

## Skontaktuj się z nami

Nasz wykwalifikowany personel przyjmuje skierowane osoby i udziela porad dotyczących narkotyków i alkoholu od poniedziałku do piątku w godz. 9:00–17:00.


Tel.: 0300 222 5932

E-mail (poufny): [rxx.iaccess@nhs.net](mailto:rxx.iaccess@nhs.net)

Adres: Laurel House, Farnham Road  
Hospital, Farnham Road, Guildford GU2  
7LX

Internet: [www.surreydrugandalcohol.com](http://www.surreydrugandalcohol.com)

 [www.facebook.com/surreydrugalcoholservices](https://www.facebook.com/surreydrugalcoholservices)

 [@iaccess\\_Surrey](https://twitter.com/iaccess_Surrey)

## Przydatne kontakty

Catalyst: 01483 590 150

Surrey Drug Care: 0808 802 5000

Drink Line: 0300 123 1110

Talk to Frank (24/7): 0300 123 6600

Alcoholics Anonymous: 0845 769 7555

Narcotics Anonymous: 0300 999 1212

Cocaine Anonymous: 0800 612 0225

## Więcej informacji

Jeśli potrzebują Państwo tych informacji w innym formacie, na przykład wydrukowanych dużą czcionką, systemem Braille'a, prostym językiem lub w innym języku, prosimy o kontakt:

Tel.: 01372 216285

E-mail: [communications@sabp.nhs.uk](mailto:communications@sabp.nhs.uk)

„Nie mam wątpliwości, że wyjdę stąd dzisiaj i nie będę już więcej pić. Bardzo się cieszę, że tu przyszedłem. Wszystko było jasno wyjaśnione; dokładnie rozumiem przyczyny mojego uzależnienia, wiem, jak powiedzieć „nie” i mówić „nie” każdego dnia.”

Członek grupy Intuitive Recovery

Surrey and Borders Partnership  
NHS Foundation Trust  
18 Mole Business Park, Leatherhead,  
Surrey KT22 7AD

Tel.: 0300 55 55 222

Tel. tekstowy: 020 8964 6326

[www.sabp.nhs.uk](http://www.sabp.nhs.uk)

 [@sabpnhs](https://twitter.com/sabpnhs)  [facebook.com/sabpnhs](https://facebook.com/sabpnhs)

Nr publikacji: A68491/laccessServiceUsers/Polish  
Data publikacji: maj 2016 r



# Pomoc w problemach z narkotykami i alkoholem w Surrey

---

## Kim jesteśmy

Oferujemy specjalistyczną ocenę, wsparcie i leczenie mieszkańcom Surrey, którzy są uzależnieni od narkotyków albo alkoholu i chcą ograniczyć spożycie lub całkowicie zerwać z nałogiem.

Wszyscy nasi pracownicy są wysoko wykwalifikowani i mają duże doświadczenie w pomaganiu osobom dotkniętym uzależnieniem od narkotyków i alkoholu, ich rodzinom i opiekunom.

---

## Jak uzyskać pomoc

Skontaktować się z nami można telefonicznie (dane kontaktowe na odwrocie) albo osobiście. Przyjmujemy również skierowania od lekarzy pierwszego kontaktu (GP) i innych instytucji.

Jeżeli skontaktują się Państwo z nami bezpośrednio, będziemy mogli szybciej poznać i zrozumieć Państwa potrzeby. Napiżemy do Państwa lekarza pierwszego kontaktu i będziemy go informować o Państwa planie opieki oraz postępach. Jesteśmy też zobowiązani do poinformowania lekarza o wszelkich lekach, które Państwu przepisujemy.

Po otrzymaniu informacji na Państwa temat przeanalizujemy je i zastanowimy się, jakie kroki podjąć, żeby najlepiej Państwu pomóc. Jeżeli okaże się, że nasze usługi nie są dla Państwa odpowiednie, skierujemy Państwa do zespołu, który lepiej spełni Państwa potrzeby.

---

## Jak możemy pomóc

Jeżeli nasze usługi okażą się dla Państwa odpowiednie, wyznaczmy termin oceny. Ocena może być przeprowadzona telefonicznie lub podczas wizyty w jednej z naszych poradni w Surrey. Po dokonaniu oceny opracujemy dla Państwa indywidualny plan opieki.

Zadajemy sobie sprawę, że każdy człowiek jest inny, dlatego nasze plany opieki dostosowane są do konkretnych potrzeb i preferencji danej osoby.

Państwa plan opieki może obejmować:

- Sesje indywidualne
- Mentoring ze strony innych uzależnionych
- Wsparcie w powrocie do zdrowia
- Poradnictwo
- Wsparcie podczas ciąży
- Odtruwanie w warunkach domowych
- Skierowanie na nasz szpitalny oddział odtruwania i rehabilitacji pierwotnej
- Szczepienia przeciwko WZW typu A i B oraz badania w kierunku WZW typu C
- Wsparcie dla osób używających alkoholu, które chcą coś zmienić, ale nie chcą rzucić picia

---

## Praca grupowa obejmująca

- zapobieganie nawrotom
- zdrowie i samopoczucie
- przygotowanie do abstynencji
- Recovery Café
- leczenie bez abstynencji
- grupa dla kobiet
- SMART
- Intuitive Recovery (intuicyjny powrót do zdrowia)

Koordinator opieki spotka się z Państwem w jednej z naszych placówek w Surrey. W miarę możliwości pozwolimy Państwu wybrać lokalizację i dogodny termin wizyty w ciągu dnia lub wieczorem.

---

## Martwią się Państwo o kogoś?

Jeżeli wspierają Państwo lub otaczają opieką osobę z problemem narkotykowym lub alkoholowym, pomoc Państwu może nasz pracownik ds. kontaktów z opiekunami (Carers' Liaison Officer). Porad udzielamy pod numerem telefonu 0300 222 5932.

Przydatne mogą być także poniższe organizacje:

Families Anonymous: 0845 1200 660

Alanon & Alateen: 020 7403 0888

Adfam: [www.adfam.org.uk](http://www.adfam.org.uk)