



Ministerstwo Rodziny  
i Polityki Społecznej



**novo**  
FUNDACJA

**Projekt w ramach Programu Ośłonowego**  
**„WSPIERANIE JEDNOSTEK SAMORZĄDU TERYTORIALNEGO**  
**W TWORZENIU SYSTEMU PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE” opracowany przez**  
**Powiat Pruszkowski pt.**  
**„przeMOC – Nie milcz! Bądź bohaterem!”**

# **ZAPRASZAMY NA DNI OTWARTE DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ W DNIU 02.10.2023 GODZ. 10-13 W CENTRUM KULTURY I SPORTU**

**(Bohaterów Warszawy 4, 05-800 Pruszków)  
foyer I piętro**

**Osoby z niepełnosprawnością zmagają się z trudnościami takimi jak zaburzenia adaptacyjne, zaburzenia odżywiania, nerwowość, spadek nastroju, poczucie izolacji, a także mogą mieć problem ze znalezieniem pracy. Jeśli doświadczasz przynajmniej jednej z tych trudności przyjdź na dni otwarte w dniu 02.10.2023. Zapraszamy na konsultacje psychologiczne**

**Projekt Finansowany ze Środków  
Ministerstwa Rodziny i Polityki  
Społecznej i Powiatu Pruszkowskiego**

**Organizatorem jest Zespół Ośrodków Wsparcia w  
Piastowie  
ul. Ks. J. Popiełuszki 24, Piastów  
tel. 22 753-45-56**

**Zespół Ośrodków Wsparcia**  
**ul. Ks. J. Popiełuszki 24, Piastów**  
**tel 22-753-45-56**

**bezpłatna pomoc psychologiczna dla**  
**mieszkańców**

**Powiatu Pruszkowskiego**

**Powiatowe Centrum Pomocy**  
**Rodzinie w Pruszkowie**  
**ul. Drzymały 30, Pruszków**  
**tel 22-738- 15- 01**

**Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej**  
**w Pruszkowie**  
**ul. Helenowska 3A, Pruszków**  
**tel 22-728- 11-81**

**Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej**  
**w Piastowie**  
**ul. Al. Tysiąclecia 3, Piastów**  
**tel 733- 888-442**

**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej**  
**ul. Al. Powstańców Warszawy 1, Reguły**  
**tel 22-350- 91- 20**

**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej**  
**w Nadarzynie**  
**ul. Mszczonowska 24, Nadarzyn**  
**tel 22-739- 73- 20**

**Środowiskowy Ośrodek Pomocy**  
**Społecznej w Brwinowie**  
**ul. Kościuszki 4a, Brwinów**  
**tel. 22 729 54 44**

**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej**  
**w Raszynie**  
**ul. Unii Europejskiej 3, Raszyn**  
**tel. 22 102 99 13**

**Pruszkowski Uniwersytet Trzeciego**  
**Wieku**

**ul. Bohaterów Warszawy 4, Pruszków**  
**tel 22-728-39-40**

**Ogólnopolska Poradnia Telefoniczna**  
**dla Osób Przeżywających Kryzys**  
**Emocjonalny**  
**116-123**

**Powiatowy Urząd Pracy**  
**Michała Drzymały 30, Pruszków**  
**tel 22 770 20 20**

**Agencja Zatrudnienia ADECCO**  
**POLSKA**

**ul. J.I. Kraszewskiego 42, Pruszków**  
**tel 22/738-88-21; 723-193-125**

**Agencja Zatrudnienia RANDSTAD**  
**Al. Wojska Polskiego 16A lok. 34,**  
**Pruszków**  
**tel 22/439-90-80**

**INTEGRACJA- POMOC W**  
**ZNALEZIENIU**  
**PRACY I MOŻLIWOŚĆ ZE**  
**SKORZYSTANIA**  
**ZE SZKOLEŃ DLA OSÓB**  
**NIEPEŁNOSPRAWNYCH**  
**WWW.INTEGRACJA.ORG.PL**  
**ul. Dzielna 1, Warszawa**  
**tel.: 22 530 65 70**



Ministerstwo Rodziny  
i Polityki Społecznej



NOVO  
FUNDACJA

## Projekt w ramach Programu Ośłonowego

„WSPIERANIE JEDNOSTEK SAMORZĄDU TERYTORIALNEGO

W TWORZENIU SYSTEMU PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE” opracowany przez

Powiat Pruszkowski pt.

„przeMOC – Nie milcz! Bądź bohaterem!”

# BEZPIECZNY I SZCZĘSLIWY SENIOR

**SERDECZNIE ZAPRASZAMY NA DNI OTWARTE DLA  
SENIORÓW W DNIU 03.10.2023 GODZ 10-13  
W CENTRUM KULTURY I SPORTU W PRUSZKOWIE**

(BOHATERÓW WARSZAWY 4, 05-800 PRUSZKÓW)

foyer I piętro

**Zdrowie psychiczne jest ważne w każdym wieku. Na kryzys psychiczny narażeni są szczególnie seniorzy. Jedną z najczęściej występujących chorób wśród seniorów jest depresja i stany lękowe. Objawami mogą być obniżony nastrój trwający minimum trzy miesiące, trudności w zasypianiu, niepokój i nerwowość. Seniorze, nie musisz być z tym sam! Specjaliści czekają na Ciebie w dniu 03.10.2023r.**

Projekt Finansowany ze Środków  
Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej i  
Powiatu Pruszkowskiego

Organizatorem jest Zespół Ośrodków  
Wsparcia w Piastowie  
ul. Ks. J. Popiełuszki 24, Piastów  
tel. 22 753-45-56



**Zespół Ośrodków Wsparcia  
ul. Ks. J. Popiełuszki 24, Piastów  
tel 22-753-45-56**

**bezpłatna pomoc psychologiczna dla  
mieszkańców**

**Powiatu Pruszkowskiego**

**Powiatowe Centrum Pomocy  
Rodzinie w Pruszkowie  
ul. Drzymały 30, Pruszków  
tel 22-738- 15- 01**

**Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  
w Pruszkowie**

**ul. Helenowska 3A, Pruszków  
tel 22-728- 11-81**

**Miejski Ośrodek Pomocy  
Społecznej w Piastowie  
ul. Al. Tysiąclecia 3, Piastów  
tel 733- 888-442**

**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  
ul. Al. Powstańców Warszawy 1, Reguły  
tel 22-350- 91- 20**

**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  
w Nadarzynie  
ul. Mszczonowska 24, 05-830 Nadarzyn  
tel 22-739- 73- 20**

**Środowiskowy Ośrodek Pomocy  
Społecznej w Brwinowie  
ul. Kościuszki 4a, 05-840 Brwinów  
tel. 22 729 54 44**

**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  
w Raszynie  
ul. Unii Europejskiej 3, 05-090 Raszyn  
tel. 22 102 99 13**

**Pruszkowski Uniwersytet Trzeciego  
Wieku  
ul. Bohaterów Warszawy 4, Pruszków  
tel 22-728-39-40**

**Ośrodek Aktywizacji Seniorów "AS"  
przy Miejskim Ośrodku Pomocy  
Społecznej  
w Pruszkowie  
ul. Helenowska 3 A  
pon, śr i czw- 13-16**

**Klub Seniora w Centrum -  
Urząd Miasta Pruszkowa  
ul. Kraszewskiego 14/16, pokój 21  
Środa 10-13**

**Ogólnopolska Poradnia Telefoniczna  
dla Osób Przeżywających Kryzys  
Emocjonalny  
116-123**

**Telefon Zaufania  
dla osób starszych  
- 22 635 09 54**

