

¹OŚRODKI ZDROWIA PSYCHICZNEGO NA TERENIE ŁODZI, W KTÓRYCH UDZIELANA JEST BEZPŁATNA POMOC W ZAKRESIE ZDROWIA PSYCHICZNEGO ORAZ TELEFONY ZAUFANIA OGÓLNOPOLSKIE

➤ W SYTUACJI NAGŁEGO KRYZYSU PSYCHICZNEGO

ZDROWIE PSYCHICZNE I TELEFONY OGÓLNE

Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Łodzi

Bezpłatna pomoc psychologiczna dla osób, które znalazły się w trudnej sytuacji życiowej.

Tel. 42 630 11 02 (od pon do pt w godz. 9-20), [OIK ŁÓDŹ](#)

Więcej: [OIK Polska](#)

Telefon zaufania: 19 288 (od po do pt w godzinach 20:00 - 8:00, w sob, ndz i święta całodobowy)

Telefon Zaufania dla Dorosłych

Tel. 116 123 (pn - ndz w godz. 14-22), [116111](#)

Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Kryzysie Psychicznym

Tel. 800 702 222 (całodobowy), [Centrum Wsparcia](#)

Antydepresyjny Telefon Zaufania Fundacji Itaka

Tel: 22 484 88 01 (czynny od poniedziałku do piątku od 15:00 do 20:00)

Nie chcesz dzwonić? Napisz: porady@stopdepresji.pl, [Stop Depresji](#)

Telefon wsparcia dla osób doświadczających zaburzeń lękowych

Tel. 22 270 11 65 (od pon do czw, 18-21), psycholog@stowarzyszenieanimi.pl, [Stowarzyszenie Animo](#)

Życie warte jest rozmowy: [ZWJR](#)

Forum Przeciw Depresji: [Forum Przeciw Depresji](#)

UWAGA! W sytuacji zagrożenia zdrowia lub/i życia dzwoń pod nr alarmowy 112 - Centrum Powiadamiania Ratunkowego!

PRZEMOC

Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie "Niebieska Linia": dla ofiar i świadków

Tel.: 800 120 002 (czynny całodobowo), niebieskalinia@niebieskalinia.info, [Niebieska linia](#)

Centrum Praw Kobiet – oddział w Łodzi

Tel. (42) 633-34-11 / kom: 736-608-493 (czynny od poniedziałku do piątku od 9 do 17)

e-mail: cpk_lodz@cpk.org.pl, [CPK Łódź](#)

TELEFON INTERWENCYJNY (Centrum Praw Kobiet - Warszawa)

600 070 717 (całodobowy), [CPK Warszawa](#)

Policyjny Telefon Zaufania Ds. Przeciwdziałania Przemocy W Rodzinie

800 120 226 (czynny od poniedziałku do piątku od 9.30 do 15.30)

¹ Wykaz zawiera **przykładowe** miejsca, gdzie udzielane są bezpłatne usługi w zakresie zdrowia psychicznego na terenie Łodzi. W celu stwierdzenia aktualności podanych danych oraz wymaganych formalności i warunków korzystania należy skontaktować się z danym miejscem bezpośrednio.

UZALEŻNIENIA

Telefon Zaufania Uzależnienia Behawioralne przy Instytucie Psychologii Zdrowia PTP

Tel.: 801 889 880 (czynny codziennie, także w weekendy w godzinach 17:00-22:00), [Psychologia Edu](#)

Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki - Krajowe Biuro do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii

Tel.: 800 199 990 (czynny codziennie w godzinach 16:00-21:00), [Krajowe Biuro Przeciwdziałania Narkomanii](#)

Ogólnopolska Infolinia Anonimowych Alkoholików

Tel.: 801 033 242 (czynna codziennie w godz. 8:00-22:00), [AA](#)

POZOSTAŁE

Telefon wsparcia dla osób w żałobie Fundacji Nagle Sami

Tel: 800 108 108 (czynny od poniedziałku do piątku od 14:00 do 20:00), [Nagle Sami](#)

Infolinia dla osób LGBT+. Lambda Warszawa

Tel: 22 628 52 22 (czynny od poniedziałku do piątku, w godzinach 18:00-21:00), [Lambda Warszawa](#)

Telefon zaufania dla osób z HIV/AIDS

Tel: 801 888 448, 22 692 82 26 (czynny od pon do pt – z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy od 9:00 do 21:00), [AIDS GOV](#)

➤ OŚRODKI ZDROWIA PSYCHICZNEGO NA TERENIE ŁODZI

INFORMACJĘ NT. OŚRODKÓW ZDROWIA PSYCHICZNEGO W CAŁEJ POLSCE MOŻESZ UZYSKAĆ M.IN. TUTAJ:

[Świat Przychodni](#)

[Terminy leczenia NFZ](#)

[Informator o zawartych umowach NFZ](#)

[Ośrodki Interwencji Kryzysowej Polska](#)

1. Poradnia Psychologiczna

Adres: Ul. Niciarniana 41, Łódź

Tel. 42 676 16 61

2. Centrum Zdrowia Psychicznego Łódź Bałuty

- działający w ramach Poradni Zdrowia Psychicznego Punkt Zgłoszeniowo-Koordynacyjny (PZK), zlokalizowany na terenie Szpitala im. J. Babińskiego w Łodzi, ul. Aleksandrowska 159, pawilon III, PZK, parter, gabinet nr 4.

Telefon: 42 7155918,

czynny w dni robocze w godzinach 8.00-18.00.

- Punkt Zgłoszeniowo-Koordynacyjny (PZK)

zorganizowany w siedzibie Fundacji "Uwolnienie" w Łodzi, ul. Inowrocławska 5a,

Telefon 42 300-10-62, email: psz@uwolnienie.pl

czynny od poniedziałku do piątku w godz. 9.00 – 19.00

Poradnia Zdrowia Psychicznego dla dorosłych „Lniana”, zlokalizowana w Łodzi, ul. Lniana 2, czynna w godz. 7.30-20.00, tel. 42 6527391

3. Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dorosłych

Przychodnia Leczniczo-Konsultacyjna Klinik Psychiatrycznych –mieści się w budynku A1 (CKD), ul. Pomorska 251, e-mail: pzp.rejestracja@csk.umed.pl

Tel. 42 201 44 88

4. Poradnia Zdrowia Psychicznego. Szpital MSWiA

Tel. 42 634 11 45

5. Poradnia Zdrowia Psychicznego. NZOZ Centrum Medyczne Szpital św. Rodziny

Adres: ŁÓDŹ-ŚRÓDMIEŚCIE, UL. WIGURY 19

Telefon:(042) 254 96 00

6. SP ZOZ Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. WAM UM w Łodzi – Centralny Szpital Weteranów Poradnia Psychologiczna,

ADRES: ul. Żeromskiego 113, 90-549 Łódź

Telefon: 42/ 639 36 63

7. Poradnia Zdrowia Psychicznego. Centrum Medyczne Remedium

Adres: ŁÓDŹ-GÓRNA, GEN. JAROSŁAWA DĄBROWSKIEGO 15 B

Telefon: +48 42 230 91 28

8. Poradnia Zdrowia Psychicznego. Centrum Medyczne Medycyna Grabieniec

Adres: ŁÓDŹ-POLESIE, CHŁOPICKIEGO 49

Telefon: +48 422 371 627

9. Poradnia Zdrowia Psychicznego- Specjalistyczny Psychiatryczny Zespół Opieki Zdrowotnej W Łodzi.

Adres: ŁÓDŹ-GÓRNA, SIERADZKA 11

Telefon: +48 42 715 57 28

10. Poradnia Zdrowia Psychicznego- Poradnia Zdrowia Psychicznego "Lniana"

Adres: ŁÓDŹ-BAŁUTY, LNIANA 2

Telefon: +48 42 715 57 24, 42 6527391

11. Poradnia Zdrowia Psychicznego- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej "Centrum Medicus"

Adres: ŁÓDŹ-ŚRÓDMIEŚCIE, PIOTRKOWSKA 100

Telefon:+48 426 309 393

12. Poradnia Zdrowia Psychicznego- Zakład Opieki Zdrowotnej Spółki Z O.O. "Adamed" - Gabinet Psychiatryczny - Konsultacje

Adres: ŁÓDŹ-GÓRNA, IGNACEGO PADEREWSKIEGO 11

Telefon: (042)640 37 38

13. Poradnia Zdrowia Psychicznego- Wojskowa Specjalistyczna Przychodnia Lekarska

Adres: ŁÓDŹ-BAŁUTY, SPORNA 19/23

Telefon: +48 261 444 830

14. Poradnia Zdrowia Psychicznego- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji W Łodzi

Adres: ŁÓDŹ-BAŁUTY, PÓŁNOCNA 42

Telefon:(042)634 11 45

15. Poradnia Zdrowia Psychicznego- Przychodnia Specjalistyczna "Nowa"

Adres: ŁÓDŹ-GÓRNA, TATRZAŃSKA 109

Telefon: +48 42 643 28 02

16. Poradnia Zdrowia Psychicznego- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Centralny Szpital Kliniczny Uniwersytetu Medycznego W Łodzi

ŁÓDŹ-WIDZEW, POMORSKA 251

Telefon:+48 42 675 72 19

17. Poradnia Zdrowia Psychicznego- Centrum Leczenia Uzależnień Zaburzeń Psychiczych i Przewlekłych Stanów Stresowych i Kryzysowych

Adres: Inowrocławska 5A, 91-020 Łódź-Bałuty

Telefon: 426 406 240

18. Centrum Medyczne MKK Trimed - Oddział Dzienny Zaburzeń Nerwicznych

Adres: Zawiszy Czarnego 8/10, 91-829 Łódź-Bałuty

Telefon: 426 572 023 Telefon: 426 572 023

19. Infolinia Miejskiego Centrum Terapii i Profilaktyki Zdrowotnej

Telefon: 42 630 11 02 (w godz. 6:00 do 20:00)

42 19 288 (po godz. 20:00)

20. Fundacja Wsparcia Psychospołecznego

Telefon: 794 430 463, pomocpsychospoleczna@op.pl

<https://pomocpsychospoleczna.pl/>

21. Poradnia Psychologiczno-Psychiatryczna Ego. Oddział Dzienny Leczenia Zaburzeń Nerwicznych

Adres: Bolesława Limanowskiego 194/196, 91-027 Łódź-Bałuty

Telefon: 422 515 151

22. SUBVENIO. Ośrodek pomocy dla osób pokrzywdzonych przestępstwem

Adres siedziby: ul. Kościuszki 106/116, Łódź 90-442

Tel. +48-514-025-546, e-mail: kontakt@subvenio.org.p

23. Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Caritas Archidiecezji Łódzkiej

Adres: ŁÓDŹ-WIDZEW, Marsz. Edwarda Śmigłego-Rydza 24/26

Telefon: +48 426 789 112

24. Poradnia Psychologiczna. Centrum Medyczne Profamilia. Zakład Lecznictwa Specjalistycznego I Rehabilitacji

Adres: ŁÓDŹ-BĄŁUTY, STEFANA 2, Telefon: +48 42 288 11 20

25. Centrum Zdrowia Psychicznego Multimed

Tel: (0-42) 647-06-73

Adres: ŁÓDŹ 90-034, ul. Przędzalniana 1/3

26. Centrum Praw Kobiet – oddział w Łodzi

ADRES: ul. Piotrkowska 115/4 (I piętro, w budynku w podwórzu), Łódź

Telefon: (42) 633-34-11 / kom: 736-608-493

27. Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie

Adres: Franciszkańska 85, 91-812 Łódź

Telefon: 42 640 65 91

28. Poradnia Terapii Uzależnienia od Substancji Psychoaktywnych

Adres: Ul. Niciarniana 41, Łódź

Tel. 42 676 16 61

29. Poradnia Leczenia Uzależnień

Adres: Ul. Niciarniana 41, Łódź

Tel. 42 676 16 61

30. Oddział Leczenia Uzależnień

Adres: 92-320 Łódź, ul. Niciarniana 41

Tel. 42 674 98 90

31. Oddział Leczenia Alkoholowych Zespołów Abstynencyjnych (detoksykacji)

Adres: 93-133 Łódź, ul. Kilińskiego 232

Tel. 42 684 08 13

32. STOWARZYSZENIE MONAR. PORADNIA TERAPII UZALEŻNIEŃ OD SUBSTANCJI PSYCHOAKTYWNYCH

Adres: Wólczajska 225, 93-005 Łódź

Telefon: 426 842 397

33. STOWARZYSZENIE MONAR

PORADNIA PROFILAKTYKI, LECZENIA I TERAPII UZALEŻNIEŃ

Adres: Tuszyńska 106, 93-305 Łódź-Górna

Telefon: 426 464 012

34. Infolinia NFZ, Tel. 800 190 590 - zadzwoń pod bezpłatny numer i poproś o rozmowę z psychologiem.

Wykaz na podstawie:

[Informator o zawartych umowach z NFZ](#)

[Terminy leczenia Nfz](#)

[Ośrodki Interwencji Kryzysowej w Polsce](#)

[Chylinski Lodz](#)

[Świat przychodni](#)

[Subvenio](#)

[Mkktrimed](#)

[Multimed](#)

[Praesterno](#)

[CSR Bezposrednie Dzialania](#)

[Poradnia Ego](#)