

## Akademickie Wsparcie Psychologiczne

### STUDENCIE !!!

**Jeśli masz problem ... pozwól sobie pomóc.**

**Jeśli zauważysz, że osoba z Twojego otoczenia ma problem, skontaktuj się z nami.**

Politechnika Koszalińska, Dział Studencki, ul. Śniadeckich 2, pok. 603  
mgr Agnieszka Rydzkowska, poniedziałek – piątek w godz. 7.30 – 15.30  
tel. (94) 34 78 603, e-mail: [akademickapomoc@tu.koszalin.pl](mailto:akademickapomoc@tu.koszalin.pl)

---

**Tu możesz uzyskać pomoc i poradę ludzi kompetentnych.  
Możesz to zrobić anonimowo bez narażania się na niepotrzebne uwagi, przykrości  
oraz obawy, że o Twoich sprawach będą wiedzieli wszyscy.**

### Środowiskowe Centra Zdrowia Psychicznego (ŚCZP dla dorosłych w Koszalinie)

*Z radością pragniemy przekazać Państwu informację, że Środowiskowe Centrum Zdrowia  
Psychicznego dla Dorosłych w Koszalinie uruchomiło całodobową infolinię.  
Jesteśmy do Państwa dyspozycji 7 dni w tygodniu, przez 24 godziny na dobę pod numerem:  
94-712-55-55.*

*Nasi specjaliści udzielą Państwu specjalistycznego wsparcia w sytuacjach kryzysowych oraz  
przełożą wszelkie informacje w zakresie usług oferowanych przez Środowiskowe Centrum  
Zdrowia Psychicznego w Koszalinie.  
Usługi świadczone przez nasze Centrum są bezpłatne.  
Zapraszamy do kontaktu.*

---

Stowarzyszenie Profilaktyki i Terapii „Młodzi – Młodym” – Młodzieżowy Telefon Zaufania, ul.  
Zwycięstwa 168 w Koszalinie:  
**mgr Violetta Południak** – psycholog, terapeuta rodzinny, tel. **501 640 467**  
**mgr Marta Wołoszyn** – psycholog, socjoterapeuta, tel. **502 103 664**  
**e-mail: stowmm@gmail.com**

Punkt Wsparcia Psychologicznego w Domu Miłosierdzia Bożego w Koszalinie, ul. Aleja Monte  
Cassino 7  
**ks. dr Radosław Siwiński** - filozof; tel. **660 53 95 14**, e-mail: [poczta@dommilosierdzia.pl](mailto:poczta@dommilosierdzia.pl)

[Duszpasterstwo Akademickie Koszalin](#), ul. Ks. Staszica 38, Koszalin  
**ks. dr Remigiusz Szauer** – duszpasterz akademicki, socjolog; e-mail: [ks.remigiusz@wp.pl](mailto:ks.remigiusz@wp.pl) lub [dakoszalin@gmail.com](mailto:dakoszalin@gmail.com)

[Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży:](#)

tel. **116 111** w godz. 12.00 – 22.00

[Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”:](#)

tel. **801 12 00 02**

[Uzależnienia behawioralne:](#)

tel. **801 889 880**

Telefon Zaufania Anonimowych Alkoholików Koszalin:

tel. **(094) 342-40-53**

[Polskie Towarzystwo Zapobiegania Narkomanii Oddział w Koszalinie:](#)

tel. **(094) 341 01 01**

[Ogólnopolski Telefon Zaufania \(Narkotyki — Narkomania\):](#)

tel. **801 199 990**

[Anonimowa policyjna linia specjalna:](#)

tel. **800 120 148**

---

Codziennosc pomocy osobie chorej na depresje Towarzyszenie osobie w kryzysie, chorobie, dlugotrwalym problemie jest zawsze sytuacja trudna, emocjonalnie obciazajaca. Nie mozna sie do niej wczesniej przygotowac, gdyz sila naszych mechanizmow obronnych sprawdza sie w dzialaniu i postawach uwidaczniajacych sie w tych sytuacjach. Rzadko potrafimy trafnie przewidziec, jak zachowalibyśmy sie w przypadku choroby kogos bliskiego, jak odczuwamy wlasna bezradnosc, w jakiej mierze jesteśmy w stanie „magazynowac” w sobie trudne emocje innych. Dowiedz sie wiecej...

[Kliknij i czytaj teraz!](#)

**Działania obejmują** następujące województwa:  
zachodniopomorskie, lubuskie, dolnośląskie,  
kujawsko-pomorskie, opolskie, śląskie,  
wielkopolskie, łódzkie.

[wejdź na zdrowiepsychiczne.org](#)

[wejdź na zdrowiepsychiczne.org](#)

