

# Szanowni Mieszkańcy

W tym szczególnym czasie próby naszych postaw obywatelskich, Miasto Gdańsk kieruje różne formy wsparcia do osób, które najbardziej potrzebują pomocy innych jak; seniorzy i seniorki, ale także osoby schorowane i z niepełnosprawnościami oraz osoby pozostające w kwarantannie. Właśnie do tych osób kierowane jest wsparcie w czasie epidemii w dwóch podstawowych obszarach:

## 1. pomoc w zakresie dostawy żywności oraz zakupów.

Z tej formy pomocy mogą skorzystać gdańszczanki i gdańszczanie, którzy nie radzą sobie w epidemicznym czasie z zapewnieniem sobie żywności lub dokonaniem podstawowych zakupów, a nie mogą liczyć w tym zakresie na zainteresowanie rodziny, znajomych czy sąsiadów. W takich ekstremalnych przypadkach wolontariusze gdańskiego MOPR lub z organizacji pozarządowych współpracujących z Ośrodkiem m.in. dostarczą potrzebującym produkty żywnościowe, niezbędne leki.

Wystarczy zadzwonić pod wskazany numer telefonu **500 218 337** (czynnym w godz. od 8.00 do 21.00) lub pisząc na adres e-mail: [wsparcie@mopr.gda.pl](mailto:wsparcie@mopr.gda.pl)

Wsparcie świadczone jest z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, obowiązujących w okresie epidemii.

## 2. pomoc psychologiczną dla wskazanej grupy osób,

Dzięki tej pomocy zainteresowani mogą porozmawiać ze specjalistą w sytuacjach przeżywanych obaw, lęków i niepokoju. Temu właśnie służą bezpłatne konsultacje z profesjonalną kadrą prowadzone obecnie przez 7 podmiotów w Gdańsku.

**Bezpłatne telefoniczne konsultacje psychologiczne** prowadzone są przez:

1. Ośrodek Interwencji Kryzysowej MOPR w Gdańsku – całodobowo – tel.: **58 511 01 21, 58 511 01 22,**
2. psychologa Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie - w godz. pracy Ośrodka – tel.: **508 901 118,**
3. Fundacja Oparcia Społecznego A. FOSA Punkt Interwencji Kryzysowej w Gdańsku – tel.: **787 960 860,**
4. Fundacja Pomorskie Centrum Psychotraumatologii – tel.: **660 765 050 lub 721 613 787,**
5. Gdańskie Centrum Profilaktyki Uzależnień – w godz. pracy Centrum - tel. **58 320 44 04,**
6. Gdański Ośrodek Pomocy Psychologicznej dla Dzieci i Młodzieży, w godz. 8.00-16.00, tel: **58 347 87 89 lub 58 347 89 30,**
7. Fundacja „Dajemy Dzieciom Siłę” - Centrum Pomocy Dzieciom – w godz. 8.00-18.00, tel.: **58 718 73 68.**

Rada Dzielnicy  
i Zarząd SM VII Dwór