

GDZIE

– ZJEŚĆ

– SPAĆ

– UMYĆ SIĘ

**– OTRZYMAĆ WSPARCIE
SPECJALISTÓW**

Przewodnik po Łodzi

Opracowanie
Caritas Archidiecezji Łódzkiej

Mapy opracowane zostały w
Archidiecezjalnym Wydawnictwie Łódzkim
na podstawie internetowej mapy www.mapa.lodz.pl
Miejskiego Ośrodka Dokumentacji Geodezyjnej
i Kartograficznej w Łodzi

Redaktor Wydawnictwa
Maria Barbara Libiszowska

ISBN 978-83-66212-25-1

ARCHIDIECEZJALNE WYDAWNICTWO ŁÓDZKIE
90-458 Łódź, ul. ks. I. Skorupki 3, tel. 42 636-04-81
<http://awl.lodz.pl> e-mail: awl@awl.lodz.pl

Druk i oprawa: STOGA, www.stoga.com.pl, Piotrków Trybunalski

Spis treści

O Przewodniku 7

Gdzie zjeść 9

1. Caritas Archidiecezji Łódzkiej – kuchnia społeczna 11
2. Stacja Opieki Środowiskowej Konwentu Bonifratrów 11
3. Dom Najświętszego Serca Jezusowego Siostry Misjonarki Miłości 11
4. Caritas Archidiecezji Łódzkiej – Punkt Pomocy Charytatywnej 12
5. Zarząd Okręgowy Polski Komitet Pomocy Społecznej – jadłodajnia 12
6. Zarząd Okręgowy Polski Komitet Pomocy Społecznej – jadłodajnia 12
7. Zupa na Pietrynie 13
8. Stowarzyszenie „Chleba Naszego” 13
9. Społeczna Lodówka Stowarzyszenie „Chleba Naszego” – 1 14
10. Społeczna Lodówka Stowarzyszenie „Chleba Naszego” – 2 14
11. Społeczna Lodówka Stowarzyszenie „Chleba Naszego” – 3 15
12. Społeczna Lodówka Stowarzyszenie „Chleba Naszego” – 4 15

Gdzie spać – kobiety 17

1. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łodzi
– Schronisko dla Bezdomnych Kobiet 19
2. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łodzi
– Noclegownia dla Bezdomnych Kobiet 19

Gdzie spać – mężczyźni 21

1. Towarzystwo Pomocy im. św. Alberta Koło Łódzkie
– Schronisko dla Bezdomnych Mężczyzn 23
2. Towarzystwo Pomocy im. św. Alberta Koło Łódzkie
– Schronisko dla Bezdomnych Mężczyzn 23
3. Towarzystwo Pomocy im. św. Alberta Koło Łódzkie
– Noclegownia dla Bezdomnych Mężczyzn 24

4. Dom Najświętszego Serca Jezusowego. Siostry Misjonarki Miłości
– Schronisko dla chorych bezdomnych mężczyzn **24**
5. Dom Najświętszego Serca Jezusowego. Siostry Misjonarki Miłości
– Noclegownia w okresie zimowym **25**
6. Stowarzyszenie Samopomocowe „ABAKUS” **25**
7. Hostel Readaptacyjny **25**
8. Miejskie centrum terapii i profilaktyki zdrowotnej w Łodzi **26**

Gdzie się ubrać 27

1. Stacja Opieki Środowiskowej Konwentu Bonifratrów **29**
2. Caritas Archidiecezji Łódzkiej – Punkt Pomocy Charytatywnej **29**
3. Dom Najświętszego Serca Jezusowego. Siostry Misjonarki Miłości **29**
4. Łódzki Oddział Okręgowy Polskiego Czerwonego Krzyża **30**
5. Zupa na Pietrynie **30**

Gdzie się umyć 31

1. Stacja Opieki Środowiskowej Konwentu Bonifratrów **33**
2. Caritas Archidiecezji Łódzkiej – Punkt Pomocy Charytatywnej **33**
3. Dom Najświętszego Serca Jezusowego Siostry Misjonarki Miłości **34**

Gdzie skorzystać z pomocy medycznej 35

1. Stacja Opieki Środowiskowej Konwentu Bonifratrów **37**

Gdzie uzyskać poradę specjalisty 39

1. Fundacja Wsparcia Psychospołecznego
– jednostka specjalistycznego poradnictwa **41**
2. Fundacja Wsparcia Psychospołecznego
– jednostka specjalistycznego poradnictwa **41**
3. Regionalny Punkt Diagnostyki i Terapii FASD w Łodzi **42**
4. Łódzki Oddział Okręgowy Polskiego Czerwonego Krzyża **42**
5. Fundacja Wsparcia Psychospołecznego
– jednostka specjalistycznego poradnictwa **43**

6. Stowarzyszenie Wspierania Rozwoju Dzieci i Młodzieży.
Profilaktyczno-Rozwojowy Ośrodek dla Dzieci i Młodzieży PROM
– jednostka specjalistycznego poradnictwa **43**
7. Caritas Archidiecezji Łódzkiej – Punkt Pomocy Charytatywnej **44**
8. Centrum Służby Rodzinie **44**
9. Poradnia Zdrowia Psychicznego POMOST **45**
10. Fundacja Świętej Rodziny **45**

Gdzie szukać pracy 47

1. Caritas Archidiecezji Łódzkiej
– Ośrodek Aktywizacji Zawodowej i Społecznej (OAZiS) **49**
2. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łodzi
– Klub Integracji Społecznej **49**
3. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łodzi
– Klub Integracji Społecznej **50**

Inne formy wsparcia 51

- Specjalistyczna Świetlica Środowiskowa Caritas Archidiecezji Łódzkiej **52**
- Dom Dniennego Pobytu Caritas Archidiecezji Łódzkiej **52**
- Specjalistyczna Świetlica Środowiskowa Caritas Archidiecezji Łódzkiej **52**
- Dom Dniennego Pobytu Caritas Archidiecezji Łódzkiej **53**
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Caritas
Archidiecezji Łódzkiej (Hospicjum Domowe Caritas) **53**
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Caritas Archidiecezji Łódzkiej
Integracyjny Ośrodek Leczeń i Rehabilitacji im. Jana Pawła II **54**
- Dom Najświętszego Serca Jezusowego Siostry Misjonarki Miłości **54**
- Towarzystwo Pomocy im. św. Alberta Koło Łódzkie
– Świetlica dla bezdomnych **55**
- Caritas Archidiecezji Łódzkiej
– Punkt Pomocy Charytatywnej z ogrzewalnią **55**
- Towarzystwo Pomocy im. św. Alberta Koło Łódzkie
– Autobus dla bezdomnych i potrzebujących **56**

Stowarzyszenie Promocji Zdrowia i Psychoterapii	
– Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie	56
Centrum Służby Rodzinie	
– Dom Samotnej Matki im. Stanisławy Leszczyńskiej	57
Centrum Służby Rodzinie	
– Fundusz Ochrony Macierzyństwa im. Stanisławy Leszczyńskiej	57
Centrum Służby Rodzinie. Archidiecezjalny Ośrodek Adopcyjny	58
Centrum Służby Rodzinie	
– Świetlica Środowiskowa „M.Łodzi Niegniewni”	58
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łodzi	
– zespół 6 streetworkerów	59
Stowarzyszenie Samopomocowe „ABAKUS”	59
Stowarzyszenie Monar – Poradnia Profilaktyki, Leczenia i Terapii Uzależnień w Łodzi	59
Miejskie centrum terapii i profilaktyki zdrowotnej w Łodzi	59
Poradnia Leczenia Uzależnień	60
Środowiskowy Dom Samopomocy „Przystań” typu A	60
Fundacja Świętej Rodziny	60

Inne placówki pomocowe w Łodzi 61

O Przewodniku

Inspiracją Przewodnika są doświadczenia włoskiej Wspólnoty Świętego Idziego (di Comunità di Sant'Egidio). Od 1990 r. Wspólnota ta w Rzymie publikuje każdego roku przewodnik *Dove mangiare, dormire, lavarsi. Gdzie zjeść, spać, umyć się*. Tego typu przewodniki wydawane są m.in. w Barcelonie, Mediolanie, Madrycie, Buenos Aires, Neapolu, Warszawie czy Krakowie. W 2018 roku po raz pierwszy przewodnik ukazał się w Łodzi.

Przewodnik może być kompasem dla tych, którzy są mieszkańcami Łodzi albo przebywają czasowo w naszym mieście i potrzebują pomocy. Może też być wskazówką dla tych, którzy chcą pomóc, ale nie wiedzą jak.

W roku obchodów IV Światowego Dnia Ubogich

Łódź 2020

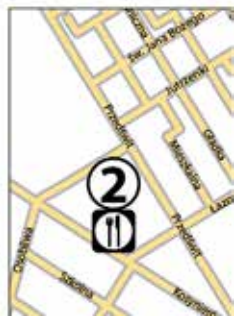
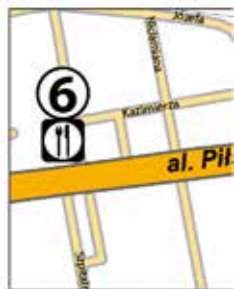
Dziękujemy wszystkim, którzy włączyli się w przygotowanie tego Przewodnika: pracownikom i wolontariuszom Caritas Archidiecezji Łódzkiej, Centrum Służby Rodziny, Stacji Opieki Środowiskowej Konwentu Bonifratrów w Łodzi, Siostrom Misjonarkom Miłości z Domu Najświętszego Serca Jezusowego w Łodzi oraz Towarzystwu Pomocy im. św. Alberta Koło Łódzkie.

Dziękujemy każdej organizacji i instytucji umieszczonej w tym Przewodniku za poświęcony czas i podzielenie się swoim doświadczeniem i wiedzą. Dziękujemy za dzieło wspierania ubogich, którego podejmujecie się od lat.

Zapraszamy instytucje i organizacje, które służą ubogim, do współtworzenia Przewodnika. W celu zgłoszenia nowych miejsc lub uzupełnień prosimy o kontakt:

Caritas Archidiecezji Łódzkiej
ul. Gdańska 111, 90-507 Łódź
e-mail: bezreszty@toya.net.pl

Gdzie zjeść



1. Caritas Archidiecezji Łódzkiej – kuchnia społeczna

- Adres: ul. Gdańska 111, Łódź
- Telefon: 42 639 95 81
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 13:45–15:00
- Forma pomocy: gorący posiłek w dni robocze, suchy prowiant na dni świąteczne i wolne od pracy
- Dojazd: tramwaj 2, 3, 6, 7, 11, 12, 15, 17; autobus 65

2. Stacja Opieki Środowiskowej Konwentu Bonifratrów

- Adres: ul. Przedświt 37, Łódź
- Telefon: 42 68 55 175
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 13:00–14:00
- Forma pomocy: gorąca zupa oraz suchy prowiant w dni powszednie, na sobotę i niedzielę suchy prowiant
- Dojazd: tramwaj 5, 6; autobus 63, 75

3. Dom Najświętszego Serca Jezusowego Siostry Misjonarki Miłości

- Adres: ul. A. Struga 90A, Łódź
- Telefon: 42 634 89 11
- Godziny otwarcia: niedziela, wtorek, środa, piątek 15:00, sobota 9:30
- Forma pomocy: ciepły posiłek
- Dojazd: tramwaj 8, 12, 16; autobus 65A, 80, 86, 99

4. Caritas Archidiecezji Łódzkiej – Punkt Pomocy Charytatywnej

- Adres: ul. Wólczańska 108, Łódź
- Telefon: 42 637 53 50
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 8:00–16:00
- Forma pomocy: paczki żywnościowe, pieczywo (o 14:30)
- Dojazd: tramwaj 2, 3, 6, 7, 8, 10A, 10B, 11A, 11B, 14, 18

5. Zarząd Okręgowy Polski Komitet Pomocy Społecznej – jadłodajnia

- Adres: ul. S. Żeromskiego 54, Łódź
- Telefon: 42 637 45 67; 42 637 40 12
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 12:00–15:00
- Forma pomocy: gorący posiłek w dni robocze, suchy prowiant na dni świąteczne i wolne od pracy
- Dojazd: tramwaj 12, 15; autobus 80, 83

6. Zarząd Okręgowy Polski Komitet Pomocy Społecznej – jadłodajnia

- Adres: ul. Szpitalna 12, Łódź
- Telefon: 42 674 20 29
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 12:00–15:00

- Forma pomocy: gorący posiłek w dni robocze, suchy prowiant na dni świąteczne i wolne od pracy
Dojazd: tramwaj 4, 8, 9, 10A, 10B;
autobus 54A, 54B, 64, 75A, 75B, 75C, 80

7. Zupa na Pietrynie

- Adres: róg Piotrkowskiej i św. Stanisława Kostki
- Telefon: 794 639 290
- Godziny otwarcia: niedziela, 16:00
- Forma pomocy: ciepły posiłek, kanapki, pieczywo na wynos, kawa i herbata
- Dojazd: tramwaj 2, 3, 6, 11A, 11B, 14

8. Stowarzyszenie „Chleba Naszego”

- Adres: 11 Listopada 36 (przy Sam-Scan)
- Telefon: +48 512 344 519
- Godziny otwarcia: non-stop
- Forma pomocy: żywność
- Dojazd: tramwaj: 1, 11A, 11B;
autobus: 73, 89, N5A, N5B; ŁKA: Radogoszcz-Zachód

9. Społeczna Lodówka Stowarzyszenie „Chleba Naszego” – 1

- Adres: Cieszkowskiego 2A
(przy Spółdzielni Socjalnej Łódzka Szansa)
- Telefon: +48 512 344 519
- Godziny otwarcia: całą dobę
- Forma pomocy: żywność
- Dojazd: tramwaj: 1, 2, 5, 6, 7, 8, 10A i 11A;
autobus: 50A, 50B 50C, 52, 57, 63, N4A, N4C

10. Społeczna Lodówka Stowarzyszenie „Chleba Naszego” – 2

- Adres: Rysownicza 11
(przy kościele pw. św. Michała Archanioła)
- Telefon: +48 512 344 519
- Godziny otwarcia: całą dobę
- Forma pomocy: żywność
- Dojazd: tramwaj: 3; autobus: 65A, 65B, NZ, 85A, 85B

11. Społeczna Lodówka Stowarzyszenie „Chleba Naszego” – 3

- Adres: Armii Krajowej 50 (przy Sam – Scan na Retkini)
- Telefon: +48 512 344 519
- Godziny otwarcia: całą dobę
- Forma pomocy: żywność
- Dojazd: tramwaj: 10A, 10B, 12, 14 18;
autobus: 99, 76, N2

12. Społeczna Lodówka Stowarzyszenie „Chleba Naszego” – 4

- Adres: Kilińskiego 228
(przy kościele pw. Matki Bożej Fatimskiej)
- Telefon: +48 512 344 519
- Godziny otwarcia: całą dobę
- Forma pomocy: żywność
- Dojazd: tramwaj: 1, 5, 6, 7, 8, 13, 14;
autobus: N3A, N3B, N5A, N5B

Gdzie spać – kobiety

1. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łodzi – Schronisko dla Bezdomnych Kobiet

- Adres: ul. K.I. Gałczyńskiego 7, Łódź
- Telefon: 42 647 03 33
- Godziny otwarcia: całodobowo
- Forma pomocy: całodobowe schronienie, pomoc rzeczowa, wsparcie merytoryczne
- Dojazd: autobus 69A, 69B, 70, 71A, 71B, 72, 75A, 75B

2. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łodzi – Noclegownia dla Bezdomnych Kobiet

- Adres: ul. K.I. Gałczyńskiego 7, Łódź
- Telefon: 42 647 03 33
- Godziny otwarcia: od kwietnia do października, 20:00–8:00; od listopada do marca 18:00–8:00
- Forma pomocy: schronienie, pomoc rzeczowa, wsparcie merytoryczne
- Dojazd: autobus 69A, 69B, 70, 71A, 71B, 72, 75A, 75B

Gdzie spać – mężczyźni

1. Towarzystwo Pomocy im. św. Alberta Koło Łódzkie – Schronisko dla Bezdomnych Mężczyzn

- Adres: ul. Nowe Sady 17, Łódź
- Telefon: 42 259 27 05
- Godziny otwarcia: całodobowo
- Forma pomocy: całodobowe schronienie i pełne wyżywienie, pomoc rzeczowa, wsparcie informacyjne
- Dojazd: autobus 50A, 50B, 50C, 52, 55, 62, 63, 65A, 68A, 68B, 69A, 69B

2. Towarzystwo Pomocy im. św. Alberta Koło Łódzkie – Schronisko dla Bezdomnych Mężczyzn

- Adres: ul. Szczytowa 11, Łódź
- Telefonu: 42 679 31 35
- Godziny otwarcia: całodobowo
- Forma pomocy: całodobowe schronienie i pełne wyżywienie, pomoc rzeczowa, wsparcie informacyjne
- Dojazd: tramwaj 12, 15; autobus 58, 64

3. Towarzystwo Pomocy im. św. Alberta Koło Łódzkie – Noclegownia dla Bezdomnych Mężczyzn

- Adres: ul. Szczytowa 11, Łódź
- Telefon: 42 679 31 35
- Godziny otwarcia: 20:00–8:00
- Forma pomocy: schronienie, wyżywienie, pomoc rzeczowa, wsparcie informacyjne
- Dojazd: tramwaj 12, 15; autobus 58, 64

4. Dom Najświętszego Serca Jezusowego Siostry Misjonarki Miłości – Schronisko dla chorych bezdomnych mężczyzn

- Adres: ul. A. Struga 90A, Łódź
- Telefon: 42 634 89 11
- Prośby o przyjęcie: codziennie oprócz czwartku 8:30–11:30 i 14:00–17:00. Nie ma nocnych przyjęć
- Forma pomocy: 15 miejsc, wszechstronna pomoc
- Dojazd: tramwaj 8, 12, 16; autobus 65A, 80, 86, 99

5. Dom Najświętszego Serca Jezusowego Siostry Misjonarki Miłości – Noclegownia w okresie zimowym

- Adres: ul. A. Struga 90A, Łódź
- Telefon: 42 634 89 11
- Godziny otwarcia: wejście o 19:30, wyjście o 8:30
- Forma pomocy: kilka miejsc na materacach na podłodze
- Dojazd: tramwaj 8, 12, 16; autobus 65A, 80, 86, 99

6. Stowarzyszenie Samopomocowe „ABAKUS”

- Adres: ul. Próchnika 5, Łódź
- Dojazd: tramwaj 2, 3, 6, 7, 11; autobus 96

7. Hostel Readaptacyjny

- Adres: ul. Wólczańska 225, Łódź
- Telefon: 42 684 23 97
- Dojazd: tramwaj 2, 3, 11, 6, 7, 15; autobus 74

8. Miejskie centrum terapii i profilaktyki zdrowotnej w Łodzi

- Adres: ul. Niciarniana 41, Łódź
- Forma pomocy: dla osób przyjętych na terapię
- Dojazd: tramwaj 4, 9, 10; autobus 54, 75, 96

Gdzie się ubrać

1. Stacja Opieki Środowiskowej Konwentu Bonifratrów

- Adres: ul. ul. Przedświt 37, Łódź
- Telefon: 42 68 55 175
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 8:00–11:00
- Forma pomocy: odzież używana dla dzieci i dorosłych
- Dojazd: autobus 63, 75; tramwaj 6

2. Caritas Archidiecezji Łódzkiej – Punkt Pomocy Charytatywnej

- Adres: ul. Wólczańska 108, Łódź
- Telefon: 42 637 53 50
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 8:00–16:00
- Forma pomocy: odzież używana, paczki z artykułami przemysłowymi
- Dojazd: tramwaj 2, 3, 6, 7, 8, 10A, 10B, 11A, 11B, 14, 18

3. Dom Najświętszego Serca Jezusowego Siostry Misjonarki Miłości

- Adres: ul. A. Struga 90A, Łódź
- Telefon: 42 634 89 11
- Godziny otwarcia: dla kobiet – środa 8:30
dla mężczyzn – piątek 8:30, doraźnie – wg potrzeby
- Forma pomocy: odzież używana
- Dojazd: tramwaj 8, 12, 16; autobus 65A, 80, 86, 99

4. Łódzki Oddział Okręgowy Polskiego Czerwonego Krzyża

- Adres: ul. Wysoka 44, Łódź
- Telefon: 42 636 11 22
- Godziny otwarcia: poniedziałki, wtorki i środy, w godz. 8:15 - 11:00
- Forma pomocy: magazyn odzieży używanej
- Dojazd: tramwaj 8, 10A, 10B; autobus 80, 83

5. Zupa na Pietrynie

- Adres: róg Piotrkowskiej i św. Stanisława Kostki
- Telefon: 794 639 290
- Godziny otwarcia: niedziela, 16:00
- Forma pomocy: w miarę możliwości zapewniamy ubrania osobom, które wcześniej zgłoszą konkretne zapotrzebowanie
- Dojazd: 2, 3, 6, 11A, 11B, 14

Gdzie się umyć

1. Stacja Opieki Środowiskowej Konwentu Bonifratrów

- Adres: ul. Przedświt 37, Łódź
- Telefon: 42 68 55 175
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 8:00–11:00
- Forma pomocy: łaźnia, podopieczny otrzymuje jednorazowy ręcznik oraz środki czystości
- Dojazd: autobus 63, 75; tramwaj 6

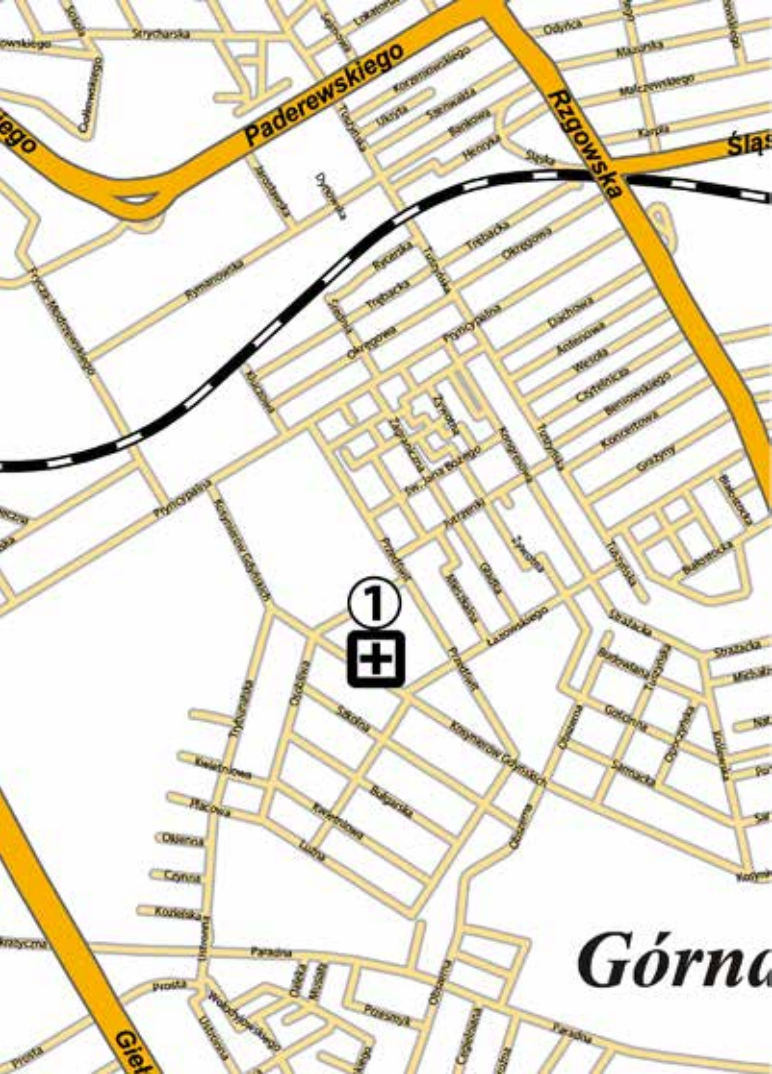
2. Caritas Archidiecezji Łódzkiej – Punkt Pomocy Charytatywnej

- Adres: ul. Wólczańska 108, Łódź
- Telefon: 42 637 53 50
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 8:00–16:00
- Forma pomocy: łaźnia – podopieczny otrzymuje jednorazowe artykuły do kąpieli, pralnia (środa, czwartek)
- Dojazd: tramwaj 2, 3, 6, 7, 8, 10A, 10B, 11A, 11B, 14, 18

3. Dom Najświętszego Serca Jezusowego Siostry Misjonarki Miłości

- Adres: ul. A. Struga 90A, Łódź
- Telefon: 42 634 89 11
- Godziny otwarcia: kąpiel dla kobiet – środa 8:30,
kąpiel dla mężczyzn – piątek 8:30
- Forma pomocy: kąpiel, śniadanie, odzież używana,
fryzjer – co drugi poniedziałek 9:00
- Dojazd: tramwaj 8, 12, 16; autobus 65A, 80, 86, 99

Gdzie skorzystać z pomocy medycznej



Paderewskiego

Rzgowska

Śląska



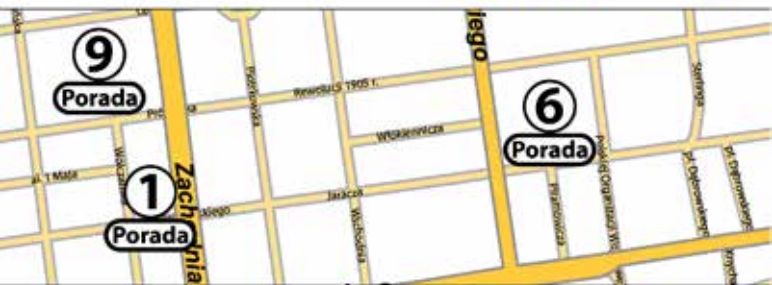
Górna

Giet

1. Stacja Opieki Środowiskowej Konwentu Bonifratrów

- Adres: ul. Przedświt 37, Łódź
- Telefon: 42 68 55 175
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 8:00–14:00
- Forma pomocy: doraźna pomoc medyczna
- Dojazd: tramwaj 5, 6; autobus 63, 75

**Gdzie uzyskać poradę
specjalisty**



1. Fundacja Wsparcia Psychospołecznego – jednostka specjalistycznego poradnictwa

- Adres: ul. Zachodnia 97, lok. 12, Łódź
- Telefon: 794 430 463
- Godziny otwarcia: poniedziałek – środa, 16:30-19:30; piątek, 17:00 – 19:00; sobota 8:30 – 12:30; wizyty na zapisy telefoniczne
- Forma pomocy: poradnictwo prawne, psychospołeczne, psychologiczne, terapia rodzinna
- Dojazd: tramwaj 2, 3, 6, 7A, 7B, 9, 11A, 11B, 12, 13

2. Fundacja Wsparcia Psychospołecznego – jednostka specjalistycznego poradnictwa

- Adres: ul. Kutrzeby 4, Łódź (SP nr 35)
- Telefon: 794 430 463
- Godziny otwarcia: środa 15:30 – 19:30; wizyty na zapisy telefoniczne
- Forma pomocy: poradnictwo prawne, psychospołeczne, psychologiczne, terapia rodzinna
- Dojazd: autobus 65A, 65B, 96A, 96B, 96C

3. Regionalny Punkt Diagnostyki i Terapii FASD w Łodzi

- Adres: ul. Snycerska 8, Łódź
- Telefon: 42 203 48 53
- Godziny otwarcia: poniedziałek 10:00–16:00; wtorek 8:00–16:00; środa 8:00–13:00; czwartek 8:00–16:00; piątek 8:00–13:00
- Forma pomocy: bezpłatna pomoc dzieciom z FASD (Spektrum Płodowych Zaburzeń Alkoholowych) oraz ich rodzicom/opiekunom, zamieszkującym na terenie województwa łódzkiego
- Dojazd: tramwaj 2, 3, 11A, 11B, 17; autobus 59, 65A, 65B, 73, 85B

4. Łódzki Oddział Okręgowy Polskiego Czerwonego Krzyża

- Adres: ul. Wysoka 44, Łódź
- Telefon: 42 636 11 22
- Godziny otwarcia: pierwszy czwartek miesiąca 14:00 - 16:00, po wcześniejszym zgłoszeniu telefonicznym
- Forma pomocy: porady prawne
- Dojazd: tramwaj 8, 10A, 10B; autobus 80, 83

5. Fundacja Wsparcia Psychospołecznego – jednostka specjalistycznego poradnictwa

- Adres: ul. Krzemieniecka 24 A, lok. 57, Łódź
- Telefon: 794 430 463
- Godziny otwarcia: poniedziałek 16:00–18:00; piątek 15:00–18:00, wizyty na zapisy telefoniczne
- Forma pomocy: terapia rodzinna, poradnictwo prawne, psychologiczne
- Dojazd: autobus 43A, 43B, 76, 80, 99

6. Stowarzyszenie Wspierania Rozwoju Dzieci i Młodzieży. Profilaktyczno-Rozwojowy Ośrodek dla Dzieci i Młodzieży PROM – jednostka specjalistycznego poradnictwa

- Adres: ul. S. Jaracza 40, Łódź
- Telefon: 42 630 03 73
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 14:00-20:00, wizyty również na zapisy telefoniczne
- Forma pomocy: terapia rodzinna, poradnictwo prawne, psychologiczne
- Dojazd: autobus 96

7. Caritas Archidiecezji Łódzkiej – Punkt Pomocy Charytatywnej

- Adres: ul. Wólczańska 108, Łódź
- Telefon: 42 637 53 50
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 8:00–16:00
- Forma pomocy: specjalistyczne poradnictwo socjalne, prawne, psychologiczne, zawodowe, rodzinne, terapeutyczne uzależnień, grupa wsparcia AA Pokorni (poniedziałki 16:00-18:00)
- Dojazd: tramwaj 2, 3, 6, 7, 8, 10A, 10B, 11A, 11B, 14, 18

8. Centrum Służby Rodzinie

- Adres: ul. W. Broniewskiego 1A, Łódź
- Telefon: 42 682 20 22
- Godziny otwarcia: poniedziałek – czwartek 10:00–18:00; piątek 10:00–16:00
- Formy pomocy: porady prawne, psychologiczne/ terapeutyczne, socjalne, duszpasterskie, rodzinne, doradca życia rodzinnego
- Dojazd: tramwaj 1, 5, 6, 11, 15; autobus 52, 56, 69, 70, 71, 72, 75

9. Poradnia Zdrowia Psychicznego POMOST

- Adres: Próchnika 7
- Telefon: 42 632 08 66
- Godziny otwarcia: poniedziałek - piątek 10:00 – 18:00
- Formy pomocy: porada psychologiczna
- Dojazd: tramwaj 2,3,6,7,11; autobus 86, 96

10. Fundacja Świętej Rodziny

- Adres: Limanowskiego 60
- Telefon: 519 640 035
- Godziny otwarcia: umówione wizyty
- Formy pomocy: pomoc prawna
- Dojazd: tramwaj 2, 5, 6

Gdzie szukać pracy

1. Caritas Archidiecezji Łódzkiej **– Ośrodek Aktywizacji Zawodowej i Społecznej (OAZiS)**

- Adres: ul. M. Gogola 12, Łódź (obok kościoła)
- Telefon: 42 673 41 30
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 8:00–16:00
- Forma pomocy: pomoc w poszukiwaniu pracy
- Dojazd: tramwaj 4, 7, 8, 9, 10A, 10B
autobus 69, 82, 91, 96, 201, 202

2. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łodzi **– Klub Integracji Społecznej**

- Adres: ul. Księży Młyn 2, Łódź
- Telefon: 42 255 82 72
- Godziny otwarcia: wtorek 9:00–17:00;
pozostałe dni robocze 8:00–16:00
- Forma pomocy: pomoc w poszukiwaniu pracy
(Infokioski)
- Dojazd: autobus 55, 77

3. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łodzi – Klub Integracji Społecznej

- Adres: ul. Objazdowa 17, Łódź
- Telefon: 42 208 25 58
- Godziny otwarcia: wtorek 9:00–17:00;
pozostałe dni robocze 8:00–16:00
- Forma pomocy: pomoc w poszukiwaniu pracy
(Infokioski)
- Dojazd: tramwaj 12, 14, 18;
autobus 71B, 80, 86B, 99

Inne formy wsparcia

Specjalistyczna Świetlica Środowiskowa Caritas Archidiecezji Łódzkiej

- Adres: ul. Odolanowska 46, Łódź
- Telefon: 42 657 10 33
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 14:00–18:00
- Forma pomocy: fachowa opieka pozaszkolna, zajęcia dla dzieci, ciepły posiłek
- Dojazd: autobus 65A, 65B

Dom Dziennego Pobytu Caritas Archidiecezji Łódzkiej

- Adres: ul. Odolanowska 46, Łódź
- Telefon: 42 657 10 33
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 09:00–14:00
- Forma pomocy: aktywizacja seniorów, ciepły posiłek
- Dojazd: autobus 65A, 65B

Specjalistyczna Świetlica Środowiskowa Caritas Archidiecezji Łódzkiej

- Adres: ul. Gdańska 111, Łódź
- Telefon: 42 639 95 81
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 8:30–13:30 (dzieci w wieku przedszkolnym), 14:00–18:00 (dzieci w wieku szkolnym)

- Forma pomocy: fachowa opieka pozaszkolna, zajęcia dla dzieci, ciepły posiłek
- Dojazd: tramwaj 2, 3, 6, 7, 10, 11, 14, 15, 18

Dom Dziennego Pobytu Caritas Archidiecezji Łódzkiej

- Adres: ul. Gdańska 111, Łódź
- Telefon: 42 639 95 81
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 8:30–13:30
- Forma pomocy: aktywizacja seniorów, ciepły posiłek
- Dojazd: tramwaj 2, 3, 11, 15

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Caritas Archidiecezji Łódzkiej (Hospicjum Domowe Caritas)

- Adres: ul. Zgierska 121, Łódź
- Telefon: 42 636 24 08
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 10:00–16:00
- Forma pomocy: opieka medyczna nad chorymi na nowotwór, wsparcie dla rodzin chorych
- Dojazd: tramwaj 4, 11A, 11B, autobus 57, 81, 85A, 85B

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Caritas Archidiecezji Łódzkiej Integracyjny Ośrodek Leczeń i Rehabilitacji im. Jana Pawła II

- Adres: al. marsz. E. Śmigłego Rydza 24/26, Łódź
- Telefon: 42 678 91 12
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 8:00–20:00
- Forma pomocy: leczenie schorzeń z zakresu laryngologii dla dzieci i dorosłych, audiologii, neurologii, logopedii, psychologii, protetyka słuchu
- Dojazd: tramwaj 2, 3, 7, 13, 14, autobus 70, 75, 96

Dom Najświętszego Serca Jezusowego Siostry Misjonarki Miłości

- Adres: ul. A. Struga 90A, Łódź
- Telefon: 42 634 89 11
- Godziny otwarcia: niedziela 15:00 – Msza święta, wtorek 15:00 – różaniec, środa 15:00 – katecheza dla dorosłych, piątek 15:00 – adoracja, sobota 9:30 – Słowo Boże, pierwszy piątek miesiąca i przed Mszą świętą – spowiedź, coroczne rekolekcje adwentowe, wielkopostne i letnie, przygotowanie do sakramentów – według potrzeby
- Forma pomocy: pomoc duchowa/modlitewna
- Dojazd: tramwaj 8, 12, 16; autobus 65A, 80, 86, 99

Towarzystwo Pomocy im. św. Alberta Koło Łódzkie – Świetlica dla bezdomnych

- Adres: al. marsz. J. Piłsudskiego 119, Łódź
- Telefon: 42 259 27 05
- Godziny otwarcia: w okresie 01.01 – 15.03 oraz 01.12 – 31.12. godz. 8:00–16:00
- Forma pomocy: schronienie, gorący posiłek i gorące napoje, pomoc rzeczowa, pomoc pielęgnarska, odzież stosowna do pory roku
- Dojazd: tramwaj 4, 8, 9A, 9B, 10A, 10B

Caritas Archidiecezji Łódzkiej – Punkt Pomocy Charytatywnej z ogrzewalnią

- Adres: ul. Wólczańska 108, Łódź
- Telefon: 42 637 53 50
- Godziny otwarcia: w okresie 01.12 – 15.03, godz. 16:00–20:00
- Forma pomocy: schronienie, gorący posiłek i gorące napoje, pomoc rzeczowa, odzież stosowna do pory roku, możliwość skorzystania z prysznica, pralnia (środa, czwartek), fryzjer (środa)
- Dojazd: tramwaj: 2, 3, 6, 7, 8, 10A, 10B, 11A, 11B, 14, 18

Towarzystwo Pomocy im. św. Alberta Koło Łódzkie **– Autobus dla bezdomnych i potrzebujących**

- Adres: trasa przebiegu w Łodzi: Nowe Sady 17 – Dworzec Łódź-Kaliska – Dworzec Łódź-Żabieniec – Stary Rynek – pl. N. Barlickiego – Szczytowa 11 – K.I. Gałczyńskiego 7 – Nowe Sady 17
- Telefon: 42 259 27 05
- Godziny otwarcia: w okresie 01.01 – 15.03 oraz 01.12 – 31.12. godz. 22.00–3.00
- Forma pomocy: gorący posiłek i gorące napoje, odzież stosowna do pory roku, dowóz do miejsc noclegowych

Stowarzyszenie Promocji Zdrowia i Psychoterapii **– Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia** **dla Ofiar Przemocy w Rodzinie**

- Adres: ul. Franciszkańska 85, Łódź
- Telefon: 42 640 65 91
- Godziny otwarcia: całodobowo
- Forma pomocy: schronienie, pomoc interwencyjna, porady psychologiczne, prawne, socjalne, pielęgniarskie, terapia indywidualna i grupowa
- Dojazd: autobus 85A, 85B

Centrum Służby Rodzinie

– Dom Samotnej Matki im. Stanisławy Leszczyńskiej

- Adres: ul. W. Broniewskiego 1A, Łódź
- Telefon: 42 688 18 49
- Godziny otwarcia: całodobowo
- Forma pomocy: schronienie, wyżywienie, pomoc socjalna, porady psychologiczne, prawne, wsparcie informacyjne
- Dojazd: tramwaj 1, 5, 6, 11, 15; autobus 69A, 69B, 72

Centrum Służby Rodzinie

– Fundusz Ochrony Macierzyństwa im. Stanisławy Leszczyńskiej

- Adres: ul. W. Broniewskiego 1A, Łódź
- Telefon: 42 682 20 22
- Godziny otwarcia: czwartek, 14:00–16:00
- Forma pomocy: pomoc rzeczowa – ubranka dla niemowląt i małych dzieci; używane wózki, łóżeczka itp., wyprawka dla noworodka, paczka żywnościowa lub mleko modyfikowane dla niemowląt (do 6. miesiąca życia dziecka)
- Dojazd: tramwaj 1, 5, 6, 11, 15; autobus 52, 56, 69, 70, 71, 72, 75

Centrum Służby Rodzinie

Archidiecezjalny Ośrodek Adopcyjny

- Adres: ul. W. Broniewskiego 1A, Łódź
- Telefon: 42 682 18 88, 607 16 19 20
- Godziny otwarcia: poniedziałek, wtorek, czwartek, piątek 09:00–16:00, środa, 09:00–20:00
- Formy wsparcia: pomoc dla małżeństw i rodzin pragnących adoptować dziecko, pomoc dla kobiet w ciąży i rodzin stojących przed decyzją oddania dziecka do adopcji, pomoc psychologiczna, pedagogiczna, prawna dla rodzin naturalnych i adopcyjnych, pomoc dla dorosłych adoptowanych szukających swoich korzeni
- Dojazd: tramwaj 1, 5, 6, 11, 15; autobus 52, 56, 69, 70, 71, 72, 75

Centrum Służby Rodzinie

– Świetlica Środowiskowa „M.Łodzi Niegniewni”

- Adres: ul. W. Broniewskiego 1A, Łódź
- Telefon: 42 682 20 22
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek 12:00–18:00; w wakacje 10:00–18:00
- Formy pomocy: pomoc dla dzieci w wieku 6-15 lat, ciepły posiłek, pomoc w odrabianiu lekcji i rozwiązywaniu codziennych trudności, indywidualna opieka psychologa
- Dojazd: tramwaj 1, 5, 6, 11, 15; autobus 52, 56, 69, 70, 71, 72, 75

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łodzi **– zespół 6 streetworkerów**

- Adres: ul. Wschodnia 32/16, Łódź
- Telefon: 798 984 344; 798 983 848; 798 984 365; 798 983 470; 798 984 081; 798 983 672
- Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek, 9:00–11:00
- Forma pomocy: wsparcie merytoryczne osób bezdomnych przebywających poza instytucjonalnymi ośrodkami wsparcia
- Dojazd: tramwaj 4, 15, 17; autobus 59, 73, 78

Stowarzyszenie Samopomocowe „ABAKUS”

- Adres: ul. Próchnika 5, Łódź
- Formy pomocy: grupy terapeutyczne i samopomocowe

Stowarzyszenie Monar – Poradnia Profilaktyki, Leczenia i Terapii Uzależnień w Łodzi

- Adres: ul. Tuszyńska 123/125 lok. 3U, Łódź
- Formy pomocy: poradnia uzależnień

Miejskie centrum terapii i profilaktyki zdrowotnej w Łodzi

- Adres: Niciarniana 41, Łódź
- Formy pomocy: terapia uzależnień (stacjonarna i ambulatoryjna)

Poradnia Leczenia Uzależnień

- Adres: ul. Kilińskiego 232, Łódź
- Telefon: 42 684 08 13
- Formy pomocy: 3- i 10-dniowy detoks, a następnie skierowanie na terapię do Miejskiego centrum terapii i profilaktyki zdrowotnej w Łodzi (ul. Niciarniana 41)

Środowiskowy Dom Samopomocy „Przystań” typu A

- Adres: Próchnika 7
- Telefon: 42 632 08 66
- Godziny otwarcia: poniedziałek - piątek 8:00 - 16:00
- Formy wsparcia: dzienny ośrodek dla osób dorosłych z zaburzeniami psychicznymi - terapeutyczne zajęcia grupowe i indywidualne
- Dojazd: tramwaj 2, 3, 6, 7, 11; autobus 86, 96

Fundacja Świętej Rodziny

- Adres: Limanowskiego 60
- Telefon: 519 640 035
- Formy pomocy: po uzgodnieniu pomoc w postaci dystrybucji jedzenia, środków czystości i odzieży
- Dojazd: tramwaj 2, 5, 6

Inne placówki pomocowe w Łodzi

- **Dom Dziecka dla Dzieci Chorych Fundacji „Dom w Łodzi”**
91-426 Łódź, ul. Wierzbowa 13, tel. 42 678 01 00
- **Dom Pomocy Społecznej dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie mężczyzn (Fundacja im. Brata Alberta w Krakowie)**
91-366 Łódź, ul. Helenówek 7, tel. 42 658 91 70
- **Dom Pomocy Społecznej dla osób przewlekłe psychicznie chorych Zgromadzenie Sióstr Służebniczek NMP NP (Prowincja Łódzka)**
93-357 Łódź, ul. Kosynierów Gdyńskich 20, tel. 42 646 11 70
- **Fundacja Pomocy Niepełnosprawnym „Okaż Serce”**,
90-145 Łódź, ul. Narutowicza 114, tel. 42 678 11 74
- **Fundacja Pomocy Rodzinie OPOKA**
90-615 Łódź, ul. Rewolucji 1905 r. nr 78/80, tel. 501 420 968
- **Fundacja Wsparcia Psychospołecznego**
91-036 Łódź, ul. Bydgoska 15/8, miejscem realizacji zadania jest lokal z siedzibą w Łodzi, przy ul. Zachodniej 97 blok. 305, tel. 794 430 463

- **Klub Integracji Społecznej w Łodzi**
93-523 Łódź, ul. I. Paderewskiego 47, tel. 42 683 48 53
- **Klub Integracji Społecznej w Łodzi**
90-345 Łódź, ul. Księży Młyn 2, tel. 42 255 82 72
- **Klub Integracji Społecznej w Łodzi**
91-016 Łódź, ul. S. Tybury 16, tel. 42 640 70 50
- **Klub Samopomocy „Lonia” w Łodzi**
91-039 Łódź, Wrocławska 8, tel. 42 617 11 89
- **Klub Samopomocy „Towarzystwo Przyjaciół Niepełnosprawnych” w Łodzi**
93-410 Łódź, ul. Pabianicka 132, tel. 42 656 37 47
- **Młodzieżowy Ośrodek Socjoterapii „SOS” nr 1**
91-087 Łódź, ul. Wapienna 24a, tel. 42 651 43 34
- **Młodzieżowy Ośrodek Socjoterapii nr 2**
91-232 Łódź, ul. Spadkowa 11, tel. 42 652 78 93
- **Młodzieżowy Ośrodek Socjoterapii nr 3**
93-121 Łódź, ul. Częstochowska 36, tel. 42 633 14 85
- **Młodzieżowy Ośrodek Socjoterapii nr 4**
91-941 Łódź, ul. Łucji 12/16, tel. 42 659 40 44
- **Młodzieżowy Ośrodek Wychowawczy nr 3 im. Marii Grzegorzewskiej**
91-008 Łódź, ul. Drewnowska 151, tel. 42 612 29 35
- **Polski Czerwony Krzyż Łódzki Zarząd Okręgowy**
90-451 Łódź, ul. Piotrkowska 203/205, tel. 42 636 13 87

- **Polski Komitet Pomocy Społecznej
Zarząd Okręgowy w Łodzi**
93-005 Łódź, ul. Wólczańska 217/219, tel. 42 637 34 55
- **Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego
Oddział w Łodzi**
92-338 Łódź, ul. S. Przybyszewskiego 255/267,
tel. 42 649 18 03
- **Polskie Towarzystwo Zapobiegania Narkomanii
Oddział Łódzki**
90-514 Łódź, al. T. Kościuszki 48, tel. 42 675 74 03
- **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 1**
91-335 Łódź, ul. Hipoteczna 3/5, tel. 42 651 49 72
- **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 2**
91-362 Łódź, ul. Motylowa 3, tel. 42 659 15 81
- **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 3**
90-019 Łódź, ul. Dowborczyków 5, tel. 42 676 73 05
- **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 4**
92-332 Łódź, al. marsz. J. Piłsudskiego 101,
tel. 42 674 45 88
- **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 5**
90-552 Łódź, ul. M. Kopernika 40, tel. 42 637 16 08
- **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 6**
93-008 Łódź, ul. Rzgowska 25, tel. 42 684 92 82
- **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna
dla Młodzieży**
94-050 Łódź, al. ks. kard. Stefana Wyszyńskiego 86,
tel. 42 688 16 68

- **Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
Łódź Wschód**
92-318 Łódź, al. Piłsudskiego 135, tel. 42 676 34 99
- **Regionalne Centrum Polityki Społecznej w Łodzi**
91-302 Łódź, ul. Snycerska 8, tel. 42 203 48 00
- **Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno-
-Pedagogiczna Doradztwa Zawodowego
i dla Dzieci z Wadami Rozwojowymi**
94-050 Łódź, al. ks. kard. Stefana Wyszyńskiego 86,
tel. 42 688 21 62
- **Specjalistyczna Poradnia
Wspierania Rozwoju i Terapii**
91-335 Łódź, ul. Hipoteczna 3/5, tel. 42 653 76 75
- **Środowiskowy Dom Samopomocy „Przystań”
typu A w Łodzi**
90-408 Łódź, ul. Próchnika 7, tel. 42 632 08 66
- **Środowiskowy Dom Samopomocy typu A w Łodzi**
93-410 Łódź, ul. Pabianicka 132, tel. 42 656 37 47
- **Środowiskowy Dom Samopomocy typu B w Łodzi**
94-023 Łódź, ul. Karolewska 70/76, tel. 42 689 90 60
- **Środowiskowy Dom Samopomocy typu C
„Towarzystwo Alzheimerowskie” w Łodzi**
91-310 Łódź, ul. Przybyszewskiego 111,
tel. 42 681 24 32
- **Środowiskowy Dom Samopomocy typu C w Łodzi**
93-460 Łódź, ul. Chocianowicka 198, tel. 42 680 21 00