

**WROCŁAWSKI
INFORMATOR
RODZINNY**



**WITAJ
WE WROCŁAWIU**



Drodzy Rodzice,

Trzymacie w rękach **Wrocławski Informator Rodzinny** – publikację, która zawiera informacje przydatne dla rodziców nowo narodzonych dzieci. Znajdziecie tutaj w pigułce informacje na temat **wsparcia** oferowanego przez Wrocław rodzinom i dzieciom.

Tak Państwo, jak i każdy **Mały Wrocławianin** jest dla nas niezwykle ważny. Cieszymy się, że jesteście z nami i dziękujemy, że zdecydowaliście się związać przyszłość swoją i swoich dzieci z Wrocławiem.

Jacek Sutryk
Prezydent Wrocławia



projekt graficzny: Marta Kostrzewa

konsultacja merytoryczna:

Miejska Biblioteka Publiczna we Wrocławiu

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej we Wrocławiu

Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych UM Wrocławia

Wrocław 2026

Wrocławskie Centrum Rozwoju Społecznego

pl. Dominikański 6

50-159 Wrocław

tel.: 71 772 49 00

mail: wyprawkawroclawska@wcrs.pl

strona internetowa: wcrs.pl

SPIS TREŚCI

I. WSPARCIE

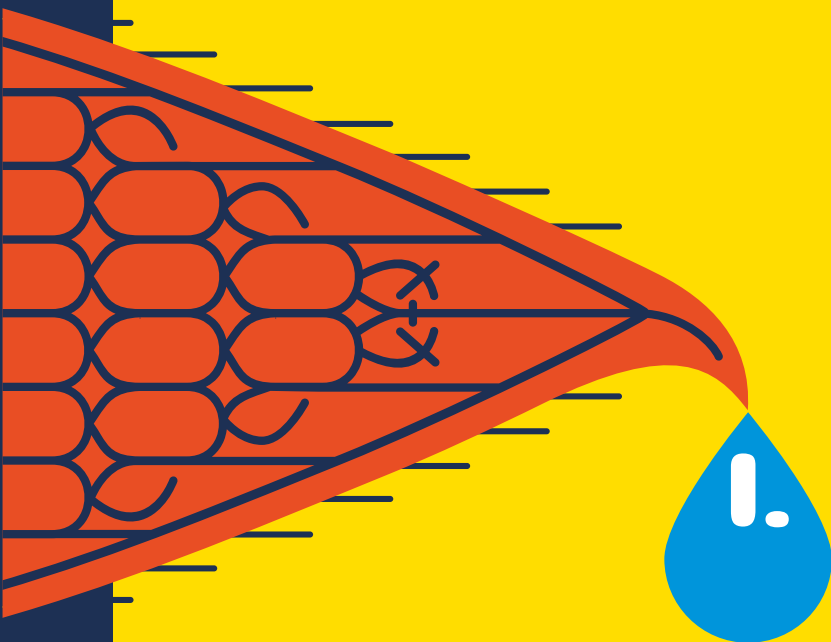
1. Nasz Wrocław – bezpłatny program miejski	7
2. Żłobki i kluby dziecięce	8
3. Świadczenia rodzinne	9
4. Świadczenie wychowawcze 800+	10
5. Karta Dużej Rodziny	11
6. 2+3 i jeszcze więcej	12
7. Bank Niemowlaka	14
8. Bank Mleka Kobięcego	14
9. Ośrodki informacji i edukacji dla rodziców	15
10. Asystent rodziny	16
11. Wrocławski opiekun dzienny	17
12. Wsparcie dla rodziców dzieci z niepełnosprawnością – dodatkowe informacje	18
13. Program Wsparcia kobiet ciężarnych i matek dzieci z wrodzoną wadą rozwojową oraz ich rodzin pn. „OD-ŻYJ” . . .	19
14. Program „Za Życiem”	20
15. Wsparcie dla rodziców wieloraczków – dodatkowe informacje	21

II. ROZWÓJ

1. Kluby Rodzica	23
2. Klub Mam	24
3. Ojcowski Klub	25
4. Inne miejsca rozwoju dla rodziców	25
5. Wrocławska oferta kulturalna	26

III. ADRESOWNIK

1. Szpitalne Oddziały Ratunkowe	31
2. Opieka nocna i świąteczna Opieka dentystyczna	32
3. Apteki całodobowe	33
4. Poradnie rodzinne	34
5. Poradnie laktacyjne	41
6. Wieloaspektowe wsparcie rodziny	42
7. Urlopy rodzicielskie	43



WSPARCIE
OPIEKUŃCZE
FINANSOWE
MATERIALNE

1. NASZ WROCŁAW – BEZPŁATNY PROGRAM MIEJSKI

Program Nasz Wrocław to nowa odsłona programu URBANCARD Premium, którego celem jest zachęcenie mieszkańców Wrocławia do aktywnego spędzania wolnego czasu oraz udziału w życiu miasta. Przynosi wymierne oszczędności dla wrocławian – poprzez system zniżek w ośrodkach kultury, sztuki, obiektach sportowych czy placówkach edukacyjnych.

Mieszkasz we Wrocławiu i rozliczasz tu podatek dochodowy? Możesz szybko i łatwo zostać uczestnikiem programu i bez przeszkód korzystać z atrakcyjnych zniżek. **Dołącz do bezpłatnego programu, pobierając aplikację mobilną Nasz Wrocław!**

Dodatkowo, zgodnie z zasadami programu Nasz Wrocław, jeżeli posiadasz aktywne konto, razem z Tobą ze zniżek mogą korzystać Twoje dzieci (max. 5 do uzyskania pełnoletności). Już teraz zostań użytkownikiem programu!

Szczegółowe informacje:

www.wroclaw.pl/nasz-wroclaw ➔



NASZ WROCŁAW

Dołącz do bezpłatnego programu Nasz Wrocław i korzystaj z możliwości, jakie daje miasto

Wrocław miasto spotkań

Zarejestruj się na stronie
www.wroclaw.pl/nasz-wroclaw
lub pobierz aplikację Nasz Wrocław



Wraz z Wyprawką Wrocławską i Wrocławskim Informatorem Rodzinnym otrzymujesz dodatkowo **jednorazowe specjalne kupony rabatowe** do zrealizowania u wybranych partnerów. Kupony są zamieszczone w folderze, który znajdziesz w Wyprawce Wrocławskiej.

2. ŻŁOBKI I KLUBY DZIECIĘCE

Aktualny rejestr żłobków i klubów dziecięcych oraz mapa lokalizacji żłobków, klubów dziecięcych i dziennego opiekuna:
sprawdź w wyszukiwarce ➤

Rekrutacja do żłobków publicznych oraz żłobków niepublicznych, klubów dziecięcych i dziennych opiekunów, z miejscami dotowanymi przez Gminę Wrocław, aktualności, dokumenty:
www.rekrutacja-zlobki.um.wroc.pl/wroclaw/zlobek

- rekrutacja: w sposób ciągły, **przez cały rok** za pomocą systemu elektronicznego
 - ~ jednakowe zasady rekrutacji dla żłobków publicznych i niepublicznych z dofinansowaniem
- kryteria obowiązkowe:
 - ~ wiek dziecka: ukończone 20 tygodni życia w dniu przyjęcia
 - ~ zamieszkanie przynajmniej z jednym rodzicem/prawnym opiekunem na terenie Wrocławia

3. ŚWIADCZENIA RODZINNE

PUNKT	GODZINY PRZYJĘĆ	KONTAKT
Dział Świadczeń MOPS	Poniedziałek, wtorek, środa i piątek: 7.30–15.00 Czwartek: 7.30–16.30	tel.: 71 78 22 354 e-mail: dzsw@mops.wroclaw.pl
ul. Namysłowska 8, BOK parter		Biuro Obsługi Klienta tel.: 71 79 99 274.

Szczegóły, wnioski, dokumenty:
www.mops.wroclaw.pl → **Formy pomocy** → **Świadczenia rodzinne**

„BECIKOWE”

- **jednorazowa** zapomoga z tytułu urodzenia się dziecka

ŚWIADCZENIE RODZICIELSKIE

- świadczenie przyznawane **przez rok** (52 tygodnie) w przypadku urodzenia jednego dziecka

ZASIŁEK RODZINNY

- świadczenie przyznawane do 18 roku życia lub 21 roku życia (dziecko uczące się) lub 24 roku życia (dziecko uczące się, z orzeczeniem o niepełnosprawności)

Dodatki do zasiłku rodzinnego (przysługują **tylko** jeśli przyznano zasiłek rodzinny):

- **dodatek z tytułu urodzenia dziecka:** 1 000 zł jednorazowo na każde urodzone dziecko (czyli 2 000 zł w przypadku bliźniąt itd.)
- **dodatek z tytułu opieki nad dzieckiem w okresie korzystania z urlopu wychowawczego:** 400 zł miesięcznie przez 24 miesiące kalendarzowe w przypadku jednego dziecka
- **dodatek z tytułu samotnego wychowywania dziecka:** 193 zł miesięcznie na dziecko, nie więcej jednak niż 386 zł na wszystkie dzieci; warunek: brak świadczenia alimentacyjnego

- **dodatek z tytułu wychowywania dziecka w rodzinie wielodzietnej:**
195 zł miesięczne na trzecie i na następne dzieci uprawnione do zasiłku rodzinnego

WSPARCIE NA STARCIE

- świadczenie Gminy Wrocław dla jej mieszkańców z tytułu urodzenia dwojga lub więcej dzieci podczas jednego porodu
- wypłacane jednorazowo, bez względu na dochód rodziny
- wynosi **2 000 zł** i przysługuje na każde urodzone dziecko (również na dziecko adoptowane) matce, ojcu, opiekunowi prawnemu dziecka oraz opiekunowi faktycznemu
- wnioskodawca musi mieszkać na terenie Gminy Wrocław

Wniosek o przyznanie świadczenia trzeba złożyć w terminie **do 12 miesięcy od dnia urodzenia dzieci**. W przypadku gdy wniosek dotyczy dzieci objętych opieką prawną, opieką faktyczną albo dzieci przysposobionych – w terminie do 12 miesięcy od dnia objęcia dzieci opieką albo od przysposobienia, nie później jednak niż do ukończenia przez nie 18 roku życia.

4. ŚWIADCZENIE WYCHOWAWCZE 800+

- Od 1 stycznia 2024 r. wysokość świadczenia wychowawczego wynosi 800 zł miesięcznie na dziecko.

Świadczenie wychowawcze otrzymasz na każde dziecko do ukończenia przez nie 18 lat. Świadczenie 800+ przysługuje niezależnie od Twoich dochodów. Od 2022 r. wnioski o świadczenie wychowawcze przyjmuje ZUS. Wniosek możesz złożyć tylko elektronicznie.

Szczegóły, wnioski, dokumenty:

Wnioski o świadczenie wychowawcze możesz złożyć tylko elektronicznie. Wszystkie wnioski (SW-R, SW-O, SW-D) możesz złożyć przez PUE ZUS.

Program Rodzina 800+ obejmuje wszystkie dzieci do 18 roku życia bez względu na dochód rodziny.

Składanie wniosków: **osobiście** w MOPS (tylko mieszkańcy Wrocławia) lub drogą elektroniczną:
~ PUE ZUS

 **Informator Programu Rodzina 800+ dostępny na stronie**
www.gov.pl/web/rodzina/rodzina-500-plus

5. KARTA DUŻEJ RODZINY

PUNKT	GODZINY PRZYJĘĆ	KONTAKT
Centrum Pracy Socjalnej i Rodziny	Poniedziałek, środa i piątek: 8.00–15.00 Wtorek: 11.00–15.00 Czwartek: 9.00–17.00	tel./fax: 71 78 23 595 71 78 23 594
ul. Strzegomska 6, pok. 26 (parter)		

Szczegóły, wnioski, dokumenty:

www.mops.wroclaw.pl → Projekty i programy → Karta Dużej Rodziny

- system zniżek i dodatkowych uprawnień ułatwiających dużym rodzinom



dostęp do rekreacji i obniżający koszty codziennego życia

- przysługuje rodzinom, które w momencie składania wniosku mają przynajmniej trójkę dzieci (w tym również rodzinom zastępczym i rodzinnym domom dziecka), od 1 stycznia 2019 r. także rodzicom (rodzicowi) lub małżonkowi rodzica, którzy mieli na utrzymaniu łącznie co najmniej troje dzieci bez względu na wiek
- jest niezależna od dochodu
- dla rodziców: dożywotnio
- dla dzieci: do 18 r. ż. lub ukończenia nauki (≤ 25 r. ż.)



Aktualną listę zniżek i interaktywną mapę partnerów znajdziesz na stronie www.gov.pl/web/rodzina/karta-duzej-rodziny-ogolne

6. 2+3 I JESZCZE WIĘCEJ

PUNKT	GODZINY PRZYJĘĆ	KONTAKT
Realizatorami projektu są: Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Urząd Miejski Wrocławia, organizacje pozarządowe, inne zainteresowane instytucje, osoby prawne i fizyczne.		Informacja telefoniczna: 71 78 23 595, 71 78 23 594
Namysłowska 8 (Centrum Biznesu GRAFIT) Biuro Obsługi Klienta, parter, 50- 304 Wrocław	Poniedziałku do środy i w piątek 8.00 – 15.00; Czwartek 8.00 – 16.30	tel./fax: 71 78 23 595, 71 78 23 594 e-mail: serp@mops.wroclaw.pl

Szczegóły, wnioski, dokumenty:

www.mops.wroclaw.pl → Projekty i programy → Program dla Rodzin Wielodzietnych Dwa Plus Trzy i Jeszcze Więcej

Program dla:

- rodzin posiadających na utrzymaniu **troje i więcej dzieci** w wieku do 18 lat lub 25 lat w przypadku dzieci uczących się
- mieszkających wspólnie we Wrocławiu lub rozliczających podatek od osób fizycznych w urzędzie skarbowym właściwym ze względu na miejsce zamieszkania na terenie Wrocławia (z wyłączeniem Urzędu Skarbowego przy ul. Klimasa 4)
- samotnych rodziców/opiekunów prawnych, rodzin zastępczych i rodzinnych domów dziecka

Karta 2+3 i jeszcze więcej:

- jest niezależna od dochodu
- dla rodziców bezterminowo, dla dzieci do 18 r.ż. lub do ukończenia nauki (nie dłużej niż do 25 r.ż.)
- uprawnia do wielu zniżek, udogodnień i bezpłatnych wejść

Rodzina Plus



imię:

nazwisko:

nr karty:

PESEL:

Karta jest ważna tylko z dokumentem potwierdzającym tożsamość (np. dowód osobisty, paszport, legitymacja szkolna).

Karta Rodzina Plus ważna jest do:

ważna
z hologramem

ważna
z hologramem

ważna
z hologramem

ważna
z hologramem

ważna
z hologramem

ważna
z hologramem

Karta jest własnością Gminy Wrocław/MOPS. Znalazca proszony jest o zwrot na adres: Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Strzegomska 6, 53-611 Wrocław.

Szczegółowe informacje dostępne są na stronie www.mops.wroclaw.pl i pod nr tel. +48 71 782 35 94

Wrocław
miasto spotkań

MOPS

Miejski Ośrodek
Pomocy Społecznej
i Rodziny



dwa plus trzy
i jeszcze więcej

Pełna i aktualna oferta:

📍 www.mops.wroclaw.pl → Projekty i programy → Program dla Rodzin Wielodzietnych – Dwa Plus Trzy i Jeszcze Więcej → Oferta programu

7. BANK NIEMOWLAKA

PUNKT	KONTAKT
Fundacja Evangelium Vitae ul. Rydygiera 22/28	e-mail: bankniemowlaka@boromeuszki.wroclaw.pl tel.: 504 468 187 (w godzinach 8.00–15.00) przez skrzynkę przy portierni oraz listownie (z podaniem płci oraz rozmiarów dziecka)

Szczegóły:

www.fev.wroclaw.pl → Inicjatywy → Bank Niemowlaka

- służy pomocą rodzicom w potrzebie
- oferuje używane artykuły dla dzieci, a zwłaszcza niemowląt (m.in. ubranka, środki do pielęgnacji niemowląt, pieluszki)
- zasoby Banku Niemowlaka można powiększać codziennie w godzinach 7.00–20.00, a dostarczone rzeczy można pozostawić na portierni

8. BANK MLEKA KOBIECEGO

PUNKT	GODZINY PRZYJĘĆ	KONTAKT
Regionalny Bank Mleka Kobiecego Klinika Neonatologii Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. Jana Mikulicza- Radeckiego ul. Borowska 213	Poniedziałek – piątek: 7.00–14.00	tel.: 71 733 15 54 71 733 15 15 e-mail: bankmleka@usk.wroc.pl fb.com/BMKWroclaw

- najczęściej z tego typu banków korzystają dzieci, które mają utrudniony dostęp do mleka własnej mamy
- WHO i AAP uważają mleko pochodzące z profesjonalnych Banków Mleka Kobięcego za drugi w kolejności (po mleku własnej mamy) pokarm stosowany z wyboru u noworodków i niemowląt
- dostęp do tego typu mleka mają w pierwszej kolejności dzieci przedwcześnie urodzone i chore. Dzieci zdrowe mogą skorzystać z niego tylko wtedy, gdy w zasobach banku mleka pojawiają się nadwyżki
- jeśli laktacja mamy jest ustabilizowana, a ewentualne trudności z karmieniem rozwiązywane, może zostać honorową dawczynią



Więcej o Bankach Mleka: www.bankmleka.pl

9. OŚRODKI INFORMACJI I EDUKACJI DLA KOBIET PLANUJĄCYCH CIĄŻĘ, CIĘŻARNYCH, RODZICÓW

PUNKT	KONTAKT
Wrocławskie Centrum Zdrowia SPZOZ Przychodnia Kozanów ul. Dokerska 9	tel. 609 776 770 e mail: kozanow@spzoz.wroc.pl
Wrocławskie Centrum Zdrowia SPZOZ Przychodnia Provita ul. Bierutowska 63	tel. 509 980 925 e mail: provita@spzoz.wroc.pl
Wrocławskie Centrum Zdrowia SPZOZ Przychodnia Stabłowice ul. Stabłowicka 125	tel. 609 776 770 e mail: stablowice@spzoz.wroc.pl

Szczegółowe informacje można uzyskać:

- **od koordynatora Programu Zdrowa Matka i Dziecko**
→ tel. 691 852 069
- **ze strony internetowej www.spzoz.wroc.pl/poradnie/programy-zdrowotne/zdrowa-matka-i-dziecko**

Zakres działań:

- edukacja zdrowotna i poradnictwo specjalistyczne dla kobiet/par planujących ciążę, ciężarnych, matek, rodziców,
- nauka karmienia piersią. Wsparcie matek karmiących piersią,
- grupa wsparcia kobiet w ciąży. Indywidualne psychologiczne wsparcie ciężarnych, matek,
- edukacja i poradnictwo specjalistyczne w zakresie zdrowego żywienia kobiet w ciąży, matek, dzieci,
- warsztaty pedagogiczne dla rodziców wspierające rozwój dzieci od 12 do 36 m.życia,

10. ASYSTENT RODZINY

PUNKT	KONTAKT
Centrum Pracy Socjalnej i Rodziny	e-mail: centrum.prs@mops.wroclaw.pl
ul. Hubska 30-32, III p.	tel.: 71 782 35 92
ul. Chrobrego 34a	tel.: 71 781 89 09

Szczegółowe informacje:

www.mops.wroclaw.pl → Formy pomocy → Pomoc usługowa
→ Asystent rodziny

Dla kogo: wsparcie rodziny poprzez zindywidualizowaną, długofalową współpracę opartą o plan pracy

Cel: usamodzielnienie rodziny w pokonywaniu trudności życiowych

Przykładowe formy wsparcia ze strony asystenta rodziny:

- udziela informacji
- pomaga rozwiązać problemy opiekuńczo-wychowawcze, socjalne, psychologiczne
- udziela pomocy rodzinom w poprawie ich sytuacji życiowej
- doradztwo w zakresie form i miejsc wsparcia
- poradnictwo w zakresie pielęgnacji i opieki nad niemowlęciem
- pomoc w codziennej organizacji życia rodziny, planowanie sposobów spędzania wspólnie wolnego czasu
- nauka sprawnego wykonywania obowiązków domowych
- doradztwo w zakresie zarządzania budżetem domowym
- informowanie, jak działają urzędy, placówki wsparcia rodziny i dziecka
- pomoc w sprawach urzędowych, wspieranie rodziny w kontaktach z pracownikami szkoły, przedszkola, sądu, poradni, przychodni, policji, urzędów i innych instytucji
- pomoc w zakresie możliwości podniesienia kwalifikacji zawodowych i poszukiwaniu pracy

Ze wsparcia asystenta rodziny możesz skorzystać w każdej sytuacji, gdy wyrazisz taką wolę. W tym celu należy wystąpić z wnioskiem do Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej we Wrocławiu.



Wniosek na stronie MOPS w zakładce „Do pobrania”.

11. WROCŁAWSKI OPIEKUN DZIENNY

Szczegółowe informacje, aktualny wykaz punktów
opieki dziennej dzieci do lat 3:

[sprawdź w wyszukiwarce](#)

- alternatywa dla stacjonarnych form opieki nad dzieckiem, **indywidualne podejście** do dziecka w **warunkach domowych**,
- dla kogo: dla rodziców bezrobotnych lub nieaktywnych zawodowo lub zatrudnionych, ale przebywających na urloпах macierzyńskich/rodzicielskich lub wychowawczych,
- **dofinansowane ze środków Gminy Wrocław**,
- miejsce: lokal mieszkalny **zweryfikowany** pod względem bezpieczeństwa i higieny,

- organizacja i nadzór realizowane przez Wrocławskie Centrum Integracji
- ilość dzieci w punkcie: **4–5**
- wiek dzieci: **20 tygodni do 3 lat**
- czas przebywania dziecka w punkcie: min. 120 godzin miesięcznie
- dostępność opieki: **5 dni** w tygodniu, do **10 godzin** dziennie
- profil opiekuna dziennego: osoba przeszkolona, posiadająca kwalifikacje do opieki nad małymi dziećmi

12. WSPARCIE DLA RODZICÓW DZIECI Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ – dodatkowe informacje

ZASIŁEK RODZINNY

- kryterium dochodowe powiększone do kwoty 764 zł
- przysługuje do ukończenia przez dziecko 24 roku życia jeżeli kontynuuje naukę
- **dodatek z tytułu samotnego wychowywania dziecka:** kwota zwiększa się o 80 zł na dziecko, ale nie więcej niż o 160 zł na wszystkie dzieci
- **dodatek z tytułu kształcenia i rehabilitacji dziecka niepełnosprawnego:**
 - ~ wysokość: 90 zł/miesiąc na dziecko $\leq$ 5 roku życia, 110 zł na dziecko 5-24 roku życia
 - ~ czas trwania: do ukończenia 16 roku życia, jeżeli legitymuje się orzeczeniem o niepełnosprawności; 16-24 roku życia, jeżeli legitymuje się orzeczeniem o umiarkowanym albo znacznym stopniu niepełnosprawności

ŚWIADCZENIA OPIEKUŃCZE

- **zasilek pielęgnacyjny:** 215,84 zł miesięcznie
- **specjalny zasiłek opiekuńczy:**
 - ~ wysokość: 620 zł miesięcznie
 - ~ kryterium: osoba sprawująca opiekę rezygnuje lub nie podejmuje zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej w celu jej sprawowania
 - ~ kryterium dochodowe: 764 zł na osobę (dochód za rok poprzedni, liczy się łączny dochód dwóch rodzin: rodziny osoby sprawującej opiekę i rodziny osoby wymagającej opieki)
- **świadczenie pielęgnacyjne:** 3287 zł miesięcznie (z tytułu rezygnacji z zatrudnienia i opieki nad niepełnosprawnym dzieckiem)

ŚWIADCZENIE „ZA ŻYCIEM”

- jednorazowe świadczenie z tytułu urodzenia żywego dziecka z ciężkim i nieodwracalnym upośledzeniem albo nieuleczalną chorobą
- wysokość świadczenia: 4 000 zł (brak kryterium dochodowego)
- termin składania wniosku: do 12 miesięcy od dnia narodzin dziecka, czas rozpatrzenia: miesiąc od dnia złożenia wniosku
- składanie wniosków w Dziale Wsparcia Mieszkańców przy ul. Hubskiej
- możliwość skorzystania z usługi asystenta rodziny

Szczegóły, wnioski, kryteria, dokumenty:

www.mops.wroclaw.pl → **Formy Pomocy** → **Świadczenia pieniężne**

13. PROGRAM WSPARCIA KOBIET CIĘŻARNYCH I MATEK DZIECI Z WRODZONĄ WADĄ ROZWOJOWĄ ORAZ ICH RODZIN PN. „OD-ŻYJ”

Miejsce realizacji Programu:

1. Szpital Specjalistyczny im. A. Falkiewicza we Wrocławiu
ul. Warszawska 2, 52-114 Wrocław

2. Centrum Medyczne Baby Clinic
ul. Rafała Wojaczka 3c, 51-169 Wrocław

kontakt:

Szpital im. A.Falkiewicza - odzyj@falkiewicza.pl

Baby Clinic: +48 516 227 516/ +48 500 155 145

www.falkiewicza.pl/realizowane-projekty/programy-lecznicze/346-od-zyj

czynne: od poniedziałku do piątku, w godzinach 8-18 w zależności od ilości chętnych i potrzeb pacjentów

Zakres pomocy i wsparcia:

- spotkanie kwalifikujące do programu
- konsultacje lekarzy specjalistów: kardiolog dziecięcy, neonatolog, genetyk, neurolog, chirurg dziecięcy, fizjoterapeuta, położna wg. potrzeb
- indywidualne spotkania z psychologiem
- uczestnictwo w grupach wsparcia psychologicznego

14. PROGRAM „ZA ŻYCIEM”

PUNKT	KONTAKT
FUNDACJA PROMYK SŁOŃCA Wiodący Ośrodek Koordynacyjno-Rehabilita- cyjno-Opiekuńczy dla Wrocławia ul. Swobodna 8a pok. 303, 308 (III piętro) poniedziałek-piątek godz. 9.00–16.00	e-mail: zazyciem@promykslonca.pl tel. 605 892 181 71 782 77 77 szczegółowe informacje: www.promykslonca.pl/wiodacy-osrodek

REHABILITACJA DZIECI NIEPEŁNOSPRAWNYCH I ZAGROŻONYCH NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ

- dla kogo:
 - ~ dzieci od urodzenia do czasu rozpoczęcia nauki w szkole, ze szczególnym uwzględnieniem dzieci do 3 roku życia, u których wykryto wady rozwojowe
 - ~ rodzice
- formy pomocy:
 - ~ udzielanie kompleksowego wsparcia rodzinom z dziećmi niepełnosprawnymi lub zagrożonymi niepełnosprawnością, tj.:
 - ~ udzielanie pomocy rodzicom
 - ~ zajęcia terapeutyczne, specjalistyczne (w zależności od potrzeb dziecka i jego rodziny)
 - ~ organizowanie i koordynowanie działań wspierających, w tym zajęć terapeutycznych w ramach wczesnego wspomagania rozwoju dziecka (m.in. terapia logopedyczna, psychologiczna, pedagogiczna, rehabilitacja ruchowa, integracja sensoryczna, NDT Bobath, terapia wzroku i in.)

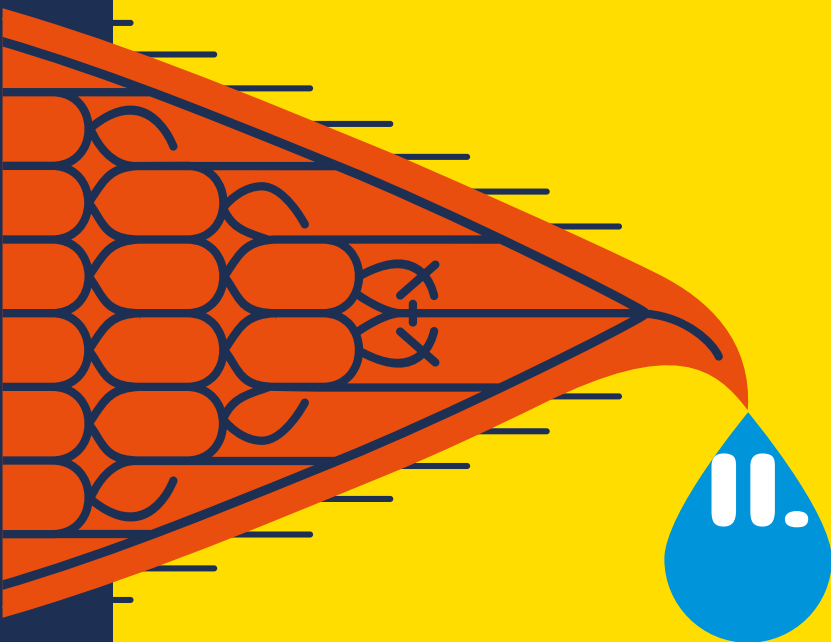
15. WSPARCIE DLA RODZICÓW WIELORACZKÓW – dodatkowe informacje

PROGRAM: WIELORACZKI – WSPARCIE RODZIN

- realizacja: Wrocławskie Centrum Zdrowia SP ZOZ
- działania:
 - ~ edukacja zdrowotna z zakresu pielęgnowania, karmienia, szczepień ochronnych
 - ~ wsparcie psychologiczne
 - ~ pomoc położnej w zakresie karmienia wieloraczków i rozwiązywania problemów laktacyjnych
 - ~ inna pomoc dostosowania do potrzeb rodziny
 - ~ wypożyczanie sprzętu: wózki dla dzieci, monitory oddechów, wagi elektroniczne i inne...



Więcej informacji na stronie: <https://www.spzoz.wroc.pl/poradnie/programy-zdrowotne/wieloraczki-wsparcie-rodzin>
Informacji udziela o programie: koordynator programu
tel. 691 852 069, e-mail: ljedrzejewska@spzoz.wroc.pl.



ROZWÓJ
WARSZTATY
GRUPY DLA RODZICÓW
MIEJSCA ROZWOJU
OFERTA KULTURALNA

1. KLUBY RODZICA

- **bezpłatne cykliczne** spotkania dla rodziców, rodziców z dziećmi, dziadków z wnukami, odbywające się w filiach Miejskiej Biblioteki Publicznej
- warsztaty plastyczne, czytelnicze, edukacyjne, spotkania ze specjalistami m.in. z dziedziny rozwoju, wychowania i żywienia dziecka, alergologii, fizykoterapii

Szczegółowe informacje i terminy:

www.biblioteka.wroc.pl/projekty/klub-rodzica/

oraz na profilu społecznościowym **Klub Rodzica** na Facebooku

FILIA	KONTAKT
Filia nr 1 ul. Sztabowa 98	tel.: 71 347 12 70 e-mail: mbp01@biblioteka.wroc.pl
Filia nr 4 ul. Wieczysta 105	tel.: 71 364 69 70 e-mail: mbp04@biblioteka.wroc.pl
Filia nr 5 ul. Namysłowska 8	tel.: 71 780 68 64 e-mail: mbp05@biblioteka.wroc.pl
Filia nr 6 ul. Lwowska 21	tel.: 71 364 69 65 e-mail: mbp06@biblioteka.wroc.pl
Filia nr 7 ul. Suwalska 3	tel.: 71 712 00 13 e-mail: mbp07@biblioteka.wroc.pl

Filia nr 11 ul. Krzywoustego 286	tel.: 71 777 99 44, wew. 1 e-mail: mbp11@biblioteka.wroc.pl
Filia nr 16 ul. Kolisty 17	tel.: 71 354 72 75 e-mail: mbp16@biblioteka.wroc.pl
Filia nr 22 ul. Chociebuska 8-10	tel.: 71 354 72 67 e-mail: mbp22@biblioteka.wroc.pl
Filia nr 23 bulwar Ikara 29-31	tel.: 71 354 72 64 e-mail: mbp23@biblioteka.wroc.pl
Filia nr 29 ul. Reja 1	tel.: 71 326 60 63 e-mail: mbp29@biblioteka.wroc.pl



2. KLUB MAM

- adres: ul. Rydygiera 22-28, budynek E, parter
- organizator: Fundacja Evangelium Vitae
- bezpłatne spotkania przedpołudniowe dla mam pozostających z dziećmi w domu na urloпах macierzyńskich i wychowawczych
- spotkania ze specjalistami: psychologami, pedagogiem, doradcą rodzinnym, pediatrą, rehabilitantem, animatorem zabaw dziecięcych, nauczycielami piosenek i kołysanek
- dzieci mogą przebywać z mamami lub w sali obok pod opieką opiekunek

Szczegółowe informacje i zapisy:

www.fev.wroclaw.pl → Inicjatywy → Klub Mam

3. OJCOWSKI KLUB

- partnerski projekt realizowany przez Fundację Rodzina i Przedsiębiorczość, Inicjatywę Tato.net oraz Gminę Wrocław
- Kluby służą wzmocnieniu mężczyzn w byciu ojcami, którzy chcą pozytywnie wpływać na swoje dzieci oraz podejmować nowe wyzwania
- bezpłatne warsztaty i szkolenia oparte na metodologii i badaniach Inicjatywy Tato.net oraz warsztaty i szkolenia z zakresu przedsiębiorczości i przywództwa w oparciu o doświadczenie Fundacji Rodzina i Przedsiębiorczość
- wspólne wyjazdy ojców i dzieci, wykorzystujące turystyczną, sportową, kulturalną i edukacyjną bazę miasta

spotkania odbywają się w następujących miejscach:

- Biblioteka Grafit, MBP – filia nr 5, ul. Namysłowska 8
- Centrum Historii Zajezdnia ul. Grabiszyńska 184
- MBP – filia nr 23, Bulwar Ikara 29-31

koordynator: Jakub Tarasiuk, e-mail: jakub.tarasiuk@frip.org.pl

Szczegółowe informacje:

www.frip.org.pl → Wrocławski Klub Ojca

fb.com/OjcowskiKlubWroclaw

4. INNE MIEJSCA ROZWOJU DLA RODZICÓW

We Wrocławiu znajduje się wiele miejsc, w których można szukać warsztatów, treningów i grup rozwojowych dotyczących rodzicielstwa, wychowania, rozwoju dzieci. Jest to bardzo bogata oferta, która na bieżąco tworzy się i zmienia. Formy bezpłatne można często znaleźć w Poradniach Rodzinnych, których lista znajduje się **w Adresowniku**. Inne miejsca, w których rodzic może znaleźć interesującą ofertę rozwoju to organizacje pożytku publicznego, fundacje, stowarzyszenia, centra rozwoju, a także kawiarnie dla rodziców z dziećmi, które również często organizują różnorodne spotkania, warsztaty lub wykłady.

Aktualne informacje na temat organizowanych wydarzeń są dostępne na stronach internetowych organizatorów oraz na fanpage'ach i grupach dla rodziców na Facebooku.

5. WROCŁAWSKA OFERTA KULTURALNA dla rodziców z małymi dziećmi

muzyka, film, teatr, sport, muzea, czytelnictwo

Oferta zajęć dla dzieci w wieku 0–3
oraz kulturalnej aktywności dla rodziców z małymi dziećmi

* propozycje bezpłatne

ORGANIZATOR	CO?	STRONA ORGANIZATORA
Aquapark	Szkoła pływania od 4 miesiąca życia	www.aquapark.wroc.pl
Centrum Biblioteczno-Kulturalne Fama	- Bawim-Bawim – zabawa kreatywna od 1 roku życia - Klub Rodzica *	www.fama.wroc.pl
Centrum Kultury Agora	Klub Malucha	www.ckagora.pl
Centrum Kultury Wrocław-Zachód	- Klub Szkraba (1–2 lata) - Klub Brzdąca (2–3 lata) - Zajęcia muzyczne dla maluchów (3 miesiące – 2 lata) - Rytmika (2–3 lata) - Edukacja taneczna (2–4 lata)	www.ckwz.wroc.pl
Centrum Kultury Zamek	- Zajęcia umuzykalniające dla niemowląt - Plastyka - Mathriders	www.zamek.wroclaw.pl zakładka: Edukacja → Do lat 5

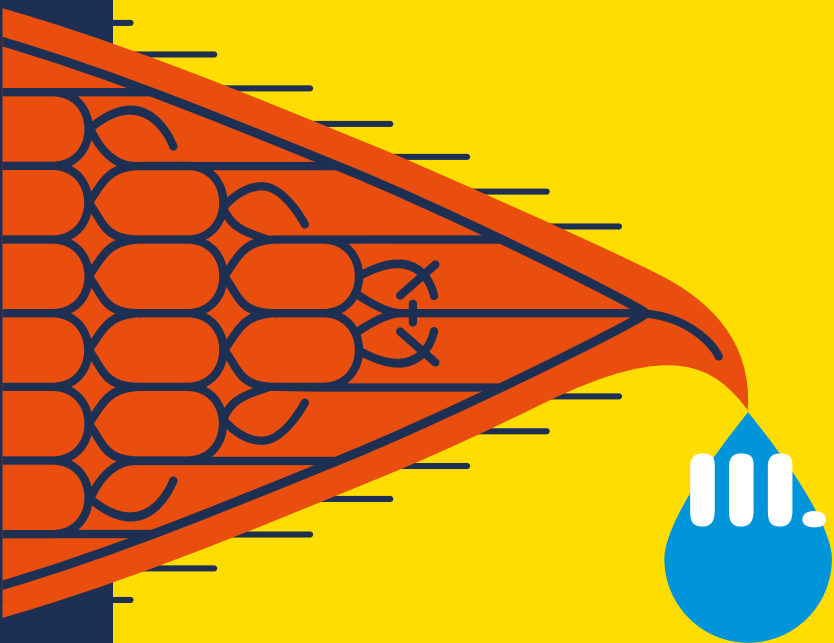
Fundacja Art Transparent	• Baby Art Walk! *- spacer i odwiedziny we wrocławskich instytucjach kultury, galeriach, muzach, itp. oraz spotkania z artystami i oprowadzania kuratorskie po aktualnych wystawach.	www.arttransparent.org
Narodowe Forum Muzyki	• Gordonki (0–2 lata) • Dubi Du (1–5 lat) • Muzyczne Poranki dla Maluchów (1–3 lata) • TuliMy (1,5–3 lata) • Raz, dwa – ty czy ja (2,5–4 lat) • Do, re, mi (2–3 lata) • Projekt „Pośpiewaj mi mamo, pośpiewaj mi tato” *	www.nfm.wroclaw.pl zakładka: Edukacja
Kino Nowe Horyzonty	Wózkownia – seanse filmowe dla rodziców z małymi dziećmi	www.kinonh.pl
Kolejkowo	Czynne przez cały rok, dzieci do lat 3 bezpłatnie	www.wroclaw.kolejkowo.pl

Miejska Biblioteka Publiczna *	• Rodzinne spotkania inspirowane książkami (filie MBP) • Interaktywna edukacja multimedialna (Multi-Centrum, spotkania płatne) • program „Na Dobry Początek” • Punkty Karmienia Piersią (filie MBP nr 16, 22, 23 i 44)	www.biblioteka.wroc.pl
Muzeum Pana Tadeusza Zakład Narodowy im. Ossolińskich	Dzieci w wieku 0–4 lata wstęp bezpłatny *	www.muzeumpa-natadeusza.ossoli-neum.pl
Ogród Botaniczny i Arboretum Wojsławice	Muzyka dla maluchów (1–4 lata)	www.ogrodbotaniczny.wroclaw.pl
Ośrodek Działań Twórczych Światowid	Muzyka dla maluchów (1–4 lata)	www.swiatowid.net.pl zakładka: Zajęcia Stałe → Muzyka
ZOO Wrocław	Czynne przez cały rok bez wyjątków, dla dzieci 0–3 lat wstęp bezpłatny *	www.zoo.wroclaw.pl
Teatr Małego Widza Filia we Wrocławiu	• spektakle i warsztaty dla najmłodszych i przedszkolaków (od 8 miesięcy do 5 roku życia) • teatr koloru, dźwięku, zapachu i dotyku	www.teatrmalegowidza.wroclaw.pl

Wrocławskie Centrum Twórczości Dziecka	• Warsztaty muzyczne, artystyczne, plastyczne, teatralne i ogólnorozwojowe dla dzieci już od 1 miesiąca życia • Teatr Bąbli (spektakle dla maluchów od 1 roku życia)	www.centrumtworczyosci.pl zakładka: Bąble
Wrocławski Klub Anima	• Klub Malucha (1–4 lata)	www.klubanima.pl zakładka: Klub Malucha
Wrocławski Klub Formaty	• Zajęcia muzyczno-ruchowe (1–5 lat) • poranne zajęcia ogólnorozwojowe (1–4 lata)	www.wkformaty.pl
Wrocławski Teatr Lalek	• Scena dla najmłodszych Najnaje (0,5 roku – 5 lat) • My tu gramy – włączające warsztaty teatralno-muzyczne dla dzieci od miesiąca do 3 roku życia wraz z opiekunami (co drugie zajęcia prowadzone z językiem migowym)	www.teatrlalek.wroclaw.pl



Aktualne informacje na temat wydarzeń kulturalnych – również tych przyjaznych rodzicom z małymi dziećmi i dedykowanych najmłodszym znajdziesz na: www.wroclaw.pl/go/wydarzenia



ADRESOWNIK
CZYLI RODZICIELSKIE
S.O.S.

1. SZPITALNE ODDZIAŁY RATUNKOWE (SOR)

- czynne przez całą dobę
- pomoc w stanach nagłych zagrożenia życia lub zdrowia

OSTRY DYŻUR	KONTAKT
Chirurgiczny dla dzieci 24h Klinika Chirurgii i Urologii Dziecięcej w SPSK1	adres: ul. M. Curie-Skłodowskiej 50/52 tel.: 71 770 30 15 (ambulatorium, czynne 24 h)
Izba Przyjęć dla Dzieci 24h – Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. Gromkowskiego	adres: ul. Koszarowa 5 Budynek A3 parter tel.: 71 392 53 38
SOR – 4. Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką SPZOZ	adres: ul. Rudolfa Weigla 5 rejestracja: 71 76 60 208 (czynny 24h)
SOR – Uniwersytecki Szpital Kliniczny we Wrocławiu	adres: ul. Borowska 213 rejestracja: 71 733 29 64 (czynny 24h)
SOR – Wojewódzki Szpital Specjalistyczny we Wrocławiu	adres: ul. Kamieńskiego 73a rejestracja: 71 32 70 100 (czynne 24h)
SOR – Dolnośląski Szpital Specjalistyczny im. T. Marciniaka	adres: ul. Gen. A. E. Fieldorfa 2 tel.: 71 306 44 19 (czynny 24h) 71 306 43 04

2. OPIEKA NOCNA I ŚWIĄTECZNA

- w godzinach: 18.00–8.00 oraz całodobowo w dni wolne od pracy
- w razie nagłego zachorowania lub pogorszenia stanu zdrowia

PLACÓWKA	KONTAKT
Dolnośląski Szpital Specjalistyczny im. T. Marciniaka	adres: ul. Fieldorfa 5 tel.: 71 306 42 22
Wojewódzki Szpital Specjalistyczny we Wrocławiu	adres: ul. Kamieńskiego 73a tel.: 71 32 70 536
Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. J.Gromkowskiego	adres: ul. Koszarowa 5 tel.: 71 395 76 07
Szpital Specjalistyczny im A. Falkiewicza	adres: ul. Warszawska 2 tel.: 71 37 74 116 do 119

NOCNA POMOC DENTYSTYCZNA

- w dni powszednie w godzinach od 19.00 do 7.00
- w sobotę, niedzielę i święta – przez 24 godziny na dobę

PLACÓWKA	KONTAKT
Centrum Medyczne ESTOMEDICA	tel.: 713 721 310
ARTMEDIS	tel.: 665 339 982

3. APTEKI CAŁODOBOWE

REJON	PUNKT	KONTAKT
Olbin	Apteka Katedralna ul. H. Sienkiewicza 54/56	tel.: 71 322 73 15
Różanka	Dr. Max – Bezpieczna ul. Bezpieczna 6	tel.: 71 327 40 60 667 669 868
Gądów Mały	Dr. Max – Szybowcowa ul. Szybowcowa paw. 3	tel.: 71 351 86 19
Psie Pole	Apteka Niezłe Ziółko ul. Bolesława Krzywoustego 314-316	tel.: 71 789 90 98
Nowy Dwór	Apteka Nova ul. Rogowska 52b	tel.: 71 781 27 35
Stare Miasto	Apteka Pod Lwami pl. Jana Pawła II 7a	tel.: 71 343 67 24
Nadodrze	Apteka św. Wincentego ul. św. Wincentego 39-41	tel.: 71 322 39 35
Popowice	Apteka przy Legnickiej ul. Legnicka 55	tel.: 71 349 80 97

Gaj	DGA 11 ul. Świeradowska 51/57 (CH Ferio Gaj)	tel.: 71 336 87 13
Borek	Apteka Przy Weigla ul. Weigla 10	tel.: 71 790 38 70
Krzyki	Twoja Apteka przy Borowskiej ul. Borowska 188a	tel.: 71 336 25 01 502 309 006



4. PORADNIE RODZINNE

- **pomoc bezpłatna**, dofinansowywana przez Gminę Wrocław
- cel: poprawa funkcjonowania rodziny, pomoc w rozwiązywaniu problemów życiowych oraz przeciwdziałanie kryzysom
- warto sprawdzić aktualną ofertę – poradnie organizują różnorodne kursy, warsztaty, cykle i grupy rozwojowe dla rodziców (bezpłatne oraz odpłatne)

PORADNIA	ZAKRES ŚWIADCZONYCH PORAD	KONTAKT
Specjalistyczna Poradnia Rodzinna	porady psychologiczne (również w języku ukraińskim i rosyjskim), pedagogiczne, doradcy życia rodzinnego, terapia NEST	adres: ul. Katedralna 4 tel.: 71 327 11 01 e-mail: dr@archidiecezja.wroc.pl strona: dr.archidiecezja.wroc.pl/poradnie_rodzinne.php

Akademicka Poradnia Rodzinna SYCHAR	konsultacje pedagogiczne, psychologiczne, konsultacje rodzinne, konsultacje z instruktorem naturalnego planowania rodziny, mediacje; poradnictwo rodzinne i małżeńskie; spotkania z duszpasterzem	adres: pl. Nankiera 17a (budynek Duszpasterstwa „Maciejówka”) tel.: 730 458 979 e-mail: poradnia.maciej@wp.pl strona: www.maciejowka.org
Poradnia Rodzinna przy parafii pw. św. Andrzeja Apostoła	specjaliści/działania: psycholog, psychoterapeuta, doradca życia rodzinnego, warsztaty dla par/małżeństw i rodziców	adres: ul. Boguszowska 84 tel.: 660 913 432 e-mail: poradnia.stablowice@gmail.com strona: stablowice.archidiecezja.wroc.pl
Poradnia Rodzinna przy parafii pw. św. Karola Boromeusza	porady, diagnostyka i konsultacje psychologa, pedagoga oraz porady prawne i duszpasterskie	adres: ul. Oficerska 1–3, p.l, pok.15/15a tel.: 691 100 450, 600 879 983 e-mail: poradniaboromeusz@gmail.com strona: boromeusz.franciszkanie.pl
Poradnia Rodzinna przy klasztorze oo. Dominikanów SYNTONIA	konsultacje psychologiczne, psychoterapeutyczne, pedagogiczne, doradcy życia rodzinnego, grupa DDA	adres: pl. Dominikański 2, wejście od ul. Janickiego, II piętro tel.: 71 344 66 31 wew. 42, 728 471 669 e-mail: syntwro@dominikanie.pl strona: wroclaw.dominikanie.pl

Poradnia Rodzinna przy parafii pw. św. Jadwigi	konsultacje psychologa, pedagoga, terapeuty uzależnień, doradcy życia rodzinnego, terapeuty NEST, prawnika	adres: ul. Pilczycka 25 tel.: 511 387 719 e-mail: poradnia@rodzinna.wroclaw.pl strona: rodzinna.wroclaw.pl
Poradnia Rodzinna przy parafii pw. św. Henryka	doradztwo psychologiczne, pedagogiczne, mediacje, doradztwo w zakresie życia rodzinnego i małżeńskiego; warsztaty komunikacji rodzic – dziecko oraz warsztaty komunikacji interpersonalnej dla małżeństw	adres: ul. Gliniana 16 tel.: 784 767 166 e-mail: henryk.poradnia@op.pl strona: swhenryk.wroclaw.pl
Poradnia Rodzinna przy parafii pw. św. Antoniego	konstultacje psychologa, pedagoga, doradcy życia rodzinnego, prawnika oraz duszpasterza; warsztaty dotyczące problemów wychowawczych z dziećmi, budowania więzi międzyludzkich i nauki właściwej komunikacji i rozwoju osobistego, a także zajęcia rozwojowe dla rodziców z małymi dziećmi	adres: klasztor Franciszkanów, al. Kasprowicza 26 tel.: 71 327 34 30, 608 815 235 e-mail: poradnia.rodzinna.antoni@gmail.com strona: poradnia.antoni.w-w.pl
Poradnia Rodzinna Fundacji „Sancta Familia”	konsultacje psychologa, pedagoga, terapeuty uzależnień, doradcy życia rodzinnego	adres: ul. Monte Cassino 64 tel.: 517 453 575 e-mail: fundacja@safa.org.pl strona: sanctafamilia.pl

Poradnia Rodzinna przy parafii pw. św. Anny (Pracze Odrzańskie)	konsultacje indywidualne: psycholog, pedagog, prawnik, doradca życia rodzinnego, duszpasterz; warsztaty dla mam z dziećmi do 1 roku życia „Być mamą” oraz warsztaty dla rodziców „Rozumieć dziecko”; grupa rozwojowa dla rodziców	adres: ul. Brodzka 160 tel.: 503 413 851 e-mail: kontakt@familandia.pl strona: familandia.pl
Poradnia Rodzinna przy parafii pw. NMP Bolesnej	konsultacje psychologa, doradcy życia rodzinnego, pedagoga i pedagoga specjalnego, prawnika, warsztaty dla par i rodziców	adres: ul. Tatarakowa 1-3, 51-511 Wrocław tel.: 790 214 050 e-mail: strachocin@archidiecezja.wroc.pl strona: strachocin.archidiecezja.wroc.pl
Poradnia Rodzinna przy parafii pw. św. Franciszka z Asyżu	konsultacje pedagoga, doradcy życia rodzinnego, psychologa, psycho-terapeuty, mediatora, prawnika oraz duszpasterza	adres: ul. Borowska 174 tel.: 516 688 890 e-mail: poradnia.rodzinna.franciszek@gmail.com strona: poradniafranciszek.wroclaw.pl
Punkt Poradnictwa Stowarzyszenia Katolicki Ruch Antynarkotyczny „KARAN”	konsultacje psychologiczne, pedagogiczne, warsztaty podnoszące kompetencje wychowawcze	adres: ul. gen. R. Traugutta 119/1 tel.: 71 349 15 56 e-mail: karan.wroclaw@op.pl strona: karan.pl

Poradnia Rodzinna przy Fundacji Evangelium Vitae	konsultacje doradcy życia rodzinnego, psychologa i psycho-terapeuty, terapeuty NEST, prawnika, doradcy rodzinnego posługującego się językiem migowym	adres: ul. Rydygiera 22–28 tel.: 71 782 87 61 (wew. 21, 25), 798 988 903 e-mail: poradnia@boromeuszki.wroclaw.pl strona: fev.wroclaw.pl
Punkt Poradnictwa Wrocławskiego Stowarzyszenia na Rzecz Dzieci i Młodzieży „BAJKA”	konsultacje psychologiczne, pedagogiczne, psychoseksuologiczne, mediacje rodzinne oraz warsztaty grupowe	adres: ul. Kwiska 5/7, lok. 216; tel.: 507 138 061 e-mail: pr@bajka.edu.pl strona: poradniarodzinnabajka.edu.pl
Punkt Poradnictwa Stowarzyszenia Psychoedukacji i Terapii „EVOLUTIO”	konsultacje psychologiczne, pedagogiczne, dla par, dla rodzin, trening kompetencji wychowawczych, trening budowania relacji	adres: Dolnośląska Szkoła Wyższa ul. Wagonowa 9/07 tel.: 691 487 812 e-mail: evolutio.staw@gmail.com strona: evolutio.org.pl
Punkt Poradnictwa i Terapii Rodzinnej „ISKIERKA”	konsultacje i poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne, warsztaty psychoedukacyjne dla rodziców z dziećmi	adres: pl. św. Macieja 7 tel.: 71 321 07 04, 71 322 41 14 e-mail: iskierka.wroc@gmail.com strona: iskierkawroc.pl

Punkt Poradnictwa Fundacji na rzecz Edukacji i Zdrowia DARUMA	konsultacje psychologa, pedagoga, konsultacje rodzinne (terapeutyczne, rozwojowe, tematyczne), grupa rozwojowo-edukacyjna dla rodziców	adres: Ośrodek Terapeutyczny „Harmonia”, ul. Bednarska 19/8 tel.: 783 305 138 e-mail: amp@daruma.pl strona: daruma.pl, harmonia.wroclaw.pl
Punkt Poradnictwa Towarzystwa Rozwoju Rodziny Oddział Wojewódzki we Wrocławiu	konsultacje psychologa, psychoterapeuty, doradcy rodzinnego, lekarza psychiatry, seksuologa, grupy wsparcia i edukacyjno-terapeutyczne dla osób, par, rodzin po stracie dziecka, grupa wsparcia dla rodziców LGBT oraz dla osób transseksualnych	adres: ul. Zelwerowicza 4 oraz ul. Podwale 74 (oficyna 23) tel.: 71 349 39 11, 602 645 443 e-mail: wroclaw@trr.org.pl strona: trr.info.pl
Punkt Poradnictwa Fundacji „Dajmy Szansę”	dyżury psychologa, specjalisty ds. uzależnień, prawnika	adres: ul. Piłsudskiego 95 (domofon 3 i 4) tel.: 71 346 88 20 – po godz. 16.00, 530 004 627 – do godz. 15.00 lub 793 845 539 (wtorek i piątek 15.00–18.00) e-mail: dajszanse@op.pl lub poradnia@spoko.pl strona: dajmyszanse.pl

Punkt Poradnictwa Towarzystwa Nasz Dom	konsultacje psychologa, pedagoga, grupa rozwoju umiejętności wychowawczych dla opiekunów	adres: Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 12 przy ul. Suwalskiej 5 oraz Lubelskiej 95a tel.: 509 192 666 e-mail: portwroclaw@naszdom.org.pl strona: towarzystwonaszdom.pl/portWroclaw
Punkt Poradnictwa Good Life.pl Fundacji Bajkowy Świat	konsultacje psychologa, pedagoga, grupa wsparcia dla kobiet z problemami relacji w rodzinie, warsztaty podnoszące kompetencje wychowawcze	adres: Centrum Terapeutyczne Logo-Si, ul. Cedrowa 4 tel.: 509 192 666 e-mail: fundacjabajkowyswiat@vp.pl strona: fundacjabajkowyswiat.org
Punkt Poradnictwa Fundacji Promyk Słońca	konsultacje psychologa, pedagoga, edukatora seksualnego, warsztaty i grupy wsparcia dla rodzin ze szczególnym uwzględnieniem rodzin z dzieckiem niepełnosprawnym lub zagrożonym niepełnosprawnością	adres: ul. Powstańców Śląskich 193b tel.: 71 795 09 51 e-mail: anna.siwek@promykslonca.pl strona: promykslonca.pl

5. PORADNIE LAKTACYJNE

lista poradni ➤

- konsultacje laktacyjne to diagnostyka przyczyn niepowodzeń i problemów w karmieniu piersią oraz ich rozwiązywanie
- prowadzone są przez konsultanta laktacyjnego lub doradcę laktacyjnego w poradni oraz podczas wizyt domowych
- odpłatna forma pomocy

📍 listę doradców (CDL) i konsultantów (IBCLC) z aktualnymi certyfikatami, a także listę promotorów karmienia piersią znajdziesz na stronie Centrum Nauki o Laktacji: <https://cnol.kobiety.med.pl/>

PORADNIA	KONTAKT
Poradnia laktacyjna przy Centrum Przyjaznym Matce i Dziecku	tel.: 880 168 998 e-mail: kontakt@przyjazne-centrum.pl
Centrum Laktacji (wizyty domowe)	tel.: 696 916 838 e-mail: poradnia@centrumlaktacji.pl strona: centrumlaktacji.pl
Poradnia laktacyjna przy Fundacji Evangelium Vitae	Rejestracja bezpośrednio u lekarza strona: fev.wroclaw.pl/poradnia-laktacyjna
Poradnia laktacyjna przy Medycznym Centrum Rodzinnym	tel.: 727 400 310 e-mail: rejestracja@fortmedica.pl strona: https://fortmedica.pl/

6. WIELOASPEKTOWE WSPARCIE RODZINY

- czyli: **gdzie i jakiego rodzaju** wsparcie możesz uzyskać

INSTYTUCJA	OBSZARY WSPARCIA	KONTAKT
Fundacja Promyk Słońca	wielospecjalistyczna pomoc dzieciom z wyzwaniami rozwojowymi i ich rodzinom, diagnostyka, terapia, rehabilitacja, wsparcie dzieci niepełnosprawnych, poradnia, przychodnia	adres: ul. Swobodna 8a tel.: 71 782 77 77 strona: promykslonca.pl
Fundacja Evangelium Vitae	warsztaty dla rodziców, poradnia rodzinna i specjalistyczny ośrodek odpowiedzialnego rodzicielstwa, bank niemowlaka, klub mam, grupa wsparcia laktacyjnego	adres: ul. Rydygiera 22-28 tel.: 71 78 28 761 strona: fev.wroclaw.pl
Dolnośląskie Stowarzyszenie na rzecz Autyzmu	m.in. informator, lista ośrodków diagnostycznych	adres: ul. Lelewela 13/6 strona: autyzm.wroclaw.pl
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie we Wrocławiu	m.in. programy pomocy społecznej, wspieranie osób niepełnosprawnych, specjalistyczne poradnictwo	strona: pcpr.wroclaw.pl
Powiatowy Zespół Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych	diagnozowanie dzieci i młodzieży, autyzm, terapia (m.in. psychologiczna, integracji sensorycznej, logopedyczna, biofeedback)	adres: ul. Kościuszki 131 tel.: 71 722 20 02 strona: pzp.edu.pl

7. UROPY RODZICIELSKIE

- **Prawo do zasiłku macierzyńskiego i okres przysługiwania**

www.zus.pl/swiadczenia/zasilki/zasilek-macierzynski/prawo-do-zasilku-i-okres-przysluginia

- **Urlopy i świadczenia związane z macierzyństwem i rodzicielstwem**

www.biznes.gov.pl/pl/portal/00136

- **Kalkulator urlopowy dla taty**

<https://www.tatakiedyurlop.pl/>

- **Fundacja Share the Care – prawa Taty**



WROCŁAWSKA AKADEMIA PIERWSZEJ POMOCY



Kampania edukacyjna Wrocławskiego Centrum Rozwoju Społecznego. W ramach Wrocławskiej Akademii Pierwszej Pomocy prowadzone są różnorodne bezpłatne działania - m.in. szkolenia, konferencje, pokazy - z zakresu udzielania pierwszej pomocy. Kampania jest realizowana we współpracy merytorycznej z Uniwersytetem Medycznym im. Piastów Śląskich we Wrocławiu.

Regularnie odbywają się podstawowe szkolenia z pierwszej pomocy. W programie szkolenia poruszane są następujące **tematy**:

1. Resuscytacja krążeniowa z użyciem AED
2. Sytuacje szczególne (napad drgawkowy, zadławienie, krwotok z nosa, zawał mięśnia sercowego, utrata przytomności, cukrzyca)
3. Urazy (złamania, zwichnięcia, oparzenia, rany, wypadki komunikacyjne)
4. Pierwsza pomoc u dzieci

Instruktorami WAPP są **czynni ratownicy medyczni**, którzy dzielą się swoją wiedzą popartą ogromnym doświadczeniem.

Po ukończonym szkoleniu uczestnicy otrzymują zaświadczenie.

Aktualne informacje i formularze zgłoszeniowe:

www.wcrs.pl/pierwsza-pomoc ➤

WROŚNIJ WE WROCŁAW



Dwa razy do roku (na wiosnę oraz na jesień) zapraszamy rodziców i opiekunów prawnych do upamiętnienia narodzin nowych członków rodziny poprzez udział w akcji **WROŚnij we WROcław**. Posadzenie drzewa jest symboliczną pamiątką jednego z najważniejszych wydarzeń w życiu rodziców.

Zasadziliśmy już ponad 4300 drzew w różnych częściach Wrocławia, których patronami zostali najmłodsi wrocławianie i wrocławianki. Zarówno drzewa, jak i dzieci, rosną, zapuszczając korzenie w naszym mieście. Poświadczeniem udziału w akcji jest certyfikat.

Dlaczego warto?

- to niepowtarzalna okazja do upamiętnienia przyjścia na świat nowego członka rodziny
- wspólne sadzenie drzew to doskonała zabawa podczas międzypokoleniowego pikniku oraz nauka dbania o środowisko
- to czas na nawiązanie nowych osiedlowych znajomości

Mapki posadzonych drzew wraz z lokalizacjami:

www.wcrs.pl/wrosnij

Zapisy do udziału w akcji ogłaszane są w social mediach:
facebook.com/RozwojSpoeczny, Instagram: @wcrs_wroclaw



Dołożyliśmy wszelkich starań, aby zamieszczone
w tej publikacji informacje były aktualne i przydatne.
Czekamy na Państwa uzupełnienia oraz ewentualne sugestie,
a gdyby którakolwiek z informacji okazała się nieaktualna,
bardzo prosimy o sygnał:

wyprawkawroclawska@wcrs.pl

Zapraszamy do polubienia naszego profilu:

 **/RozwojSpoeczny**



wrocławskie
centrum rozwoju
społecznego

Wrocław
miasto spotkań