

# Rusz w drogę do wyjścia z nałogu

Nasz zaangażowany zespół jest gotowy wspierać cię z zachowaniem poufności i w odpowiednim dla ciebie tempie.

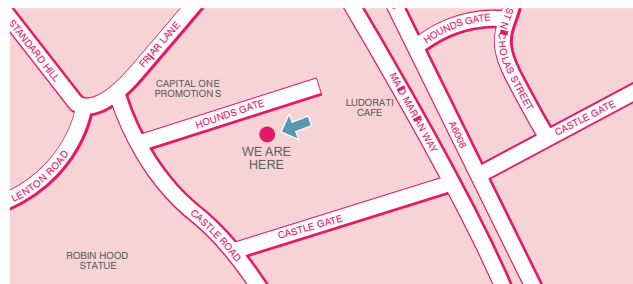
## Przyjdź do nas osobiście

Zapraszamy do Nottingham Wellbeing Hub w godzinach otwarcia ośrodka. Nie trzeba umawiać się na spotkanie.

pon., wt., czw., pt.: **9:30–16:00**

śr.: **9:30–18:00** i sob: **9:30–12:00**

Nasz adres to Nottingham Wellbeing Hub, 73 Hounds Gate, Nottingham, NG1 6BB



## Skontaktuj się z nami online

Do naszego zespołu można wysłać e-mail, pisząc na adres [info@nottinghamrecoverynetwork.com](mailto:info@nottinghamrecoverynetwork.com)

Można także wypełnić formularz kontaktowy dostępny online pod adresem: [www.nottinghamrecoverynetwork.com](http://www.nottinghamrecoverynetwork.com)

## Zadzwoń do nas

Z naszym zespołem można skontaktować się telefonicznie pod numerem **0800 066 5362**

pon., wt., czw., pt.: **8:00–18:00** śr: **8:00–19:00** sob: **9:00–13:00**

Działania realizowane we współpracy z:



Polish



Drug & Alcohol support in Nottingham

**Miejsce, w którym można uzyskać bezpłatne wsparcie, porady i leczenie** dla osób dorosłych nadużywających alkoholu i narkotyków w mieście Nottingham.



Jeśli ty lub znajoma ci osoba zmagacie się z nadużywaniem alkoholu lub narkotyków, możemy wam pomóc.

Tel. **0800 066 5362**

E-mail: [info@nottinghamrecoverynetwork.com](mailto:info@nottinghamrecoverynetwork.com)

[www.nottinghamrecoverynetwork.com](http://www.nottinghamrecoverynetwork.com)

## Kim jesteśmy?

Świadczymy usługi wsparcia dla mieszkańców w mieście Nottingham osób dorosłych nadużywających narkotyków i alkoholu. Nasz zespół ma swoją siedzibę w Nottingham Wellbeing Hub w centrum Nottingham.

Oferujemy szeroki zakres usług i wsparcia dla osób mieszkających w Nottingham, które zmagają się z:

- nadużywaniem substancji uzależniających,
- problemami ze zdrowiem fizycznym i psychicznym,
- bezdomnością i problemami mieszkaniowymi.

Nasze podejście do leczenia i wsparcia opiera się na indywidualnych potrzebach każdej osoby, a spersonalizowane intensywne wsparcie w walce z uzależnieniem otrzymuje się już od pierwszego spotkania z naszym zespołem.

**Zapewniamy stabilną platformę, dzięki której osoby zmagające się z uzależnieniem mogą odzyskać zdrowie i dobre samopoczucie w stopniowy sposób w odpowiednim dla siebie przedziale czasowym.**

## Oferujemy także wsparcie dla:

rodzin, bliskich i opiekunów osób zmagających się z uzależnieniem od używek.



## Jak uzyskać wsparcie?

Jeśli ty lub znajoma ci osoba potrzebujecie wsparcia w związku z nadużywaniem narkotyków lub alkoholu, możesz skontaktować się z nami na kilka sposobów:

- przyjść do Wellbeing Hub w celu przeprowadzenia wstępnej oceny (nie trzeba umawiać się na spotkanie),
- skontaktować się z naszym zespołem telefonicznie pod numerem **0800 066 5362**,
- wysłać e-mail na adres **info@nottinghamrecoverynetwork.com**


Jeśli korzystasz już ze wsparcia innej placówki, twój opiekun w danym ośrodku może również skierować cię do nas w twoim imieniu.

Członek naszego zespołu przeprowadzi wstępną ocenę i ustali z tobą dalsze działania w oparciu o indywidualny plan leczenia i rehabilitacji. Przydzielony koordynator będzie następnie współpracował z tobą indywidualnie przez cały proces wychodzenia z nałogu.

## Nasza społeczność

Posiadanie indywidualnego planu wsparcia to tylko część naszych wspólnych działań. Oferujemy także inne rodzaje wsparcia, takie jak:

- dostęp do detoksykacji i odwyku, w tym środowiskowego programu rehabilitacji,
- The Academy - *miejsce, w którym osoby walczące z nałogiem mogą nawiązać kontakt z innymi, którzy przeżyli podobne doświadczenia,*
- dostęp do szkoleń – *w tym akredytowanych kwalifikacji*
- dostęp do grup – *w tym grup wsparcia i grup promujących zdrowy tryb życia*
- Safe Spaces – *bezpieczne przestrzenie zlokalizowane w ośrodku Wellbeing Hub*
- wsparcie w zakresie zatrudnienia – *dla osób, które czują się gotowe na powrót do pracy.*

 Nottingham Recovery Network

 @NottsRecovery

 @NottmRecoveryNetwork

