

KONSULTACIJAS IR PAGALBĄ TEIKIANČIŲ ĮSTAIGŲ KONTAKTŲ

	Per kiek laiko nuo kreipimosi suteikiama psichologinė pagalba/ konsultacija		Tikslinė grupė	Adresas	Telefonas	El. paštas
MIESTO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS	Psichologinė pagalba/ konsultacija suteikiama per 5 darbo dienas nuo kreipimosi		Paaugliai nuo 16 metų ir suaugusieji	Gintaro g. 33A-1, Palanga	+37066361420	stiprinimas@palangosvsb.lt
PALANGOS BENDRUOMENINIAI ŠEIMOS NAMAI - LABDAROS IR PARAMOS FONDAS „DIENVIDIS“	Iš karto arba esant specialistų užimtumui per trumpiausią terminą nuo kreipimosi dienos		Paaugliai nuo 16 metų ir suaugę. Vaikai nuo 6 metų, paaugliai ir suaugę (rusų ir ukrainiečių kalbomis)	Jūratės g. 42, Palanga (II aukštas)	Esant skubiam atvejui kreiptis: +37069491354 Rusų kalba: +37067340658	palanga@dienvidis.lt
PALANGOS PIRMINĖS ASMENS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS CENTRAS	Psichologo konsultacijos	Psichologo konsultacijos laukimo terminas – 1 mėnesis. Skubi nemokama pagalba teikiama Palangos asmens sveikatos priežiūros centro psichikos sveikatos centro pacientams	Vaikai, paaugliai, suaugę asmenys	Vytauto g. 92, Palanga	Esant skubiam atvejui kreiptis: +37046056132	palangospsc@gmail.com
	Psichiatro konsultacijos	Vaikams ir paaugliams šiuo metu nereikiamos				
VŠĮ VILNIAUS PSICHOTERAPIJOS IR PSICHOANALIZĖS CENTRAS	Psichologo konsultacijos	Specialistų darbo valandomis	Paaugliai nuo 13 metų amžiaus, suaugę asmenys	Medvalakio g. 6, Palanga	+37046032939 +37065503304	palanga@vppc.lt
	Psichiatro konsultacijos	Specialistų darbo valandomis	Vaikai nuo 12 metų amžiaus (nuotolinės konsultacijos), suaugę asmenys	Medvalakio g. 6, Palanga	+37046032939 +37065503304	palanga@vppc.lt
PALANGOS ŠVIETIMO PAGALBOS TARNYBA*	Pagal specialistų darbo grafikus			Jūratės g. 11, Palanga	+37062010331	info@palangosspt.lt

* Nemokama pagalba teikiama Palangos miesto savivaldybėje gyvenančioms šeimoms, vaikams lankantiems Palangos miesto savivaldybėje veikiančias ugdymo įstaigas. Ne Palangos miesto savivaldybės gyventojams teikiamos mokamos paslaugos.

PALANGOS MIESTO SOCIALINIŲ PASLAUGŲ CENTRE PSICHOLOGINĖ PAGALBA TEIKIAMA, KAI ŠEIMAI YRA TAIKOMA ATVEJO VADYBA ARBA GALIMAI BUS TAIKOMA ATVEJO VADYBA	Per kiek laiko nuo kreipimosi suteikiama psichologinė pagalba/ konsultacijos	Adresas	Telefonas	El. paštas
	Pradėjus taikyti atvejo vadybos procesą	Gintaro g. 34, Palanga	+37062011073 (atvejo vadyba) +37066981384 (socialinis darbuotojas teikiantis psichosocialinę pagalbą)	sonata.siurkute@palangosspt.lt egle.reinikyte@palangosspt.lt

Įvykus krizei mokykloje, bendruomenėje, asmenų grupėje ar šeimoje dėl pagalbos galima kreiptis į psichologinių krizių pagalbos centrą:

Darbo laikas	Telefonas	El. paštas
Kasdien 9.00–19.00 val., VI 9.00–15.00 val., įskaitant šventines dienas.	1815	pagalba@krizesiveikimas.lt

Į Psichologinių krizių pagalbos centrą gali kreiptis organizacijos, įmonės, bendruomenės, šeimos ir kitos asmenų grupės, patyrusios netikėtas krizines situacijas.

Susisiekus su psichologinių krizių pagalbos centru, **Psichologinių krizių pagalbos centro specialistams įvertinus poreikį**, mobiliųjų psichologinių krizių įveikimo komandų paslaugas gali gauti organizacijų administracijos atstovai, krizių valdymo komandos, taip pat pavieniai asmenys, matantys, kad jų bendruomenėje ar organizacijoje esantiems žmonėms reikalinga skubi krizių specialistų pagalba.

Ugdymo įstaigos į psichologinių krizių pagalbos centro psichologus gali kreiptis įvykus krizinei situacijai ir kurių bendruomenės nariams reikalinga **skubi psichologinė pagalba ir (ar) Mobiliosios krizių komandos pagalba**. Šios situacijos gali būti:

- nelaimingas atsitikimas, susijęs su žala sveikatai ar gyvybei;
- bendruomenės nario mirtis;
- fizinio smurto atvejai, stipriai paveikę bendruomenę;
- savižudybė ar bandymas nusižudyti;
- karo Ukrainoje veiksmai, stipriai veikiantys bendruomenės narius;
- kitas sukrečiantis, pavojingas įvykis.

Šeimos, bendruomenės gali kreiptis, kai reikalinga **skubi psichologinė pagalba ar psichologo konsultacija**. Kreiptis galima dėl įvairių krizinių įvykių:

- netikėtos artimojo ar kito žmogaus mirties;
- savęs žalojimo;
- avarijos, kai kilo grėsmė sveikatai ar gyvybei;
- žmogaus dingimo;
- užpuolimo, išprievartavimo ir kt.

Mobilioji krizių komanda atvyksta į vietą tada, kai šeimoje ar kitoje žmonių grupėje būna paveiktas daugiau nei vienas asmuo.