



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

2021-07-30

W Krakowie rozpoczyna się 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 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.



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, 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, spacer 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, profil na Facebooku



[@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, profil na Facebooku [@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 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”



**Magiczny
Kraków**

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).