

Ośrodki Pomocy Społecznej w Powiecie Nowosolskim

- Ośrodek Pomocy Społecznej Gmina Nowa Sól
ul. Moniuszki 3
tel. 68 356 16 90
- Ośrodek Pomocy Społecznej w Bytomiu Odrzańskim
ul. Rynek 1
tel. 68 388 40 22
- Ośrodek Pomocy Społecznej w Siedlisku
ul. Plac Zamkowy 6
tel. 68 388 32 30
- Ośrodek Pomocy Społecznej w Kolsku
ul. Piastowska 12
tel. 68 352 11 16
- Ośrodek Pomocy Społecznej w Koźuchowie
ul. 1 Maja 40
tel. 68 355 33 76
- Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowym Miasteczku
ul. 22 Lipca 18
tel. 68 388 89 47
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Niedoradzu
ul. Kochanowskiego 8a
tel. 68 355 94 18



**Bezpłatny,
całodobowy
telefon zaufania
dla dzieci i
młodzieży**



116-111

**Możesz również napisać e-mail
lub skorzystać z bezpłatnego
czatu na stronie internetowej:**

www.116111.pl



Powiatowe Centrum
Pomocy Rodzinie
w Nowej Soli

**WOJEWÓDZTWO LUBUSKIE
POWIAT NOWOSOLSKI**

**Zadbaj
o swoje
zdrowie
psychiczne**



**Broszura
informacyjna dla
dzieci i młodzieży w
kryzysie psychicznym**

**Masz prawo czuć się
lepiej- porozmawiaj z
kimś, kto chce Ci
pomóc!**

Czasem każdy z nas ma trudne chwile- możemy czuć smutek, złość, strach albo zagubienie. To całkowicie normalne! W takich momentach warto porozmawiać z psychologiem. To osoba, która wysłucha Cię, zrozumie i pomoże znaleźć sposób, by poczuć się lepiej.

Nie musisz być sam ze swoimi problemami. Szukanie pomocy to odwaga, nie słabość!

Twój głos i Twoje uczucia są ważne. Jesteśmy tu dla Ciebie. ❤️

Razem z nami!



Instytucje pomocowe w Nowej Soli

- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowej Soli
ul. Staszica 1D
tel. 68 506 63 00
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Nowej Soli
ul. Staszica 1A
tel. 68 457 43 30
- Fundacja Na Rzecz Rodziny i Rozwoju Osobistego
ul. Zielonogórska 63c
tel. 536 779 907
- Stowarzyszenie Relacja w Nowej Soli
ul. Kościuszki 24E
tel. 506 804 548
- Poradnia Psychologiczna dla Dzieci i Młodzieży w Nowej Soli
ul. Kupiecka 17
tel. 506 925 154
- PsychoCENTRUM
ul. Wrocławska 2
tel. 790 470 505
- Fundacja LUSTRO
ul. Garbarska 6/2
tel. 502 633 695/ 536 543 105
- Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Nowej Soli
ul. Piłsudskiego 65
tel. 68 387 47 00
- Punkt Konsultacyjno-Informacyjny dla Ofiar Przemocy w Rodzinie
ul. Jaracza 1
tel. 68 459 03 90
- Zespół Interdyscyplinarny Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Nowej Soli
ul. Staszica 1D
tel. 68 506 63 24
- Komenda Powiatowa Policji w Nowej Soli
ul. Północna 2
tel. 477933200
- Poradnia Profilaktyczno-Konsultacyjna Stowarzyszenia Monar
ul. Sienkiewicza 37
tel. 793 835 011
- Specjalistyczny Ośrodek Higieny i Terapii Psychicznej NZOZ "SPEC-MED"
ul. Witosa 18
tel. 68 387 30 40