

Szanowni Rodzice,

przekazujemy Państwu informację nt. dodatkowych, możliwych form wsparcia i pomoc dla osób, które znalazły się w sytuacji kryzysowej w związku z pandemią koronawirusa, osób objętych kwarantanną, chorych i ich rodzin

**Na terenie naszego województwa działają następujące ośrodki udzielające wsparcia:**

- **Regionalny Ośrodek Metodyczno-Edukacyjny Metis w Katowicach:** prowadzi telefoniczne porady psychologa i pedagoga pod numerem 32 209 53 14 od poniedziałku do piątku w godzinach od 8:00 do 15:00 - więcej informacji dotyczących sposobów radzenia sobie w sytuacji kryzysowej na stronie internetowej Ośrodka - [www.metis.pl](http://www.metis.pl);
- **Centrum Psychiatrii im. dr Krzysztofa Czumy w Katowicach** - bezpłatne wsparcie psychologiczne na rzecz osób potrzebujących wsparcia psychologicznego i porady lekarskiej z powodu epidemii oraz jej skutków
  - dla personelu medycznego, chorych i ich rodzin,
  - dla osób objętych kwarantanną,
  - dla wszystkich przeżywających kryzys psychiczny.

Pomoc można uzyskać od poniedziałku do soboty poprzez:

- Skypea pod hasłem [wsparcie@centrumpsychiatrii.eu](mailto:wsparcie@centrumpsychiatrii.eu)
- pocztę elektroniczną - [wsparcie@centrumpsychiatrii.eu](mailto:wsparcie@centrumpsychiatrii.eu).
- rozmowę - wykaz dni, godzin i nr telefonów:

poniedziałek godz. 11:00 - 13:00 - tel. kom. 504 566 135,

wtorek godz. 9:00 - 11:00 tel. 32 603 85 19 oraz godz. 16:00-18:00 - tel. 32 603 84 24,

środa godz. 9:00 - 11:00 - tel. 32 603 8519 oraz godz. 14:00-17:00 - tel. 32 604 84 24,

czwartek godz. 11:00 - 14:00 oraz godz. 16:00-18:00 - tel. 32 603 84 24;

piątek godz. 11:00 - 14:00 - tel. 32 603 84 24,

sobota godz. 13:00 - 16:00 - tel. kom. 509 540 582.

Więcej informacji na

stronie: [www.centrumpsychiatrii.eu/aktualnosci.php](http://www.centrumpsychiatrii.eu/aktualnosci.php)