

ŚWIATOWY DZIEŃ
ZDROWIA PSYCHICZNEGO,
WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc



**Akcja społeczna pod patronatem
prezydenta miasta Wejherowa
Krzysztofa Hildebrandta**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Wg. Światowej Organizacji Zdrowia zdrowie psychiczne to pełny dobrostan fizyczny, psychiczny i społeczny człowieka.

Głównym celem Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego to rozpowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, zwiększenie świadomości społecznej odnośnie znaczenia zdrowia psychicznego oraz zachęcenie do podejmowania działań na rzecz zdrowia psychicznego.

W Wejherowie już po raz trzeci realizowany jest projekt socjalny związany z obchodami Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego.

Niestety, ze względu na obostrzenia sanitarne związane ze stanem zagrożenia wirusem COVID 19, nie mogą się one odbyć w tym roku w dotychczasowej formie.

III edycja Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego została zatem przeniesiona do Internetu i przyjęła formę informatora w którym każda osoba zainteresowana tematem, może znaleźć instytucję, która świadczy pomoc i wsparcie.

Serdecznie dziękujemy wszystkim Partnerom akcji za włączenie się w jej realizację pomimo obecnej, trudnej sytuacji.

Organizatorzy.

Wejherowo, 10.10.2020r.



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej
w Wejherowie**

**Świadczy pomoc zgodnie z ustawą
o pomocy społecznej z dnia 12 marca 2004r.**



Gdzie?

ul. Kusocińskiego 17, Wejherowo

**tel. 58 677 79 60
tel./fax 58 677 79 61**

e-mail: sekretariat@mops.wejherowo.pl

Kiedy?

**poniedziałek 7.30-17.00
wtorek-czwartek 7.30 -15.30
piątek 7.30-14.00**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Ośrodek Profilaktyki i Rozwiązywania
Problemów Alkoholowych w Wejherowie**

**Wsparcie psychologiczno-terapeutyczne
w zakresie ambulatoryjnych świadczeń
zdrowotnych.**



Gdzie?

ul. Kościuszki 2, Wejherowo

**tel.: 730-092-908
tel./fax: 58-736-37-84**

www.opirpa-wejherowo.pl, sekretariat@opirpa-wejherowo.pl

Kiedy?

**Ośrodek jest czynny:
od poniedziałku do piątku
w godzinach od 8:00 do 20:00**

**Godziny pracy rejestracji:
od poniedziałku do czwartku
od 8:00 do 20:00, piątek 8:00 – 15:00**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

Klub Integracji Społecznej „ŚRÓDMIEŚCIE”

**Indywidualne i grupowe poradnictwo
psychologiczne, prawne i zawodowe.**



Gdzie?

ul. Kopernika 22/1, Wejherowo

58 677 79 78

sekretariat@mops.wejherowo.pl

Kiedy?

poniedziałek 7.30-17.00

wtorek-czwartek 7.30 -15.30

piątek 7.30-14.00



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Stowarzyszenie Wejherowskiego
Uniwersytetu Trzeciego Wieku**

**Rozwijanie społecznych inicjatyw:
naukowych, oświatowych, kulturalnych,
ekologicznych, a także kultury fizycznej i sportu.**



Gdzie?

ul. Kopernika 13, Wejherowo

698 653 304

swutw.wejherowo@gmail.com, www.swutw.pl

Kiedy?

Poniedziałek: 10:30- 14:00

wtorek: 12:00 - 16:30

środa: 11:00 - 13:30

czwartek: 10:00 - 15:00

piątek: 09:00-13:30



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Dom Pomocy Społecznej prowadzony
przez Zgromadzenie Sióstr Miłosierdzia
św. Wincentego a Paulo**

**DOM POMOCY SPOŁECZNEJ
ZGROMADZENIE SIÓSTR
MIŁOSIERDZIA
ŚW. WINCENTEGO a PAULO**

Gdzie?

ul. Św. Jacka 14, Wejherowo

**tel. 58 672 26 00/01
dpssiostrywejherowo@wp.pl**

Kiedy?

**Jesteśmy instytucją całodobową.
Biura pracują:
od 7:30 do 15:30
od poniedziałku do piątku.**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Centrum Psychoterapii „Zwierciadło”
Judyta Popów**

**Pomoc w leczeniu nerwic, depresji,
zaburzeń osobowości, fobii i lęków społecznych.**

**Centrum
Psychoterapii
„Zwierciadło”
Judyta Popów**

Gdzie?

Rybacka 24/1, Wejherowo

**600 789 716,
judyta@psychoterapeutawejherowo.pl
psychoterapeutawejherowo.pl**

Kiedy?

Konsultacje i sesje psychoterapii umawiane są indywidualnie.

**Przed przybyciem do Centrum
proszę o kontakt osobisty – numer telefonu:
600 789 716**

**Jeśli terapeuta nie może odebrać natychmiast,
oddzwania w najbliższym czasie.**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Wejherowskie Stowarzyszenie
na rzecz Osób z Autyzmem**

**Przeciwdziałanie wykluczeniu
i marginalizacji społecznej osób z autyzmem.**



Wejherowskie Stowarzyszenie
na rzecz Osób z Autyzmem

Gdzie?

**J. III Sobieskiego 279, Wejherowo
Świetlica Powiatowego Zespołu Kształcenia Specjalnego
w Wejherowie**

**512-491-171, 660-592-835
autyzm.wejherowo@wp.pl**

Kiedy?

**Poniedziałki - 17.00
lub indywidualnie
po kontakcie telefonicznym.**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Stowarzyszenie Pomocy Osobom
Niepełnosprawnym „Przystanek”**

**Aktywizowanie, wspieranie oraz pomoc
osobom z niepełnosprawnością intelektualną
oraz w kryzysach psychicznych.**



Gdzie?

**Adres realizacji zadań :
ul. Odębna 17, Wejherowo
882-030-451
stowarzyszenie_przystanek@wp.pl**

**Adres siedziby stowarzyszenia:
ul. J.Wejhera 5/2, Rumia**

Kiedy?

**Kręgi Wsparcia - Grupa Samopomocowa
dla Osób Dotkniętych Kryzysem Psychicznym.
Spotkania organizujemy 2 razy w miesiącu,
w czwartki w godz. 15.30-18.30.
Wcześniej prosimy o kontakt telefoniczny
lub mailowy w celu umówienia się na spotkanie.**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Miejska Biblioteka Publiczna
im. Aleksandra Majkowskiego w Wejherowie**



**Miejska Biblioteka Publiczna
im. Aleksandra Majkowskiego
w Wejherowie**

Gdzie?

ul. Kaszubska 14, Wejherowo

58 677-65-70

www.biblioteka.wejherowo.pl

biblioteka@biblioteka.wejherowo.pl

Kiedy?

poniedziałek 9:00 - 15:00 (przerwa 12.00 - 12.30)

wtorek - piątek 11:00 - 17:30 (przerwa 14.00 - 14.30)

sobota 10:00 - 14:00



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Fundacja Zdrowia ESCO
Warsztaty Terapii Zajęciowej**



Gdzie?

**ul.3 Maja 49, Wejherowo
Kierownik Izabela Mazurkiewicz**

**600 049 588
wtzwejherowo@wp.pl**

Kiedy?

**Od poniedziałku do piątku
w godz 8:00-15:00**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Fundacja Zdrowia ESCO
Młodzieżowy Klub Integracyjny TAO**

**Skupia młodzież niepełnosprawną
i wolontariuszy pozwalający rozwinąć
nowe umiejętności i talenty.**



Gdzie?

ul. 3 Maja 49, Wejherowo

**Izabela Mazurkiewicz 600 049 588
imazurkiewicz1@wp.pl**

Kiedy?

**Zajęcia:
wtorki od 15:00- 17:00
w obecnym czasie również zdalnie.**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Fundacja Wspierania Razem po Sukces
Dziecięcy Integracyjny Klub TAO**

**Zajęcia wspierające rodziców i dzieci
od 6 do 18 lat z orzeczeniem
o niepełnosprawności.**



Gdzie?

**ul. 3 Maja 49, Wejherowo
Kierownik Projektów
Iwona Mostowska**

**609 507 971
fundacja.razemposukces@gmail.com**

Kiedy?

**Zajęcia:
czwartki 16:00- 18:00**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Centrum Wspierania Rozwoju
i Komunikacji „NEURONUS” s.c.**

**Pomoc m.in. w zakresie: diagnozy i terapii:
logopedycznej/neurologopedycznej, zaburzeń
Integracji Sensorycznej i psychologicznej.**



Gdzie?

Ul. Rzeźnicka 8, Wejherowo

789302506

789391855

neuronus.wejherowo@gmail.com

www.neuronus.pl

facebook.com/neuronus.wejherowo

Kiedy?

Pn-Pt: 8-19

Sobota: 8-15

**Wizytę należy umówić telefonicznie/mailowo
lub przez kontakt na portalu Facebook.**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Powiatowy Zespół Szkół Policealnych
im. Z. Kieturakisa w Wejherowie**

**Warsztaty: trening kształcący
logiczne myślenie.**



Gdzie?

**ul. Dworcowa 5, Wejherowo
sala nr 1**

58 672 25 44

Kiedy?

**15 października 2020 r.
godz. 15.00 – I grupa, godz. 16.00 – II grupa
godz. 17.00 – III grupa, godz. 18.00 – IV grupa**

Liczba osób w grupie: 5 (włączając opiekunów)

**W celach organizacyjnych prosimy o wcześniejsze zgłoszenie chęci udziału
w warsztatach do dnia 14 października 2020 r. do godz. 15.30
telefonicznie lub mailowo.**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Zespół Parafialny Caritas
przy Parafii Św. Anny w Wejherowie**

**Pomoc w zakresie wydawania posiłków
i paczek żywnościowych.**



Gdzie?

**ul. Reformatów 9
Wejherowo**

Kiedy?

**Posiłki i paczki żywnościowe wydawane są:
poniedziałek- piątek
w godzinach 8.00-12.00
sobota w godzinach 8.30-10.00**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Stowarzyszenie Sportów Walki Shotokan
i lekkiej atletyki w Wejherowie**

**Celem stowarzyszenia jest propagowanie
sportu jako fizycznej i psychicznej przeciwwagi
dla narastających problemów dzisiejszej cywilizacji.**



Gdzie?

84-239 Bolszewo

501234297

**<https://www.facebook.com/KarateShotokanWejherowo/>
www.karateshotokanwejherowo.pl**

Kiedy?

**Wszelkie informacje o treningach zamieszczane są
na facebooku „Karate Shotokan” Wejherowo
lub na stronie internetowej.**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Gabinet psychoterapeutyczny
Zielony Koliber- Karolina Magierek**

**Terapię indywidualną dla osób
doświadczających różnego rodzaju kryzysów.**



Gdzie?

ul. 12 Marca 181/5, Wejherowo

538-478-126

karolina.magierek@gmail.com

Kiedy?

**Wtorek-piątek
godz. 11.00 – 20.00**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

Centrum Integracja Gdynia

Aktywizacja społeczna i zawodowa; pomoc osobom niepełnosprawnym w poszukiwaniu pracy, wsparcie dla pracodawców, bezpłatne wsparcie psychologa, prawnika itp.



Gdzie?

ul. Traugutta 2, Gdynia

**505 606 776, 570 066 306
gdynia@integracja.org**

Kiedy?

**Od poniedziałku do piątku
w godzinach 8.00-16.00**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Powiatowy Zespół Poradni Psychologiczno
Pedagogicznych w Wejherowie**

**Wspomaganie dzieci i młodzieży oraz
udzielanie pomocy rodzicom i nauczycielom
w procesie dydaktyczno-wychowawczym.**



Gdzie?

**ul. Ofiar Piaśnicy 22, Wejherowo
58 672-10-08,
pzwejherowo@wp.pl**

**ul. Pomorska 3, Rumia
58 671-09-56
poradniajanowo@wp.pl**

Kiedy?

**Sekretariaty Poradni są czynne
w okresie epidemii COVID-19
od poniedziałku do piątku
w godzinach 7.30-15.30.**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Powiatowa Biblioteka Publiczna
w Wejherowie**

**Biblioteka w swoich zbiorach posiada
poradniki oraz literaturę fachową dotyczącą
zdrowia psychicznego.**



**POWIATOWA BIBLIOTEKA
PUBLICZNA w Wejherowie**

Gdzie?

ul. Dworcowa 7, Wejherowo

58 736 25 01

535 555 937

powiatowabpw@pbpw.pl

Kiedy?

pn.-wt.: 10.00 -12.00; 12.30 - 17.00

śr.: 8.00 - 12.00; 12.30 - 16.00

czw.-pt.: 10.00 - 12.00; 12.30 - 17.00

sb.: 10.00 - 14.00



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA PSYCHICZNEGO, WEJHEROWO 2020

Kto?, Gdzie?, Kiedy?

...może pomóc

Kto?

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
w Wejherowie**

Pomoc w zakresie ustawy o pomocy społecznej,
udzielanie poradnictwa psychologicznego i prawnego
w ramach interwencji kryzysowej, pomoc w rehabilitacji
zawodowej, społecznej i zatrudnianiu os. niepełnosprawnych.



Gdzie?

ul. Sobieskiego 279A 7, Wejherowo

58 672 40 63 wew. 26,

wew. 34 - psycholog

wew. 31 - prawnik

pcpr@wejherowo.pl

<http://www.pcprwejherowo.pl/>

Kiedy?

Psycholog po uprzednim umówieniu terminu:

Pn. - wt. 8.00-17.45

Śr. - pt. 8.00-18.00

Prawnik po uprzednim umówieniu terminu:

Wt. 16.00-18.00

Czw. 16.00-18.00