

## **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Biłgoraju**

ul. T. Kościuszki 41/43, 23-400 Biłgoraj

tel. (84) 686 10 66

e-mail: [pppbil@poczta.fm](mailto:pppbil@poczta.fm)

strona internetowa: <http://www.ppp.lbl.pl>

facebook: <https://www.facebook.com/pppbilgoraj/>

Poradnia pracuje od poniedziałku do czwartku w godzinach od 7<sup>30</sup> do 18<sup>00</sup> oraz w piątki w godzinach od 7<sup>30</sup> do 16<sup>00</sup>

## **Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Biłgoraju**

ul. Wira Bartoszewskiego 10, 23-400 Biłgoraj

[oik.bilgoraj@gmail.com](mailto:oik.bilgoraj@gmail.com)

tel. (84) 686 41 82

**Jeśli przeżywasz** konflikty rodzinne, doświadczyłeś traumatycznego, bolesnego doświadczenia, potrzebujesz pomocy w Ośrodku Interwencji Kryzysowej w Biłgoraju dyżuruje **psycholog**:

### **Psycholog - Anita Kozak**

pon. 15:30-19:30

wt. 07:30-11:30

śr. 11:00-15:00

czw. 07:30-11:30

pt. 15:30-19:30

### **Psycholog - Marta Ostolska**

wt. 11:30-19:30

śr. 07:30-11:30

czw. 11:30-19:30



*Telefon Zaufania*  
**84 686 41 82**

## **Telefony zaufania Ośrodek Rozwoju Edukacji ORE:**

<https://www.ore.edu.pl/2015/03/gdzie-szukac-pomocy-2/>

## **Telefony zaufania:**

- Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży – tel. 116 111
- Internetowy Telefon Zaufania „Anonimowy Przyjaciel” – pomoc@telefonzaufania.org.pl
- Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” Instytutu Psychologii Zdrowia PTP
- Telefon zaufania dla osób cierpiących z powodu uzależnień behawioralnych i ich bliskich tel. 801 889 880
- Telefon zaufania HIV/AIDS tel. 801 888 448; (22) 692 82 26
- Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki i Narkomania: tel. 801 199 990
- Anonimowa policyjna linia specjalna – tel. 800 120 148
- Antydepresyjny telefon zaufania 22 654 40 41
- Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka 800 12 12 12

## **Poradnie internetowe**

- Antynarkotykowa Poradnia Internetowa
- Uzależnienia behawioralne poradnia internetowa
- Ogólnopolska baza organizacji pozarządowych
- Lista ośrodków interwencji kryzysowej