



Pomoc psychologiczna także stacjonarnie

2022-02-06

Mieszkańcy Krakowa mogą uzyskać bezpłatne wsparcie psychologiczne w Centrum Pierwszej Pomocy Psychologicznej, umawiając się na konsultację z psychologiem lub terapeutą w jednym z czterech stacjonarnych punktów pomocy.

W razie potrzeby z konsultacji można skorzystać także w formie online. Do tej pory każdy punkt działał dwa razy w tygodniu po pięć godzin. Od stycznia do lutego 2022 r. zwiększona została liczba godzin indywidualnych konsultacji psychologicznych udzielanych w trybie stacjonarnym, jak i online. Punkty w trzech siedzibach będą działać dwa razy w tygodniu po siedem godzin, natomiast porady przy ul. Rostworowskiego, będą udzielane trzy razy w tygodniu: dwa dni po pięć godzin i jeden dzień po cztery godziny.

Z bezpłatnej pomocy psychologicznej mogą korzystać mieszkańcy Krakowa, którzy znaleźli się w kryzysie psychicznym z powodu trudnej sytuacji życiowej, która pojawiła się lub nasiliła w wyniku przedłużającej się pandemii COVID-19.

Pomoc ta kierowana jest głównie do osób doświadczających przemocy w rodzinie, uwikłanych w konflikty rodzinne, do osób uzależnionych, młodzieży doświadczającej izolacji, w związku z brakiem bezpośredniego kontaktu z rówieśnikami, przejściem na nauczanie zdalne, a także wszystkich osób przeżywających trudności psychiczne w związku z drastyczną zmianą funkcjonowania życiowego wynikającej z izolacji z powodu pandemii koronawirusa.

Ze wsparcia udzielanego w centrum skorzystało już ponad **3 tys. osób**.

Konsultacje psychologiczne organizuje Stowarzyszenie UNICORN, a finansuje w całości Gmina Miejska Kraków. Szczegóły [tutaj](#).

Zapisy do psychologa

- przez formularz dostępny [tutaj](#) lub na [Facebooku](#)
- telefonicznie pod numerem **572 882 200**

Adresy punktów pomocy psychologicznej

- al. Jana Pawła II 232 (Nowohuckie Centrum Kultury)
- ul. Aleksandry 1 (siedziba filii Centrum Kultury Podgórze)
- ul. Rostworowskiego 13 (siedziba filii Centrum Kultury Podgórze)
- ul. Śniadeckich 5 (siedziba Stowarzyszenia UNICORN).

Telefoniczna pomoc psychologiczna

W Krakowie można także skorzystać z telefonicznej porady psychologa, o której pisaliśmy [tutaj](#).