

Punkt Interwencji Kryzysowej to bezpłatna pomoc psychologiczna, prawna i socjalna dla osób, które znalazły się w trudnej sytuacji życiowej.

Opiera się na sześciu podstawowych etapach:

- 1. Rozpoznanie problemu.**
- 2. Zapewnienie bezpieczeństwa osobie/rodzinie w kryzysie.**
- 3. Wzbudzenie zaufania osoby/rodziny w kryzysie.**
- 4. Przedstawienie wariantów pomocy dla osoby/rodziny w trudnej sytuacji życiowej.**
- 5. Wspólne ułożenie planu wyjścia z sytuacji kryzysowej.**
- 6. Wdrażanie w życie poszczególnych etapów.**

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

726 611 611

Wojewódzki Telefon Wsparcia dla Seniorów

42 208 19 99

**Telefoniczna Poradnia dla Osób Dorosłych
w Kryzysie Emocjonalnym 116 123**