

Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna

w Nowej Soli, ul. Piłsudskiego 65
tel. 68 387 47 00, 68 388 20 81

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie

w Nowej Soli
Ul. Staszica 1A tel. 68/ 457 43 30

Terapia DDA (Dorośle Dzieci Alkoholików) to forma wsparcia i leczenia psychologicznego dorosłych osób, które wychowywały się w domu, w którym przynajmniej jeden rodzic/opiekun był uzależniony od alkoholu. Specyfika dzieciństwa i dorastania w takich okolicznościach jest tak duża, że pozostawia często po sobie piętno na całe życie. **Dorośle Dzieci Alkoholików** są częściej narażone na problemy emocjonalne i mają trudności w utrzymywaniu relacji międzyludzkich. Osoby z syndromem DDA wychowywały się w trudnych warunkach. Zmuszało je to do wzmacniania w sobie pewnych cech, emocji i zachowań, które pomagały im wtedy przetrwać, a dziś stanowią poważną przeszkodę w normalnym funkcjonowaniu.

Współuzależnienie. Konsekwencją życia z partnerem nadużywającym alkoholu może być współuzależnienie. **Osoba współuzależniona:**

- Przejawia silną koncentrację myśli, uczuć i zachowań na osobie pijącej,
- Szuka usprawiedliwień sytuacji picia, zaprzeczania problemowi,
- Ukrywa problem picia przed innymi,
- Przejmuje kontrolę nad piciem osoby bliskiej (ogranicza sytuacje alkoholowe, wylewa alkohol, odmierza ilości, kupuje alkohol, aby pijący nie wychodził z domu itp.)
- Przejmuje odpowiedzialność za zachowania pijącego partnera, łagodzi konsekwencje picia: kłamie, płaci długi, dba o higienę pijącego, o jego wizerunek itp.
- Przejmuje za osobę pijącą obowiązki domowe, które ona zaniedbuje.

Koncentrując się na szukaniu sposobu ograniczenia picia partnera, **osoba współuzależniona** nieświadomie przejmuje odpowiedzialność i kontrolę za jego funkcjonowanie, co w efekcie ułatwia pijącemu dalsze spożywanie alkoholu.

Placówki stacjonarne lecznictwa odwykowego na terenie województwa Lubuskiego

Cibórz – Gmina Skąpe
Wojewódzki Szpital
Specjalistyczny dla
Nerwowo i Psychicznie
Chorych
68/ 341 94 50
(detoksykacja,
terapia,
rehabilitacja)

Międzyrzecz – ul.
Poznańska 109 Szpital
dla Nerwowo i
Psychicznie Chorych
95/ 742 88 05
(detoksykacja,
terapia)

Żary – ul.
Domaniewskiego 2
105 Szpital Wojskowy
68/ 470 78 47
(detoksykacja)

Nowy Dworek 46 –
Gmina Świebodzin
Ośrodek dla Osób
Uzależnionych
68/ 381 10 91
(leczenie,
rehabilitacja)

NZOZ „Horyzont Bis”
Ul. Grobla 29, 66-600
Krosno Odrzańskie
68/ 383 55 00
693 884 370
(terapia)

**Strychy – Katolicki
Ośrodek Terapii i
Wychowania Młodzieży
ANASTASIS**
95/ 749 30 73
663 797 224
(terapia i
rehabilitacja)

Informator Miejski



**Informator zawiera
dane dotyczące placówek
i instytucji udzielających
pomocy w zakresie
rozwiązywania problemów
uzależnień i przemocy
na terenie miasta
Nowa Sól i woj. lubuskiego**

Tel. 68/ 459 03 05

profilaktyka@nowasol.pl



Profilaktyka Nowa Sól

Gdzie szukać pomocy?

*Pomoc udzielana jest bezpłatnie.

Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych przy Urzędzie Miejskim w Nowej Soli, *pok. 118*
Ul. Piłsudskiego 12 tel. **68/ 459 03 05**

Każdy **czwartek** w godz. **16⁰⁰ - 18⁰⁰**
dyżur w Punkcie Konsultacyjnym przy
ul. Drzymały 4 w Nowej Soli.

Punkt Konsultacyjno-Informacyjny dla Ofiar Przemocy w Rodzinie*

w Nowej Soli, *liniawsparcia@nowasol.pl*

Ul. Jaracza 1 tel. **68/ 459 03 90**
czynny **od poniedziałku do piątku**
w godz. 15.00-18.00

W punkcie prowadzone są m.in.:

- ▶ wsparcie psychologiczne dot. przemocy wtorek **15⁰⁰-18⁰⁰**
- ▶ porady prawne i mediacje rodzinne piątek **14⁰⁰-17⁰⁰**
- ▶ porady psychologiczne dla dzieci i rodziców piątek **16⁰⁰-18⁰⁰**
- ▶ konsultacje socjalne poniedziałek, wtorek, środa, czwartek **16⁰⁰-18⁰⁰**

Punkt Konsultacyjno-Informacyjny Przeciwdziałania Narkomanii*

w Nowej Soli
Ul. Jaracza 1 tel. **68/ 459 03 90**
czynny: poniedziałek **16⁰⁰- 18⁰⁰**
środa **16³⁰- 18³⁰**

Punkt Konsultacyjny dla osób z problemem alkoholowym i ich rodzin*
w Nowej Soli,
Ul. Drzymały 4 tel. **530 577 060**
poniedziałek i środa w godz. **17⁰⁰-19⁰⁰**

Ośrodek Profilaktyki i Pomocy Psychiatrycznej Relacja* w Nowej Soli

ul. Wojska Polskiego 37
Rejestracja tel. **669 132 411**

♦ terapia dla osób uzależnionych od alkoholu oraz pomoc psychologiczna i psychiatryczna dla osób dorosłych.

Poradnia Psychologiczna dla Dzieci i Młodzieży* w Nowej Soli ul. Kupiecka 17

Rejestracja tel. **669 132 411**

♦ pomoc psychologiczna i psychoterapeutyczna dla dzieci i młodzieży.

Fundacja Na Rzecz Rodziny i Rozwoju Osobistego* w Nowej Soli

Ul. Traugutta 12B/ 21 tel. **501 232 578**
668 106 976

♦ warsztaty dla dzieci i młodzieży, indywidualne poradnictwo psychologiczne i psychoterapeutyczne, warsztaty dla rodziców.

Stowarzyszenie Monar* w Nowej Soli, ul. Sienkiewicza 37 tel. **793 835 011**

♦ terapia dla osób uzależnionych, poradnictwo dla osób uzależnionych i ich rodzin oraz poradnictwo dot. uzależnień behawioralnych.

Stowarzyszenie Relacja* w Nowej Soli ul. Kościuszki 24E tel. **506 804 548**

- ♦ **terapia grupowa** dla osób uzależnionych od alkoholu: **wtorek i czwartek 17.30 – 19.30**
- ♦ **terapia indywidualna** dla osób z problemem uzależnienia od substancji psychoaktywnych,
- ♦ **warsztaty edukacyjne** oraz programy profilaktyczne dla młodzieży,
- ♦ **terapia indywidualna i grupowa** dla Dorosłych Dzieci Alkoholików i osób współuzależnionych,
- ♦ **poradnictwo** dla osób uzależnionych i ich rodzin, terapia dla rodzin i par.

Specjalistyczny Ośrodek Higieny i Terapii Psychiczej NZOZ Spec – Med.* w Nowej Soli

ul. Witosa 18 tel. **68/ 387 30 40**

Zespół Interdyscyplinarny Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie

w Nowej Soli
Ul. Staszica 1D tel. **68/ 506 63 24**

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej

w Nowej Soli,
ul. Staszica 1D tel. **68/ 506 63 00**

Komenda Powiatowa Policji w Nowej Soli
Ul. Północna 2 tel. **68/ 476 31 11**

Komenda Straży Miejskiej w Nowej Soli
ul. Towarowa 2 tel. **68/ 475 77 80**

Nowosolskie Stowarzyszenie Ludzi Działających na rzecz Trzeźwości w Polsce - klub Ogniwo

tel. **507 057 931**
w Nowej Soli ul. Kościuszki 33
wtorek, czwartek, sobota i niedziela 18⁰⁰-21⁰⁰

Nowosolskie Stowarzyszenie Klub Abstynentów „Odrodzenie” w Nowej Soli ul. Drzymały 4 tel. **600 232 953** **poniedziałek, środa 17⁰⁰-20⁰⁰** **piątek 18⁰⁰-21⁰⁰**

♦ **Grupa wsparcia NA (anonimowych narkomanów)**
w każdą środę o godz. **19⁰⁰**

Telefony Zaufania

- 801 199 990** – Telefon Zaufania Narkomania.
- 801 889 880** – Telefon Zaufania Uzależnienia behawioralne.
- 801 14 00 68** – Pomarańczowa Linia dla rodziców pijących dzieci.
- 800 12 00 02** – Ogólnopolskie Pogotowie Dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”.
- 800 70 22 22** - Linia wsparcia dla osób w stanie kryzysu emocjonalne
- 116 111** - Telefon Zaufania dla dzieci i młodzieży.