



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

PORADNICTWO RODZINNE

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU
1. Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Opolu Lubelskim z siedzibą w Poniatowej	Terapia rodzinna. Terapia skierowana jest do rodzin: - przeżywających trudności w prawidłowych, satysfakcjonującym wypełnianiu ról rodzinnych, - przeżywających trudności w komunikowaniu się, - w sytuacjach kryzysowych w związku z zaburzeniami zachowania dziecka, - z dzieckiem chorym i niepełnosprawnym intelektualnie, - z poszerzonym systemem rodzinnym (np. zrekonstruowanych), - po przeżyciach traumatycznych, - doświadczających przemocy, - przeżywających żalobę, - zagrożonych rozpadem.	ul. 11 Listopada 5 24-320 Poniatowa	81 827 52 05 789 423 309	2 razy w miesiącu we wtorki (terminy ustalane na bieżąco). Wizyty tylko po wcześniejszym zapisaniu się (zgłoszenia przyjmowane telefonicznie, pocztą elektroniczną pod adresem: szkutnicka@pcpropolelub.ub.eurzad.eu , osobiscie w pokoju nr 1 na parterze)	www.pcpropolelub.eurza.d.eu Zakładka: Punkt Poradnictwa Specjalistycznego (PPS) Punkt Interwencji Kryzysowej (PIK) sekretariat@pcpropolelub.eurzad.eu szkutnicka@pcpropolelub.eurzad.eu	Dla dorosłych oraz dzieci – mieszkańców powiatu opolskiego. Brak możliwości zachowania anonimowości (konieczna jest pisemna zgoda na udział w terapii rodzinnej). W przypadku udziału dzieci konieczna jest pisemna zgoda obydwójga rodziców. Bez skierowania. Tylko po wcześniejszym zapisaniu się.
2. Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Opolu Lubelskim	Poradnictwo rodzinne	ul. Szkolna 5 24-300 Opole Lubelskie	81 827 23 67	pn. – czw.: 8.00 – 18.00 pt.: 8.00 – 16.00	poradniappolelub.pl ppp.opole.lub@interia.pl	Dla dzieci i ich rodziców z terenu powiatu opolskiego
3. Komenda Powiatowa Policji w Opolu Lubelskim	Poradnictwo rodzinne – porady udzielane osobiście, telefonicznie, poprzez pocztę elektroniczną	ul. Morwowa 4 24-300 Opole Lubelskie	81 828 82 10	pn. – pt.: 7.00 – 16.00	opole-lubelskie.lubelska.policja.gov.pl kppopolelubelskie@lu.policja.gov.pl	Dla każdej osoby potrzebującej porady z terenu powiatu opolskiego
4. Komenda Powiatowa Policji w Opolu Lubelskim – Komisariat Policji w Poniatowej	Poradnictwo rodzinne – porady udzielane osobiście i telefonicznie	ul. 1 Maja 12 24-320 Poniatowa	81 828 24 10	pn. – pt.: 7.00 – 16.00	opole-lubelskie.lubelska.policja.gov.pl	Dla każdej osoby potrzebującej porady z terenu powiatu opolskiego

PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE

NAZWA JEDNOSTKI		ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Opolu Lubelskim z siedzibą w Poniatowej	Poradnictwo psychologiczne, które obejmuje: - trudności w radzeniu sobie w sytuacjach problemowych, kryzysach, - uwikłanie w przemoc w rodzinie.	ul. 11 Listopada 5 24-320 Poniatowa	81 827 52 05 789 423 309	pn., śr. – pt.: 7.00 – 15.00 wt.: 10.00 – 18.00	www.pcpropolelub.eurza.d.eu Zakładka: Punkt Poradnictwa Specjalistycznego (PPS) Punkt Interwencji Kryzysowej (PIK) sekretariat@pcpropolelub.eurza.d.eu	Dla dorosłych mieszkańców powiatu opolskiego. Możliwość zachowania anonimowości. Bez skierowania. Bez wcześniejszego zapisywania się.
2.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Opolu Lubelskim	Poradnictwo psychologiczne	ul. Szkolna 5 24-300 Opole Lubelskie	81 827 23 67	pn. – czw.: 8.00 – 18.00 pt.: 8.00 – 16.00	poradniappolelub.pl ppp.opole.lub@interia.pl	Dla dzieci i ich rodziców z terenu powiatu opolskiego
3.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Józefowie nad Wisłą	Poradnictwo psychologiczne – dyżur psychologa	ul. Opolska 33E/10 24-340 Józefów nad Wisłą	81 828 50 18	wt.: 10.00 – 13.00	ops@gminajozefow.pl	Dla mieszkańców Gminy Józefów nad Wisłą
4.	Zespół Szkół Ogólnokształcących w Józefowie nad Wisłą	Poradnictwo psychologiczne – Punkt Konsultacyjny finansowany z Funduszu Gminnej Komisji ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	ul. Opolska 10A 24-340 Józefów nad Wisłą	81 828 50 23	pt.: 8.30 – 12.30 (harmonogram na stronie internetowej szkoły)	zso-jozefow.pl zso_jozefow@interia.pl	Dla uczniów, rodziców, nauczycieli Zespołu Szkół Ogólnokształcących w Józefowie nad Wisłą oraz innych szkół z terenu Gminy
5.	Zespół Szkół Ogólnokształcących w Józefowie nad Wisłą	Poradnictwo psychologiczne – dyżur psychologa z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Opolu Lubelskim	ul. Opolska 10A 24-340 Józefów nad Wisłą	81 828 50 23	1 raz w miesiącu – dni i godziny zmienne	zso-jozefow.pl zso_jozefow@interia.pl	Dla uczniów, rodziców, nauczycieli starszych klas Zespołu Szkół Ogólnokształcących w Józefowie nad Wisłą
6.	Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze	Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66.	800 70 2222 bezpłatna infolinia	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	www.liniawsparcia.pl porady@liniawsparcia.pl	Dla osób będących w kryzysie psychicznym

PORADNICTWO PEDAGOGICZNE

NAZWA JEDNOSTKI		ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Opolu Lubelskim	Poradnictwo pedagogiczne	ul. Szkolna 5 24-300 Opole Lubelskie	81 827 23 67	pn. – czw.: 8.00 – 18.00 pt.: 8.00 – 16.00	poradniappolelub.pl ppp.opole.lub@interia.pl	Dla dzieci i ich rodziców z terenu powiatu opolskiego
2.	Zespół Szkół Ogólnokształcących w Józefowie nad Wisłą	Poradnictwo pedagogiczne	ul. Opolska 10A 24-340 Józefów nad Wisłą	81 828 50 23	pt.: 8.30 – 12.30 (harmonogram na stronie internetowej szkoły)	zso-jozefow.pl zso_jozefow@interia.pl	Dla uczniów, rodziców, nauczycieli Zespołu Szkół Ogólnokształcących w Józefowie nad Wisłą oraz innych szkół z terenu Gminy
3.	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania	Ochrona praw dziecka	Biuro RPD Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa tel.: (22) 583 66 00 . fax.: (22) 583 66 96. pn.-pt. godz.08.15-16.15	800 121 212 Bezpłatna infolinia	pn. – pt.: 8.15 – 20.00 (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią)	brpd.gov.pl rpd@brpd.gov.pl	Dla osób, których dotyczą sprawy przemocy oraz problemy z relacjami rówieśniczymi, szkolnymi i rodzinnymi. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.

PORADNICTWO W ZAKRESIE POMOCY SPOŁECZNEJ

NAZWA JEDNOSTKI		ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Poniatowej	Poradnictwo socjalne, które obejmuje: - uprawnienia osób korzystających ze świadczeń pomocy społecznej, - możliwość rozpoczęcia procedury „Niebieskie Karty”.	ul. 11 Listopada 5 24-320 Poniatowa	81 827 52 05 789 423 309	pn., śr. – pt.: 7.00 – 15.00 wt.: 10.00 – 16.00	www.pcpropolelub.eurza.d.eu Zakładka: Punkt Poradnictwa Specjalistycznego (PPS) Punkt Interwencji Kryzysowej (PIK) sekretariat@pcpropolelub.eurza.d.eu	Dla dorosłych mieszkańców powiatu opolskiego. Możliwość zachowania anonimowości. Bez skierowania. Bez wcześniejszego zapisywania się.
2.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Łaziskach	Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	Łaziska 61 24-335 Łaziska	81 828 90 78 81 828 92 48	pn. – pt.: 8.00 – 16.00	www.opslaziska.pl opslaziska@o2.pl	Dla mieszkańców Gminy Łaziska
3.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Józefowie nad Wisłą	Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	ul. Opolska 33E/10 24-340 Józefów nad Wisłą	81 828 50 18	pn. – pt.: 7.00 – 15.00	ops@gminajozefow.pl	Dla mieszkańców Gminy Józefów nad Wisłą

PORADNICTWO W ZAKRESIE ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU
1. Punkt Konsultacyjny Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii w Poniatowej	Poradnictwo psychologiczne oraz poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień – punkt konsultacyjny prowadzony jest przez dwóch psychologów zatrudnionych na umowę zlecenie	ul. 1 Maja 15 24-320 Poniatowa	81 820 43 16	II i IV środa miesiąca: 15.00 – 19.00 II i IV piątek miesiąca: 15.00 – 19.00		Dla mieszkańców Gminy Poniatowa
2. Gminna Komisja ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych – Gmina Łaziska	Poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień	Łaziska 76 24-335 Łaziska	81 827 69 20 81 827 69 28	pn., śr., pt.: 8.00 – 13.00	www.gminalaziska.pl sekretariat@gminalaziska.pl	Dla mieszkańców Gminy Łaziska
3. Ośrodek Pomocy Społecznej w Józefowie nad Wisłą	Poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień – dyżur terapeuty	ul. Opolska 33E/10 24-340 Józefów nad Wisłą	81 828 50 18	czw.: 8.00 – 11.00	ops@gminajozefow.pl	Dla mieszkańców Gminy Józefów nad Wisłą
4. Prokuratura Rejonowa w Opolu Lubelskim	Poradnictwo w sprawach rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień	ul. Lubelska 4 24-300 Opole Lubelskie	81 827 21 84 81 827 20 05 81 827 20 94	pn.: 7.30 – 18.00 wt. – pt.: 7.30 – 15.30	rejopo@prokuratura.lubli n.pl	Dla potrzebujących porady mieszkańców powiatu opolskiego

PORADNICTWO W ZAKRESIE PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU
1. Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Opolu Lubelskim z siedzibą w Poniatowej	Poradnictwo psychologiczne, które obejmuje: - trudności w radzeniu sobie w sytuacjach problemowych, kryzysach, - uwikłanie w przemoc w rodzinie	ul. 11 Listopada 5 24-320 Poniatowa	81 827 52 05 789 423 309	pn., śr. – pt.: 7.00 – 15.00 wt.: 10.00 – 18.00	www.pcpropolelub.eurza d.eu Zakładka: Punkt Poradnictwa Specjalistycznego (PPS) Punkt Interwencji Kryzysowej (PIK) sekretariat@pcpropolelub .eurzad.eu	Dla dorosłych mieszkańców powiatu opolskiego. Możliwość zachowania anonimowości. Bez skierowania. Bez wcześniejszego zapisywania się.

2.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Poniatowej	Poradnictwo socjalne, które obejmuje: - uprawnienia osób korzystających ze świadczeń pomocy społecznej, - możliwość rozpoczęcia procedury „Niebieskie Karty”.	ul. 11 Listopada 5 24-320 Poniatoowa	81 827 52 05 789 423 309	pn., śr. – pt.: 7.00 – 15.00 wt.: 10.00 – 16.00	www.pcpropolelub.eurza d.eu Zakładka: Punkt Poradnictwa Specjalistycznego (PPS) Punkt Interwencji Kryzysowej (PIK) sekretariat@pcpropolelub .eurzad.eu	Dla dorosłych mieszkańców powiatu opolskiego. Możliwość zachowania anonimowości. Bez skierowania. Bez wcześniejszego zapisywania się.
3.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Opolu Lubelskim z siedzibą w Poniatowej	Poradnictwo prawne, które obejmuje: - prawo rodzinne, - prawo opiekuńcze, - zabezpieczenie społeczne, - ochronę praw lokatorów, - przemoc w rodzinie	ul. 11 Listopada 5 24-320 Poniatoowa	81 827 52 05 789 423 309	Trzeci wtorek miesiąca w godz.: 15.30 – 17.30.	www.pcpropolelub.eurza d.eu Zakładka: Punkt Poradnictwa Specjalistycznego (PPS) Punkt Interwencji Kryzysowej (PIK) sekretariat@pcpropolelub .eurzad.eu	Dla dorosłych oraz dzieci – mieszkańców powiatu opolskiego. Brak możliwości zachowania anonimowości (konieczna jest pisemna zgoda na udział w terapii rodzinnej). W przypadku udziału dzieci konieczna jest pisemna zgoda obydwójga rodziców. Bez skierowania. Tylko po wcześniejszym zapisaniu się.
4.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Opolu Lubelskim z siedzibą w Poniatowej	Terapia rodzinna. Terapia skierowana jest do rodzin: - przeżywających trudności w prawidłowych, satysfakcjonującym wypełnianiu ról rodzinnych, - przeżywających trudności w komunikowaniu się, - w sytuacjach kryzysowych w związku z zaburzeniami zachowania dziecka, - z dzieckiem chorym i niepełnosprawnym intelektualnie, - z poszerzonym systemem rodzinnym (np. zrekonstruowanych), - po przeżyciach traumatycznych, - doświadczających przemocy, - przeżywających żalobę, - zagrożonych rozpadem.	ul. 11 Listopada 5 24-320 Poniatoowa	81 827 52 05 789 423 309	2 razy w miesiącu we wtorki (terminy ustalane na bieżąco). Wizyta tylko po wcześniejszym zapisaniu się (zgłoszenia przyjmowane telefonicznie, pocztą elektroniczną pod adresem: szkutnicka@pcpropolelub.eurzad.eu, osobiście w pokoju nr 1 na parterze)	www.pcpropolelub.eurza d.eu Zakładka: Punkt Poradnictwa Specjalistycznego (PPS) Punkt Interwencji Kryzysowej (PIK) sekretariat@pcpropolelub .eurzad.eu szkutnicka@pcpropolelub .eurzad.eu	Dla dorosłych oraz dzieci – mieszkańców powiatu opolskiego. Brak możliwości zachowania anonimowości (konieczna jest pisemna zgoda na udział w terapii rodzinnej). W przypadku udziału dzieci konieczna jest pisemna zgoda obydwójga rodziców. Bez skierowania. Tylko po wcześniejszym zapisaniu się.
5.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Łaziskach	Poradnictwo w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	Łaziska 61 24-335 Łaziska	81 828 90 78 81 828 92 48	pn. – pt.: 8.00 – 16.00	www.opslaziska.pl opslaziska@o2.pl	Dla mieszkańców Gminy Łaziska
6.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Józefowie nad Wisłą	Poradnictwo w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	ul. Opolska 33E/10 24-340 Józefów nad Wisłą	81 828 50 18	pn. – pt. 7.00 – 15.00	ops@gminajozefow.pl	Dla mieszkańców Gminy Józefów nad Wisłą
7.	Komenda Powiatowa Policji w Opolu Lubelskim	Poradnictwo w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie – porady udzielane osobiście, telefonicznie, poprzez pocztę elektroniczną	ul. Morwowa 4 24-300 Opole Lubelskie	81 828 82 10	pn. – pt.: 7.00 – 16.00	opole-lubelskie.lubelska.policja.gov.pl kppopolelubelskie@lu.policja.gov.pl	Dla każdej osoby potrzebującej porady z terenu powiatu opolskiego

8.	Komenda Powiatowa Policji w Opolu Lubelskim – Komisariat Policji w Poniatowej	Poradnictwo w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie – porady udzielane osobiście i telefonicznie	ul. 1 Maja 12 24-320 Poniatowa	81 828 24 10	pn. – pt.: 7.00 – 16.00	opole-lubelskie.lubelska.policja.gov.pl	Dla każdej osoby potrzebującej porady z terenu powiatu opolskiego
9.	Prokuratura Rejonowa w Opolu Lubelskim	Poradnictwo w sprawach przeciwdziałania przemocy w rodzinie	ul. Lubelska 4 24-300 Opole Lubelskie	81 827 21 84 81 827 20 05 81 827 20 94	pn.: 7.30 – 18.00 wt. – pt.: 7.30 – 15.30	rejopo@prokuratura.lublin.pl	Dla potrzebujących porady mieszkańców powiatu opolskiego
10.	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”	- wsparcie, - pomoc psychologiczna, - informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej	Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa	800 120 002 Bezpłatna infolinia	pn. – sob.: 08.00 – 22.00 ndz. i święta: 08.00 – 16.00	www.niebieskalinia.info biuro@niebieskalinia	Dla osób doświadczających przemocy domowej

PORADNICTWO W ZAKRESIE INTERWENCJI KRYZYSOWEJ

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU	
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Opolu Lubelskim z siedzibą w Poniatowej	Poradnictwo psychologiczne, które obejmuje: - trudności w radzeniu sobie w sytuacjach problemowych, kryzysach, - uwikłanie w przemoc w rodzinie	ul. 11 Listopada 5 24-320 Poniatowa	81 827 52 05 789 423 309	pn., śr. – pt.: 7.00 – 15.00 wt.: 10.00 – 18.00	www.pcpropolelub.eurza.d.eu Zakładka: Punkt Poradnictwa Specjalistycznego (PPS) Punkt Interwencji Kryzysowej (PIK) sekretariat@pcpropolelub.eurza.d.eu	Dla dorosłych mieszkańców powiatu opolskiego. Możliwość zachowania anonimowości. Bez skierowania. Bez wcześniejszego zapisywania się.
2.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Opolu Lubelskim z siedzibą w Poniatowej	Poradnictwo socjalne, które obejmuje: - uprawnienia osób korzystających ze świadczeń pomocy społecznej, - możliwość rozpoczęcia procedury „Niebieskie Karty”.	ul. 11 Listopada 5 24-320 Poniatowa	81 827 52 05 789 423 309	pn., śr. – pt.: 7.00 – 15.00 wt.: 10.00 – 16.00	www.pcpropolelub.eurza.d.eu Zakładka: Punkt Poradnictwa Specjalistycznego (PPS) Punkt Interwencji Kryzysowej (PIK) sekretariat@pcpropolelub.eurza.d.eu	Dla dorosłych mieszkańców powiatu opolskiego. Możliwość zachowania anonimowości. Bez skierowania. Bez wcześniejszego zapisywania się.

3.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Opolu Lubelskim z siedzibą w Poniatowej	Poradnictwo prawne, które obejmuje: - prawo rodzinne, - prawo opiekuńcze, - zabezpieczenie społeczne, - ochronę praw lokatorów, - przemoc w rodzinie	ul. 11 Listopada 5 24-320 Poniatoowa	81 827 52 05 789 423 309	Trzeci wtorek miesiąca w godz.: 15.30 – 17.30.	www.pcpropolelub.eurza d.eu Zakładka: Punkt Poradnictwa Specjalistycznego (PPS) Punkt Interwencji Kryzysowej (PIK) sekretariat@pcpropolelub .eurzad.eu	Dla dorosłych mieszkańców powiatu opolskiego. Możliwość zachowania anonimowości. Bez skierowania. Bez wcześniejszego zapisywania się.
4.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Opolu Lubelskim	Poradnictwo w ramach interwencji kryzysowej	ul. Szkolna 5 24-300 Opole Lubelskie	81 827 23 67	pn. – czw.: 8.00 – 18.00 pt.: 8.00 – 16.00	poradniappopolelub.pl ppp.opole.lub@interia.pl	Dla dzieci i ich rodziców z terenu powiatu opolskiego
5.	Centralne Zarządzenie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Rakowiecka 2A 00-993 Warszawa	Całodobowy dyżur: (22) 361 69 00 (22) 785 700 177 e-mail: dyzurny@rcb.gov.p	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	rcb.gov.pl/zarzadzanie- kryzysowe/ poczta@rcb.gov.pl	Dla świadków zagrożenia kryzysowego, osób poszukujących informacji na temat zarządzania kryzysowego

PORADNICTWO DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU
1. Infolinia Urzędów Pracy – Zielona Infolinia	Udzielanie informacji o usługach urzędów pracy	Urząd Pracy Ciepła 20 15-472 Białystok	19 524 (z Polski) +48 22 19524 (z zagranicy) Koszt zgodnie z taryfą operatora.	pn. – pt.: 8.00 – 18.00	www.zielonalinia.gov.pl biuro@zielonalinia.gov.pl	Dla: - osób zarejestrowanych, -poszukujący pracy, -pracodawców

PORADNICTWO DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU
1. Komenda Powiatowa Policji w Opolu Lubelskim	Poradnictwo dla osób pokrzywdzonych przestępstwem – porady udzielane osobiście, telefonicznie, poprzez pocztę elektroniczną	ul. Morwowa 4 24-300 Opole Lubelskie	81 828 82 10	pn. – pt.: 7.00 – 16.00	opole-lubelskie. lubelska.policja.gov.pl kppopolelubelskie@lu.pol icja.gov.pl	Dla każdej osoby potrzebującej porady z terenu powiatu opolskiego

2.	Komenda Powiatowa Policji w Opolu Lubelskim – Komisariat Policji w Poniatowej	Poradnictwo dla osób pokrzywdzonych przestępstwem – porady udzielane osobiście i telefonicznie	ul. 1 Maja 12 24-320 Poniatowa	81 828 24 10	pn. – pt.: 7.00 – 16.00	opole-lubelskie.lubelska.policja.gov.pl	Dla każdej osoby potrzebującej porady z terenu powiatu opolskiego
3.	Prokuratura Rejonowa w Opolu Lubelskim	Poradnictwo w sprawach dla osób pokrzywdzonych przestępstwem	ul. Lubelska 4 24-300 Opole Lubelskie	81 827 21 84 81 827 20 05 81 827 20 94	pn.: 7.30 – 18.00 wt. – pt.: 7.30 – 15.30	rejopo@prokuratura.lublin.pl	Dla potrzebujących porady mieszkańców powiatu opolskiego
4.	Stowarzyszenie Na Rzecz Integracji i Rozwoju Społecznego Grono	Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	ul. Ptasia 161 59-300 Lublin	531 132 737 796 096 831	pn., wt., czw., pt.: 8.00 – 15.00 śr.: 12.00 – 20.00 sob.: 9.00 – 15.00	stowarzyszeniegrono.pl biuro@stowarzyszeniegrono.pl	Dla osób pokrzywdzonych przestępstwem i ich osób bliskich
5.	Katolickie Stowarzyszenie Pomocy Osobom Potrzebującym AGAPE	Wsparcie w uzyskaniu bezpłatnej pomocy prawnej, psychologicznej, socjalnej i innych świadczeń osobom pokrzywdzonym przestępstwem	ul. Bernardyńska 5 20-109 Lublin	81 534 38 87	pierwszy kontakt dostępny codziennie od pn. do pt. w godz. 8.00 – 19.00	agape.lublin.pl poczta@agape.lublin.pl	Dla osób pokrzywdzonych przestępstwem i ich osób bliskich

PORADNICTWO W ZAKRESIE PRAW KONSUMENTA

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU	
1.	Powiatowy Rzecznik Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	ul. Lubelska 4 24-300 Opole Lubelskie	81 827 61 24	pn.: 7.15 – 15.15	www.opole.lublin.pl rzecznik@opole.lublin.pl	Dla każdej osoby zainteresowanej
2.	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	Infolinia konsumencka (prowadzona przez Federację Konsumentów) 801 440 220 22 290 89 16 (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	pn. – pt.: 8.00 – 18.00	www.uokik.gov.pl porady@dlakonsumentow.pl	Dla każdej osoby zainteresowanej

PORADNICTWO W ZAKRESIE PRAW PACJENTA

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU
1. Rzecznik Praw Pacjenta	Ochrona praw pacjenta	Biuro RPP ul. Młynarska 46 01-171 Warszawa	800 190 590 (bezpłatna infolinia) Zapisy na poradę osobistą: rezerwacja@rpp.gov.pl lub (22) 532 82 43	pn. – pt.: 8.00 – 20.00	www.bpp.gov.pl kancelaria@rpp.gov.pl	Dla każdego, kto ma poczucie łamania praw pacjenta
2. Narodowy Fundusz Zdrowia – Centrala	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta -leczenie w kraju i poza granicami -kolejki do świadczeń	Narodowy Fundusz Zdrowia Grójecka 186 02-390 Warszawa	Infolinia Centralna 800 392 976 (*) 22 572 60 42 (**) (*) połączenia bezpłatne (**) koszt zgodnie z taryfą operatora; także każdy oddział NFZ posiada własną infolinię	pn. – pt.: 8.00 – 16.00	www.nfz.gov.pl infolinia@nfz.gov.pl	Dla każdej osoby objętej ubezpieczeniem lub zainteresowanej ubezpieczeniem zdrowotnym
3. Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	SIEDZIBA: ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa Telefon (22) 461 60 00 KORESPONDEN- CJA: Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	801 801 015 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt.: 8.00 – 17.00	www.niepelnosprawni.gov.pl sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	Dla osób niepełnosprawnych, ich rodzin oraz organizacji działających na rzecz osób niepełnosprawnych

PORADNICTWO W ZAKRESIE PRAWA UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU
1. Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Opolu Lubelskim z siedzibą w Poniatowej	Poradnictwo prawne, które obejmuje: - prawo rodzinne, - prawo opiekuńcze, - zabezpieczenie społeczne, - ochronę praw lokatorów, - przemoc w rodzinie	ul. 11 Listopada 5 24-320 Poniatowa	81 827 52 05 789 423 309	Trzeci wtorek miesiąca w godz.: 15.30 – 17.30.	www.pcpropolelub.eurza.d.eu Zakładka: Punkt Poradnictwa Specjalistycznego (PPS) Punkt Interwencji Kryzysowej (PIK) sekretariat@pcpropolelub.eurza.d.eu	Dla dorosłych mieszkańców powiatu opolskiego. Możliwość zachowania anonimowości. Bez skierowania. Bez wcześniejszego zapisywania się.

2.	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna, - składki, - renty, - emerytury	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w Centrum Obsługi Telefonicznej lub podczas wizyty osobistej w placówce jak wyżej. Nr centrali : (22) 667 10 00	(22) 560 16 00 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt.: 7.00 – 18.00	www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obsługi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl	Dla: - osób ubezpieczonych, - płatników, - lekarzy
----	--	--	---	---	-------------------------	---	---

PORADNICTWO W ZAKRESIE PRAWA PRACY

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU	
1.	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	Porady z zakresu prawa pracy	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa tel. 22 391 82 15 fax. 22 391 82 14	801 002 006 (dla tel. stac.) 459 599 000 (dla tel. kom.) 22 391 83 60 (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. Uwaga!!! naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie.	pn. – pt.: 9.00 – 15.00	www.bip.pip.gov.pl, kancelaria@gip.pip.gov.pl	Dla osób potrzebujących porady w zakresie prawa pracy

PORADNICTWO W ZAKRESIE PRAWA PODATKOWEGO

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU	
1.	Krajowa Informacja Skarbowa	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Teodora Sixta 17, 43-300 Bielsko-Biała	801 055 05510 (z tel. stacjonarnych) (22) 330 03 30 (z tel. komórkowych) + 48 (22)33 00 330 (z tel. zagranicznych) Koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt.: 7.00 – 18.00	www.kis.gov.pl więcej: https://poradnikprzedsiebiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa	Dla każdego podatnika

PORADNICTWO DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU
1. Rzecznik Finansowy (Ubezpieczonych)	Prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87 02-001 Warszawa	<u>Ubezpieczenia gospodarcze</u> (22) 333 73 28 <u>Ubezpieczenia Społeczne, OFE ZUS</u> (22) 333 73 26 lub (22) 333 73 27 <u>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego</u> (22) 333 73 25	pn. – pt.: 8.00 – 18.00 pn. – pt.: 11.00 – 15.00 pn. – pt.: 8.00 – 16.00	Porady e-mail: porady@rf.gov.pl (czas oczekiwania na odpowiedź e-mailową ok. 2 tygodni) rf.gov.pl/kontakt biuro@rf.gov.pl	Dla osób ubezpieczonych i w sporze dotyczącym ubezpieczeń

PORADNICTWO ROLNICZE

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU
1. Powiatowy Zespół Doradztwa Rolniczego w Opolu Lubelskim	Doradztwo rolnicze	ul. Długa 104 24-300 Opole Lubelskie	81 827 23 42	pn. – pt.: 7.00 – 15.00	www.wodr.konskowola.pl opolelub@wodr.konskowola.pl	Dla rolników, sędziów i wszystkich zainteresowanych

PORADNICTWO PRAWNE

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU
1. Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Opolu Lubelskim z siedzibą w Poniatowej	Poradnictwo prawne, które obejmuje: - prawo rodzinne, - prawo opiekuńcze, - zabezpieczenie społeczne, - ochronę praw lokatorów, - przemoc w rodzinie	ul. 11 Listopada 5 24-320 Poniatoowa	81 827 52 05 789 423 309	Trzeci wtorek miesiąca w godz.: 15.30 – 17.30.	www.pcpropolelub.eurza.d.eu Zakładka: Punkt Poradnictwa Specjalistycznego (PPS) Punkt Interwencji Kryzysowej (PIK) sekretariat@pcpropolelub.eurza.d.eu	Dla dorosłych mieszkańców powiatu opolskiego. Możliwość zachowania anonimowości. Bez skierowania. Bez wcześniejszego zapisywania się.

INNE

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DNI I GODZINY OTWARCIA	WWW POCZTA E-MAIL	KRYTERIA DOSTĘPU	
1.	www.obywatel.gov.pl			Informacje i usługi przyjazne obywatelom; portal Ministerstwa Cyfryzacji			
2.	Rzecznik Praw Obywatelskich	Ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO Al. Solidarności 77 00-090 Warszawa	800 676 676 (połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych)	pon.: 10.00 – 18.00 wt. – pt.: 8.00 – 16.00	www.rpo.gov.pl biurorzecznika@brpo.gov.pl	Dla każdego, kto uważa, że jego prawa są naruszone

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE

Z nieodpłatnej pomocy prawnej oraz nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego **może skorzystać każda osoba, która nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej i która złoży stosowne oświadczenie.**

Aby skorzystać z porad udzielanych w punktach nieodpłatnej pomocy prawnej i nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego należy wcześniej **zapisać się telefonicznie dzwoniąc pod numer 81 458 10 31.** Zapisy prowadzone są od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00 – 15.00.

Osoby, które ze względu na niepełnosprawność ruchową nie są w stanie przybyć do punktu lub osoby doświadczające trudności w komunikowaniu się mogą otrzymać poradę przez telefon lub przez Internet. W przypadku takich osób możliwe jest także udzielenie porady prawnej w innej lokalizacji niż punkt nieodpłatnej pomocy prawnej. Szczegółowe informacje odnośnie **warunków udzielania porad prawnych przez telefon, Internet lub w innej lokalizacji niż tutejszy punkt porad prawnych można uzyskać pod numerem telefonu 81 827 28 42.**

Blizsze informacje na temat funkcjonowania punktów dostępne są na stronie internetowej: www.opole.lublin.pl, w zakładce „Nieodpłatna pomoc prawna i nieodpłatne poradnictwo obywatelskie”.

PROWADZĄCY	ADRESY DYŻURÓW	DNI I GODZINY	LOKAL DOGODNY DLA OSÓB NA WÓZKACH INWALIDZKICH	
NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA				
1.	Punkt prowadzony przez radców prawnych i adwokatów	Opole Lubelskie ul. Przemysłowa 4A	pn.: 14.00 – 18.00 wt.: 8.00 – 12.00 śr.: 12.00 – 16.00 czw.: 8.00 – 12.00 pt.: 8.00 – 12.00	tak
2.	Punkt prowadzony przez Fundację Młodzi Ludziom (porad prawnych udzielają radcowie prawni i adwokaci)	Poniatowa, ul. 11 Listopada 5	pn.: 8.00 – 12.00 śr.: 8.00 – 12.00	tak
		Józefów nad Wisłą ul. Opolska 33F	wt.: 10.00 – 14.00	nie
NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE				
1.	Punkt prowadzony przez Fundację Młodzi Ludziom (porad obywatelskich udzielają radcowie prawni i adwokaci)	Poniatowa ul. 11 Listopada 5	czw.: 11.00 – 15.00	tak
		Józefów nad Wisłą ul. Opolska 33F	pt.: 10.00 – 14.00	nie