226 41 76, 788 002 580  
email: kontakt@zmiana-mikolow.pl, www.zmiana-mikolow.pl

Poniedziałek:

- Joanna Stawowska - konsultacje indywidualne dotyczące radzenia sobie w sytuacjach przemocy domowej oraz współzależnienia, nabywanie praktycznych umiejętności w tym zakresie w godzinach 15:15 - 16:30
- Sabina Kosiecka-Buszko - konsultacje indywidualne dotyczące radzenia sobie w sytuacjach przemocy domowej oraz współzależnienia, nabywanie praktycznych umiejętności w tym zakresie w godzinach 15:15 - 19:15
- Joanna Stawowska, Agnieszka Halupka-Skrzek - grupa wsparcia dla osób doznających przemocy i współzależnionych w godzinach 16:30 - 19:15

Wtorek:

- Julia Stawowska-Szczyrba - pomoc psychologiczna i wsparcie dla młodzieży - pomoc prowadzona online oraz bezpośrednio w siedzibie stowarzyszenia w godzinach 15:15 - 19:15

Środa:

- Monika Draczka-Knopik - konsultacje indywidualne dla osób doznających przemocy domowej oraz dla osób nieradzących sobie z zachowaniami agresywnymi, stosującymi przemoc w rodzinie w godzinach 15:15 - 19:15

- Ewa Załączna - pomoc psychologiczna dla osób uzależnionych od alkoholu i środków psychoaktywnych, oraz ich rodzinom, w tym DDA w godzinach 15:15 - 19:15
- Ewelina Majewska - pomoc psychologiczna dla osób znajdujących się w sytuacjach kryzysowych, związanych z przemocą domową, współzależnieniem oraz innymi trudnymi sytuacjami w godzinach 15:15 - 19:15

Czwartek:

- Sabina Bogdanowicz - konsultacje indywidualne dla osób doznających przemocy domowej oraz dla osób nieradzących sobie z zachowaniami agresywnymi, stosującymi przemoc w rodzinie w godzinach 15:15 - 19:15
- Barbara Kruszyńska - pomoc psychologiczna dla osób dorosłych i dzieci, znajdujących się w sytuacjach kryzysowych, związanych z przemocą domową, współzależnieniem oraz innymi trudnymi sytuacjami w godzinach 15:15 - 19:15
- Karina Mura - pomoc indywidualna i grupowa dla osób uwikłanych w problem uzależnienia od alkoholu i narkotyków oraz pomoc dla członków ich rodzin w godzinach 15:15 - 19:15  
Grupa wspierająco - edukacyjna dla osób uzależnionych w godzinach 16:00 - 18:00
- Joanna Stawowska - grupa wsparcia dla osób doznających przemocy i współzależnionych w pierwszy i trzeci czwartek miesiąca w godzinach 16:00 - 19:00 w salce OSP w Orzeszu, ul. św. Wawrzyńca 13



### STOWARZYSZENIE KLUB ABSTYNENTA POWRÓT i MIKOŁOWSKI POWIATOWY KLUB MŁODZIEŻOWY

ul. Konstytucji 3-go Maja 38, tel. 32/ 226 65 50  
email: powrotpozycie@gmail.com, www.powrot.43-190.pl



Poniedziałek:

- Magdalena Wyrwa-Laskowska - Konsultacje psychologa/terapeuty uzależnień w godz.: 16:00 - 18:00, po wcześniejszym umówieniu spotkania pod nr 511 022 465  
Dyżur telefoniczny: psycholog/terapeuta uzależnień w godzinach 18:00 - 20:00 pod nr 511 022 465 i pedagog resocjalizacyjny - 17:00 - 19:00 pod nr 516 280 618

Wtorek:

- Katarzyna Gembara - dyżur pedagoga resocjalizacyjnego w godz. 17:30 - 19:30  
Dyżur telefoniczny: pedagog resocjalizacyjny - 17:00 - 20:00 pod nr 516 280 618

Środa:

- Spotkania grupy samopomocowej AI-Anon „Oleńka” w godzinach 17:30 - 19:30  
Katarzyna Gembara - dyżur pedagoga resocjalizacyjnego w godz. 17:30 - 19:30, po wcześniejszym umówieniu się pod nr telefonu: 516 280 618

Czwartek:

- Grupa wsparcia dla osób uzależnionych od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych prowadzona przez psychologa Magdalenę Wyrwa-Laskowską w godzinach od 17:00 do 19:00
- Dyżur telefoniczny: psycholog/terapeuta uzależnień w godzinach 19:00 – 20:00 pod nr telefonu: 511 022 465

Piątek:

- Katarzyna Gembara - dyżur pedagoga resocjalizacyjnego
- Dyżur telefoniczny: pedagog resocjalizacyjny – 17:00 – 19:00 pod nr 516 280 618

Codziennie od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00 – 20:00:

- Pogotowie Trzeźwościowe – samopomoc koleżeńska w formie wyjazdów interwencyjnych i spotkań w siedzibie Klubu, zgłoszenia pod nr telefonu: 516 079 113, pomoc i wsparcie udzielane jest tylko osobom trzeźwym
- Mikołowski Powiatowy Klub Młodzieżowy – spotkania 1 raz w miesiącu, termin ustalany na grupie, kontakt poprzez Facebook/mkpm



**GKRPA**  
**MIKOŁÓW**



ul. Krawczyka 16,  
43-190 Mikołów



gkrpa@mikolow.eu



kom. 530 903 493



Świadomie do przodu



Centrum Integracji Społecznej w Mikołowie umożliwiła  
podjęcie zatrudnienia socjalnego dla osób  
bezrobotnych z gminy Mikołów.



**CENTRUM**  
**INTEGRACJI**  
**SPOŁECZNEJ**  
**W MIKOŁOWIE**

INFORMACJE

tel. 501 799 002,  
email: kontakt@cis.mikolow.eu  
www: cis@mikolow.eu

Grupy AA	Kontakt telefoniczny: 737 900 768	www: aa24.pl	
NAZWA GRUPY	MIJESCE SPOTKAŃ	TERMIN	MITYNG OTWARTY
Przebudzenie	MIKOŁÓW, ul. Okrzei 14 (Dom Katechetyczny)	17:00	Pierwszy piątek miesiąca
Inna Bajka	MIKOŁÓW, ul. Jana Pawła 4 (budynek CAS)	18:00	Pierwsza sobota miesiąca
Rynek	ORZESZE, Rynek 1 (MDK)	17:30	Ostatni poniedziałek miesiąca
Łaziska	ŁAZISKA GÓRNE, ul. Kościelna 4 (salka przy kościele)	18:15	Druga niedziela miesiąca
Trzynastka	TYCHY, ul. Kopernika 5, (salka przy kościele p.w. św. Jana Chrzciciela)	18:00	Ostatni poniedziałek miesiąca
Zmiana na A	TYCHY, ul. Barona 30 (I piętro, pok. 209 - sala 2)	10:00	Wszystkie wtorki
Wsparcie	TYCHY, ul. Wyszyńskiego 1, (salka przy kościele p.w. św. Krzysztofa)	18:30	Pierwszy wtorek miesiąca
Początek	TYCHY, ul. Nałkowskiej 19, (salka przy kościele p.w. św. Benedykta)	17:30	Pierwsza środa miesiąca
1-wszy Raz	TYCHY, ul. Damrota 62, (salka przy kościele p.w. św. Marii Magdaleny)	21:00	Wszystkie piątki
Alternatywa	TYCHY, ul. Damrota 62, (salka przy kościele p.w. św. Marii Magdaleny)	10:00	Wszystkie niedziele
Millenium	TYCHY, Plac Zbawiciela 1, (salka przy kościele p.w. św. M. M. Kolbe)	18:00	Trzeci piątek miesiąca
Potrzeba	TYCHY, ul. Elfów 29, (salka przy kościele p.w. św. Rodziny)	19:00	Trzecia niedziela miesiąca
Środek	ORNONTOWICE, ul. Zamkowa 4 (salka przy kościele p.w. św. Michała archanioła)	20:00	Ostatnia środa miesiąca