



## **Paslaugos, kurias galima gauti Panevėžio mieste:**

- **prevencinės paslaugos,**
- **bendrosios paslaugos,**
- **socialinės globos paslaugos**

# Prevenčinės socialinės paslaugos



Prevenčinės socialinės paslaugos yra pagalba tada, kol didelių problemų dar neatsirado.

Tai reiškia, kad galite kreiptis pagalbos, kai Jūs norite:

- išmokti spręsti problemas,
- išvengti socialinių problemų ateityje,
- bendrauti su bendruomene,
- pagerinti santykius su kitais žmonėmis,
- rasti patinkančią veiklą,
- išmokti planuoti savo pinigus,
- keisti blogus įpročius.

Blogi įpročiai yra elgesys, kuris trukdo žmogui gyventi.

Pavyzdžiui, kai žmogus dažnai:

- vėluoja,
- atideda svarbius darbus,
- valgo nesveiką maistą,
- nesirūpina sveikata.

## **Kas Jums gali padėti?**

Jums gali padėti:

- socialiniai darbuotojai,
- psichologai,
- kiti specialistai.

## **Kaip Jums gali padėti?**

Darbuotojai gali Jums padėti:

- bendrauti su kitais žmonėmis,
- dalyvauti bendruomenės veikloje;
- geriau suprasti kitus,
- išmokti spręsti kasdienes problemas,
- išvengti didesnių problemų ateityje,
- geriau pažinti save,
- sustiprėti emociškai,

tai reiškia, kad Jūs būsite:

- ramesni,
- labiau pasitikėsite savimi,
- geriau valdysite savo jausmus,
- po nemalonaus įvykio greičiau atsigausite.



## **Kur reikia kreiptis dėl prevencinių socialinių paslaugų?**

Jeigu Jums reikia prevencinių socialinių paslaugų, Jūs galite:



- Paskambinti telefono numeriu **0 674 24210**.
- Atsiųsti laišką elektroniniu paštu [bsnpanevezys@gmail.com](mailto:bsnpanevezys@gmail.com).
- Atvykti į Bendruomeninius šeimos namus.

Bendruomeninių šeimos namų adresas yra **Marijonų gatvė 24, Panevėžys**.

### **Bendruomeniniai šeimos namai dirba:**

- pirmadienį nuo 9 valandos iki 18 valandos,
- antradienį nuo 9 valandos iki 18 valandos,
- trečiadienį nuo 9 valandos iki 18 valandos,
- ketvirtadienį nuo 9 valandos iki 18 valandos,
- penktadienį nuo 9 valandos iki 18 valandos.

# Bendrosios socialinės paslaugos



Bendrosios socialinės paslaugos yra pagalba, kurios reikia tik kartais, bet ne visada.

Pavyzdžiui, kai reikia:

- surasti transportą,
- palydėti į įstaigą,
- susitvarkyti dokumentus,
- ko nors paklausti.

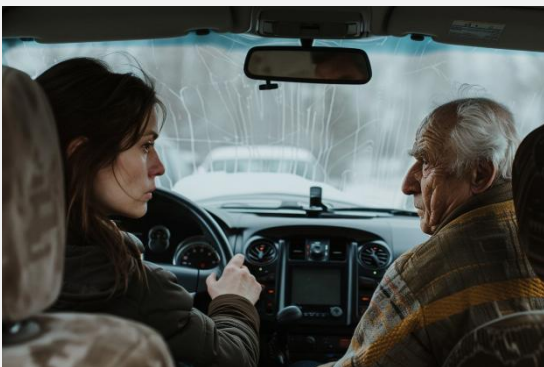
## Kas Jums gali padėti?

Jums gali padėti socialiniai darbuotojai.

## Kaip Jums gali padėti?

Socialiniai darbuotojai:

- atsakys į Jūsų klausimus,
- padės išspręsti vieną Jūsų problemą,
- nuveš Jus ten, kur Jums reikia, pavyzdžiui:
  - pas gydytoją,
  - pasidaryti pasą,
  - į Savivaldybę.



## **Kur reikia kreiptis dėl bendrųjų socialinių paslaugų?**

Jeigu Jums reikia bendrųjų socialinių paslaugų,

Jūs galite:



- Paskambinti telefono numeriu **0 45 465 493.**
- Atsiųsti laišką elektroniniu paštu [\*\*centras@paneveziospsc.lt.\*\*](mailto:centras@paneveziospsc.lt)
- Atvykti į Panevėžio socialinių paslaugų centrą.

Panevėžio socialinių paslaugų

centro adresas yra

**A. Mackevičiaus gatvė 55A, Panevėžys.**

**Panevėžio socialinių paslaugų centras  
dirba:**



- pirmadienį nuo 8 valandos  
iki 17 valandos,
- antradienį nuo 8 valandos  
iki 17 valandos,
- trečiadienį nuo 8 valandos  
iki 17 valandos,
- ketvirtadienį nuo 8 valandos  
iki 17 valandos,
- penktadienį nuo 8 valandos  
iki 15 valandos 45 minučių.

Pietų pertrauka nuo 12 valandos  
iki 12 valandos 45 minučių.

Prieš šventes Panevėžio socialinių paslaugų  
centras dirba 1 valanda trumpiau.

# Socialinės globos paslaugos



Socialinės globos paslaugos yra pagalba, kurią žmogus gauna kasdien.

Pavyzdžiui, žmogui reikia pagalbos, kai jam sunku:

- judėti,
- apsirengti,
- nusiprausti,
- pavalgyti.

## Kur teikiamos socialinės globos paslaugos?

Socialiniai darbuotojai socialinę globą teikia:

- žmogaus namuose,
- socialinės globos įstaigoje.



## Socialiniai darbuotojai kasdien padeda žmogui:

- apsirengti,
- nusiprausti,
- pavalgyti,
- judėti,
- išgerti gydytojo paskirtus vaistus.

## **Kur reikia kreiptis dėl socialinės globos paslaugų?**

Jeigu Jums reikia socialinės globos paslaugų,

Jūs galite:

- Paskambinti telefono numeriu

**0 45 501 272**

arba

**0 45 501 385.**

- Atsiųsti laišką elektroniniu paštu

[socskyrus@panevezys.lt](mailto:socskyrus@panevezys.lt).

- Atvykti į Panevėžio miesto savivaldybę.

Panevėžio miesto savivaldybės adresas yra

**Laisvės aikštė 20, Panevėžys.**

Kai atvyksite į Panevėžio miesto savivaldybę,

kreipkitės į Socialinių reikalų skyriaus

informacinio langelio darbuotoją.



### **Panevėžio miesto savivaldybė dirba:**



- pirmadienį nuo 8 valandos  
iki 17 valandos,
- antradienį nuo 8 valandos  
iki 17 valandos,
- trečiadienį nuo 8 valandos  
iki 17 valandos,
- ketvirtadienį nuo 8 valandos  
iki 17 valandos,
- penktadienį nuo 8 valandos  
iki 15 valandos 45 minučių.

Pietų pertrauka nuo 12 valandos  
iki 12 valandos 45 minučių.

Prieš šventes Panevėžio miesto savivaldybė  
dirba 1 valanda trumpiau.

Tekstą lengvai suprantama kalba parengė ir paveikslėlius sukūrė Loreta Vasilevičienė.

Tekstą redagavo Inga Daraškienė.

Teksto vertinimą koordinavo Indrė Nagumanova.

Tekstą vertino Ernesta Protasova.

Nuotraukų šaltiniai:

- interneto svetainė „Panevėžio kraštas virtualiai“,
- Panevėžio paslaugų centro interneto svetainė,
- „Vikipedija“.

Paveikslėliai sukurti su dirbtiniu intelektu.

Paveikslėliuose vaizduojami žmonės nėra tikri.

© Panevėžio miesto savivaldybė.



Visi tekstai ir paveikslėliai saugomi.

Draudžiama kopijuoti ar platinti be leidimo.

© European Easy-to-Read Logo: Inclusion Europe.

Europos lengvai suprantamos kalbos simbolis.

Daugiau informacijos rasite čia:

[www.inclusion-europe.eu/easy-to-read](http://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read)