



## **„(U)ważni bo (po)mocni” - kampania przeciwko wykluczeniu społecznemu**

2021-07-31

**W Krakowie trwa kampania społeczna na rzecz osób, którym zagraża wykluczenie społeczne, w tym osób w kryzysie bezdomności, osób z niepełnosprawnościami czy też osób starszych. Kampania zostanie zrealizowana we współpracy z organizacjami pozarządowymi i nieformalnymi grupami społecznymi.**

W ramach akcji, której nadrzędnym celem jest uwrażliwienie krakowian na potrzeby drugiego człowieka zaplanowane zostały spotkania i pikniki, podczas których promowane będą postawy uwrażliwienia na rzecz osób wykluczonych.

- Staramy się szukać wspólnej przestrzeni społecznej. Niestety przykłady braku zrozumienia w stosunku do osób bezdomnych, czy niepełnosprawnych mamy na co dzień - zauważa inicjatorka akcji, radna Alicja Szczepańska. Przeczytaj wywiad [tutaj](#).

Podczas akcji kolportowana będzie ulotka z informacjami o instytucjach zajmujących się pomocą osobom wykluczonym oraz funkcjonujących gminnych programach, skierowanych do osób marginalizowanych.

---

### **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Krakowie**

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Krakowie udziela pomocy i wsparcia osobom i rodzinom znajdującym się w trudnej sytuacji życiowej m.in.: ubogim, starszym, niepełnosprawnym, samotnym, osobom bezdomnym, osobom doświadczającym przemocy.

Szczegółowe informacje o formach pomocy i wsparcia można uzyskać dzwoniąc na numer telefonu **12 616 54 08**, pisząc na adres e-mail [do@mops.krakow.pl](mailto:do@mops.krakow.pl) lub przychodząc do punktu informacyjnego mieszczącego się przy ul. Józefińskiej 14

### **Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Krakowie**

Ośrodek działa przy ul. Radziwiłłowskiej 8b i udziela pomocy osobom będącym w kryzysie, w tym doświadczającym przemocy. Pomoc psychologiczna świadczona jest całodobowo pod numerem telefonu interwencyjnym **12 421 92 82** oraz w siedzibie ośrodka.

Pracownicy ośrodka pomagają osobom w kryzysach związanych z przeżywanymi sytuacjami trudnymi, często traumatycznymi. Osobom, które doświadczyły krzywdy, stały się ofiarami wypadków, klęsk żywiołowych, przeżyły stratę lub doświadczyły innych sytuacji kryzysowych. W uzasadnionych sytuacjach ośrodek udziela schronienia w prowadzonym hostelu.

### **Miejskie Centrum Informacji dla Seniorów**

Centrum mieści się przy al. Daszyńskiego 19 w siedzibie Rady Krakowskich Seniorów.



Od poniedziałku do piątku w godzinach 8–15 udziela wszelkich informacji dotyczących miejskich działań dotyczących osób starszych. Aby uzyskać informacje, należy zatelefonować pod numer tel. **12 445 96 67** lub skierować maila na adres [informacjasenior@um.krakow.pl](mailto:informacjasenior@um.krakow.pl).

## **Miejskie Centrum Informacji Społecznej**

Centrum mieści się przy al. Daszyńskiego 22. Wspiera i pomaga mieszkańcom odnaleźć się w miejskich procedurach. Doradza w kwestii dostępnych możliwości i świadczeń, doradza, jak wypełnić wnioski oraz udziela informacji o aktualnie realizowanych przez instytucje miejskie projektach. Aby uzyskać informacje, należy zatelefonować na infolinię centrum pod numer **731 349 699**.

## **Okręgowy Ośrodek Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przesłaniem w Krakowie**

Ośrodek, prowadzony przez KRAFOS, świadczy pomoc oraz wsparcie dla osób, które zostały pokrzywdzone przestępstwem, są jego świadkami, jak również osób im najbliższych. Projekt współfinansowany ze środków Funduszu Sprawiedliwości.

Telefon całodobowy **12 421 22 88**, telefon dyżurny (w godz. 20–8) **504 704 933**. Ośrodek działa przy ul. Kapelanka 60, od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.00 do 20.00, a w soboty od godz. 8.00 do 13.00.

## **Centrum Pierwszej Pomocy Psychologicznej**

Z bezpłatnej pomocy psychologicznej mogą korzystać mieszkańcy Krakowa, którzy znaleźli się w kryzysie psychicznym z powodu trudnej sytuacji życiowej, w wyniku przedłużającej się pandemii Covid-19.

Zapisy na konsultacje: przez formularz dostępny na stronie internetowej [cPPP.org.pl](http://cPPP.org.pl), oraz telefonicznie 673 882 200 (od poniedziałku do piątku w godz. 8.00–20.00).

### **Adresy punktów:**

- al. Jana Pawła II 232 (Nowohuckie Centrum Kultury)
- ul. Aleksandry 1 (siedziba filii Centrum Kultury Podgórze)
- ul. Rostworowskiego 13 (siedziba filii Centrum Kultury Podgórze)
- ul. Śniadeckich 5 (siedziba Stowarzyszenia Unicorn)

## **Centrum Wielokulturowe w Krakowie**

Centrum Wielokulturowe jest miejscem przyjaznym wszystkim mieszkańcom Krakowa – zarówno lokalnej społeczności, jak i obcokrajowcom, którzy wybrali to miasto na swój dom. Centrum prowadzi zajęcia międzykulturowe, pokazy filmów, spacerów po mieście w różnych językach, debaty, warsztaty kulinarne, seminaria i wiele innych.



Na wsparcie mogą też liczyć aktywiści, organizacje pozarządowe oraz grupy nieformalne pracujące z i na rzecz cudzoziemców mieszkających w Krakowie.

Centrum mieści się przy al. Daszyńskiego 22 i jest czynne od poniedziałku do czwartku w godz. 10.00–18.00. Telefon **517 448 487**, e-mail [centrum@open.krakow.pl](mailto:centrum@open.krakow.pl), profil na Facebooku [@CentrumWielokulturoweKrk](https://www.facebook.com/CentrumWielokulturoweKrk).

## **Punkt Informacji dla Obcokrajowców**

W punkcie udzielane są informacje w kwestiach związanych z życiem codziennym w Krakowie takich jak: edukacja, formalności, opieka zdrowotna, oferta kulturalna miasta itp. Na wsparcie mogą też liczyć mieszkańcy w przypadku trudności adaptacyjnych lub w sytuacjach dyskryminacji. Dodatkowo oferta obejmuje konsultacje prawne, psychologiczne i edukacyjne. Komunikacja w języku polskim, angielskim, ukraińskim i rosyjskim. W razie potrzeby zapewniane jest wsparcie w innych językach.

Centrum mieści się przy al. Daszyńskiego 22. Jest czynne od wtorku do piątku w godz. 9.00–19.00, a także w każdy ostatni weekend miesiąca w godz. 9.00–14.00. W czwartki funkcjonuje dyżur darmowych porad prawnych w godz. 16.00–19.00 pod numerami telefonów **510 080 765** i **510 065 331**.

Telefon **887 201 598**, e-mail [punkt@open.krakow.pl](mailto:punkt@open.krakow.pl), profil na Facebooku [@MigrantInfoPointKrk](https://www.facebook.com/MigrantInfoPointKrk).

## **Punkt konsultacyjny wspierający cudzoziemców w Punkcie Obsługi Przedsiębiorcy Urzędu Miasta Krakowa**

W punkcie przy ul. Wielickiej 28a konsultant ds. przedsiębiorczości udziela informacji w językach ukraińskim, rosyjskim i angielskim oraz telefonicznie: **12 616 56 07**. Stanowisko jest czynne codziennie od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.00 do 15.00.

Przedsiębiorcy, którzy będą chcieli skorzystać z bezpłatnych konsultacji, mogą dokonać elektronicznej rezerwacji terminu konsultacji, wchodząc na stronę Punktu Obsługi Przedsiębiorcy [business.krakow.pl/pop](http://business.krakow.pl/pop) lub dzwoniąc pod nr telefonu: 12 616 56 00.

## **Meleks 80+**

Usługa transportowa dla seniorów powyżej 80. roku życia, która ma na celu pomoc w dotarciu do grobów bliskich i jest świadczona w poniedziałki, środy i piątki w godz. 10–14 na terenie cmentarzy komunalnych: Grębałowskiego, Prądnik Czerwony i Rakowickiego. Infolinia **12 413 33 33** od poniedziałku do piątku w godz. 8–15.

## **„Złota rączka”**



Miejska „Złota rączka” ma na celu zapewnienie nieodpłatnej pomocy seniorom w drobnych naprawach domowych. Projekt skierowany jest do osób powyżej 60. roku życia, w pierwszej kolejności samotnych i niepełnosprawnych, prowadzących jednoosobowe gospodarstwo. Wystarczy zadzwonić pod numer **12 616 7814** i wskazać, jakiego rodzaju pomoc jest potrzebna.

### **Program Kraków dla Rodziny „N”**

Rodziny z niepełnosprawnym dzieckiem, które spełniają kryteria, mogą przystąpić do programu poprzez złożenie wniosku o wydanie spersonalizowanej karty identyfikacyjnej (Krakowskiej Karty Rodziny z Niepełnosprawnym Dzieckiem, tzw. Karty „N”), na podstawie której mogą korzystać z szeregu uprawnień oferowanych przez miejskich i prywatnych partnerów programu.

Więcej informacji o programie można uzyskać pod numerem tel. **12 616 52 93**.

### **Program opieki wytchnieniowej dla opiekunów osób niepełnosprawnych**

W ramach programu finansowanego ze Środków Funduszu Solidarnościowego udział w bezpłatnych turnusach opieki wytchnieniowej mogą wziąć pełnoletnie osoby niepełnosprawne legitymujące się orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności.

Zgłoszenia przyjmowane są w Miejskim Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekłe Niepełnosprawnych oraz Niesamodzielnych w Krakowie przy ul. Wielickiej 267. Dodatkowe informacje dotyczące udziału w turnusie pod numerami telefonów **12 446 75 00** lub **539 974 003** (od poniedziałku do piątku w godz. od 7.25 do 15.00).