

Jednostka świadcząca poradnictwo	nr telefonu, e-mail, strona www	Dni i godziny działalności	Zgłoszenia	Zakres poradnictwa, kryteria dostępu do usługi
PORADNICTWO RODZINNE				
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie ul. Książąt Opolskich 27 45-006 Opole	77 442 05 04 pcpropole@wp.pl, www.pcpropole.pl	Poniedziałek 7.30 – 17.00 Wtorek - czwartek 7.30 – 15.30 Piątek 7.30 – 14.00	Osobiście Telefoniczne e-mail	Pomoc dla osób wymagających wsparcia i poradnictwa
Diecezjalna Poradnia Rodzinna Pl. Katedralny 4, 45-005 Opole	77 442 55 50 poradnia@dfoz.pl www.dfoz.pl	Poniedziałek – piątek Rejestracja 8.00 – 16.00 Poradnictwo 8.00 – 20.00	Osobiście Telefoniczne e-mail	Osoby wymagające poradnictwa prawnego, psychologicznego, psychoterapii, mediacji rodzinnych
Fundacja "BĄDŹ DOBROCZYŃCĄ" ul. Reymonta 49A 45-072 Opole	77 441 12 29, 505 287 466 info@dobroczyнца.org www.dobroczyнца.org	Środa – czwartek 11.00 – 16.30	Osobiście Telefoniczne e-mail	Pomoc specjalist. dla rodzin. Rozwiązywanie problemów rodzinnych i wychowawczych, pomoc prawno-obywatelska, mediacje, pomoc dla rodzin z problemem przemocy oraz rodzin w kryzysie rozwodowym.
Klinika Prawa, Wydział Prawa i Administracji Uniwersytetu Opolskiego ul. Katowicka 87A, 45-060 Opole pok. nr 1.5	77 452 75 60 klinikaprawa@uni.opole.pl	Porady udzielane są w okresie od października do maja (w trakcie roku akademickiego).	Terminy uzgadniane telefon. poniedz.-piątek 8.00 – 15.00	Porady prawne z zakresu prawa rodzinnego, opiekuńczego, cywilnego, administrac., karnego, prawa pracy i ubezpieczeń społ. dla osób które nie są w stanie same opłacić porady prawnej.
Telefon Zaufania Dla Dzieci i Młodzieży	Infolinia: 116 111	Codziennie 12.00 – 2.00	Pomoc dla dzieci i młodzieży	
Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci	Infolinia: 800 100 100	Poniedz. – piątek 12.00 – 15.00	Pomoc dla dorosłych w sprawach dzieci przeżywających kłopoty i trudności takie jak: agresja, przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystanie seksualne, kontakt z subst. psychoaktywnymi, depresja i obniżony nastrój, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania.	
Telefon wsparcia dla osób po stracie bliskich	Infolinia: 800 108 108	Poniedz. – piątek 14.00 – 20.00	Linia adresowana jest do wszystkich osób w żałobie, które potrzebują pomocy.	
	Infolinia: 800 111 123	Poniedz. – piątek 12.00 – 18.00	Pomoc dla dzieci i nastolatków przeżywających śmierć kogoś bliskiego, dla ich rodziców i opiekunów	
PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNE				
Fundacja "BĄDŹ DOBROCZYŃCĄ" ul. Reymonta 49A 45-072 Opole	77 441 12 29, 505 287 466 info@dobroczyнца.org www.dobroczyнца.org	Środa – czwartek 11.00 – 16.30	Osobiście Telefoniczne e-mail	Pomoc dopasowana do potrzebujących osób (psycholog, pedagog, terapeuta, specjalista ds. socjalnych). Pomoc w rozwiązywaniu problemów emocjonalnych, wychowawczych i życiowych np. spirali długów.
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie ul. Książąt Opolskich 27, 45-006 Opole	77 442 05 04 pcpropole@wp.pl, www.pcpropole.pl	Poniedziałek 7.30 – 17.00 Wtorek – czwart. 7.30 – 15.30 Piątek 7.30 – 14.00	Osobiście Telefoniczne e-mail	Pomoc dla osób wymagających wsparcia i poradnictwa
Poradnia Psycholog.-Pedagogiczna w Opolu ul. Książąt Opolskich 27, 45-006 Opole	77 441 02 45 sekretariat@pppopole.pl, www.pppopole.pl	Poniedziałek 7.30 – 17.00 Wtorek–czwart. 7.30 – 15.30 Piątek 7.30 – 14.00	Osobiście Telefoniczne	Pomoc psychologiczno – pedagogiczna dla dzieci (od momentu urodzenia) i młodzieży m.in. w wyborze kierunku kształcenia i zawodu, rodziców i nauczycieli związana z wychowywaniem i kształceniem dzieci i młodzieży, a także wspomaganie przed-szkoli i szkół w zakresie realizacji zadań dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych
Poradnia Psycholog.-Pedagog. w Ozimku ul. Częstochowska 31, 46-040 Ozimek	77 465 12 54 www.pppozimek.pl poradnia.ozimek@interia.pl	Poniedz.–piątek 7.30 – 15.30	Telefonicznie Osobiście	
Poradnia Psycholog.-Pedagogiczna w Niemodlinie ul. Wojska Polskiego 5, 49-100 Niemodlin	77 460 63 63 pppniemodlin@o2.pl, www.pppniemodlin.pl	Poniedz. 7.00–8.30, 11.00–16.00 Wtorek – piątek 7.30 – 15.30 (czwartek do 17.00)	Telefonicznie Osobiście	
Punkt Konsultacyjny ul. Plac Powst. Śląskich 2, 49-120 Dąbrowa	77 464 17 78	Piątek 13.30 – 15.30 16.00 – 18.00	Osobiście	Pomoc dla osób wymagających wsparcia i poradnictwa, dla osób w kryzysach, osób uzależnionych i współuzależnionych.
Punkt Pomocy Psychologicznej, ul. Zamkowa 2, 46-060 Prószków		Poniedziałek 14.00 – 17.00	Osobiście	

PORADNICTWO Z ZAKRESU POMOCY SPOŁECZNEJ I PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE

OPS Chrzastowice ul. Dworcowa 38, 46-053 Chrzastowice	77 421 92 20 opschrzastowice@op.pl	Poniedz.,wtor., czw.7.30 –15.30 Środa 7.30 – 17.00 Piątek 7.30 – 14.00	Osobiście Telefonicznie	Pomocy udziela się osobom i rodzinom w szczególności z powodu: <ul style="list-style-type: none"> – ubóstwa, – sieroctwa, – bezdomności, – bezrobocia, – niepełnosprawności; – długotrwałej lub ciężkiej choroby; – przemocy w rodzinie; – potrzeby ochrony ofiar handlu ludźmi; – potrzeby ochrony macierzyństwa lub wielodzietność; – bezradności w sprawach opiekuńczo-wychowawczych i prowadzenia gospodarstwa domowego, zwłaszcza w rodzinach niepełnych lub wielodzietnych; – trudności w integracji cudzoziemców, którzy uzyskali w Rzeczypospolitej Polskiej status uchodźcy, ochronę uzupełniającą lub zezwolenie na pobyt czasowy udzielone w związku z okolicznością o której mowa w art.159 ust.1 pkt 1 lit. c lub d ustawy z dnia 12 grudnia 2013r.o cudzoziemcach.; – trudności w przystosowaniu do życia po zwolnieniu z zakładu karnego; – alkoholizmu lub narkomanii; – zdarzenia losowego i sytuacji kryzysowej; – klęski żywiołowej lub ekologicznej.
OPS Dąbrowa ul. Plac Powstańców Śląskich 2, 49-120 Dąbrowa	77 464 10 08, 77 464 17 78 ops@gminadabrowa.pl	Poniedz.-środa 7.30 – 15.30 Czwartek 7.30 – 17.30 Piątek 7.30 – 13.30	Osobiście Telefonicznie	
GOPS Dobrzeń Wielki ul. Namysłowska 28, 46-081 Dobrzeń Wielki	77 403 25 50 dobrzen@dobrzewielki.pl	Poniedziałek 7.30 – 15.30 Wtor., środa, czw. 7.30 – 14.30 Piątek 7.30 – 13.00	Osobiście Telefonicznie	
GOPS Komprachcice ul. Ks. Bilińskiego 2, 46-070 Komprachcice	77 464 73 05 kontakt@gops.komprachcice.pl	Poniedz. – piątek 7.30 – 15.30	Osobiście Telefonicznie	
GOPS Łubniany ul. Opolska 53 a, 46-024 Łubniany	77 421 19 58 kierownik.gops@lubniany.pl	Poniedziałek 8.00 – 16.00 Wtorek-piątek 7.00 – 15.00	Osobiście Telefonicznie	
GOPS Murów ul. Wolności 20/1, 46-030 Murów	77 421 44 75 gops@murow.pl	Poniedz. - piątek 7.15 – 15.15	Osobiście, Telefonicznie	
OPS Niemodlin ul. Bohaterów Powstań Śl. 37, 49-100 Niemodlin	77 460 79 45 sekretariat@opsniemodlin.pl	Poniedziałek 7.00 – 17.00 Wtorek – czwart. 7.00 – 15.00 Piątek 7.00 – 13.00	Osobiście Telefonicznie	
Ośrodek Integracji i Pomocy Społecznej w Ozimku ul. Ks. Dzierżona 4b, 46-040 Ozimek,	77 462 28 77, oiips@ugim.ozimek.pl	Poniedziałek 7.30 – 17.00 Wtorek – czwart. 7.30 – 15.30 Piątek 7.30 – 14.00	Osobiście Telefonicznie	
GOPS Popielów ul. Powstańców 12, 49-090 Popielów	77 427 57 10 do 11, gops.kierownik@popielow.pl	Poniedz.–środa 7.15 – 15.15 Czwartek 8.00 – 17.00 Piątek 7.15 – 14.15	Osobiście Telefonicznie	
MOPS Prószków ul. Opolska 17 46-060 Prószków	77 464 30 53, 77 401 37 15 krmops@proszkow.pl	Poniedz.,wt., czw. 7.00 – 15.00 Środa 7.00 – 17.00 Piątek 7.00 – 13.00	Osobiście Telefonicznie	
GOPS Tarnów Opolski ul. Cmentarna 5, 46-050 Tarnów Opolski	77 400 35 50 gopstarnowop@wp.pl	Poniedziałek 7.00 – 16.00 Wtorek–czwartek 7.00 – 15.00 Piątek 7.00 – 14.00	Osobiście Telefonicznie	
OPS Tułowice ul. Porcelanowa 8, 49-130 Tułowice,	77 460 06 71, 77 460 06 73, opstulowice@opstulowice.pl	Poniedziałek 8.00 – 16.00 Wtorek–piątek 7.00 – 15.00	Osobiście Telefonicznie	
GOPS Turawa ul. Opolska 39 c, 46-045 Turawa	77 421-22-29, gops@turawa.pl	Poniedziałek 8.00 – 16.00 Wtorek–piątek 7.00 – 15.00	Osobiście Telefonicznie	
Polski Komitet Pomocy Społecznej ZR w Niemodlinie ul. Wojska Polskiego 3, 49-100 Niemodlin	77 460 62 21	Poniedz. –piątek 7.00 – 12.30	Osobiście Telefonicznie	Pomoc dla osób wymagających wsparcia, starszych, niepełnosprawnych, bezdomnych i samotnych
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie ul. Książąt Opolskich 27 45-015 Opole	77 442 05 04 pcpropole@wp.pl www.pcpropole.pl	Poniedziałek 7.30 – 17.00 Wtorek - czwartek 7.30 – 15.30 Piątek 7.30 – 14.00	Osobiście Telefoniczne	Pomoc osobom pokrzywdzonym, doznającym przemocy w rodzinie
Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla	77 455 63 90, 77 455 63 91,	Poniedz. – piątek 8.00 – 20.00	Osobiście	

Ofiar Przemocy w Rodzinie ul. Małopolska 20 a, 45-301 Opole	77 455 63 92 (wew. 3)	Schronienie całodobowo.	Telefoniczne	
Stowarzyszenie na Rzecz Ludzi Uzależnionych TO CZŁOWIEK w Opolu Ul. Ozimska 71 d, 45-368 Opole	77 453 23 38, 600 991 525, 721 019 416 www.toczlowiek.pl kontakt@tozczlowiek.pl	Poniedz. - czwartek 14.00 – 19.00	Telefonicznie Osobiście	Profilaktyka rodzinna, przeciwdziałanie agresji i przemocy
Poradnia Telefoniczna "Niebieskiej Linii"	Infolinia: 22 668 70 00	Codziennie 12.00 – 18.00	Dla wszystkich osób pokrzywdzonych przestępstwem, ze szczególnym uwzględnieniem osób doświadczających przemocy w rodzinie oraz jej świadków.	
Telefon Zaufania dla Ofiar i Sprawców Przemocy Seksualnej	Infolinia: 22 828 11 12	Wtorki i środy 15.00 – 18.00	Pomoc osobom dorosłym, które doświadczyły przemocy seksualnej	
Policyjny Telefon Zaufania ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie	Infolinia: 800 120 226	Poniedz. – piątek 9.30 – 15.30	Wsparcie w sytuacji przemocy w rodzinie, udzielenie informacji na temat procedury "Niebieskiej Karty", np. jakie inne podmioty poza policją, mogą ją założyć.	
PORADNICTWO Z ZAKRESU ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ				
Gminny Punkt Konsultacyjny ds. Uzależnień ul. Dworcowa 38, 46-053 Chrzastowice	77 411 04 08	Wtorek (psycholog) Czwartek (specjal. terapii uzależnień)	16.00 – 20.00 16.00– 19.00	Osobiście Telefonicznie
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Chrzastowicach ul. Dworcowa 38, 46-053 Chrzastowice	77 411 04 16		W wyznaczonych dniach wg potrzeb	Osobiście Telefonicznie
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Dąbrowie ul. Plac Powstańców Śl. 2, 49-120 Dąbrowa	77 464 17 78		W godzinach pracy OPS	Osobiście Telefonicznie
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Dobrzeniu W. ul. Namysłowska 44, 46-081 Dobrzeń W.	77 411 03 02, 77 469 54 33 w. 102 sekretarz@dobrzen Wielki.pl		Pierwszy, drugi i czwarty wtorek miesiąca 15.30 – 17.00	Osobiście Telefon. e-mail
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Komprachcicach ul. Ks. Bilińskiego 2, 46-070 Komprachcice	77 464 73 05 kontakt@gops.komprachcice.pl		W godzinach pracy GOPS	Osobiście Telefon. e-mail
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Łubnianach ul. Opolska 53 A, 46-024 Łubniany	77 421 19 58 kierownik.gops@lubniany.pl		W wyznaczonych dniach wg potrzeb	Osobiście Telefonicznie
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Murowie ul. Dworcowa 2, 46-030 Murów	77 421 40 34 wew. 105		Pierwszy poniedziałek miesiąca 15.00 – 17.00	Osobiście, Telefonicznie
Gminny Punkt Konsultacyjny dla osób uzależnionych i członków ich rodzin ul. Wojska Polskiego 3, 49-100 Niemodlin	77 460 63 13	Piątek (KRPA przedostatni piątek m-ca)	13.45 – 17.45 13.00 – 16.00	Telefonicznie Osobiście
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Ozimku ul. Ks. Dzierżona 4b, 46-040 Ozimek,	77 462 28 84, 77 462 28 77 oiips@ugim.ozimek.pl		W godzinach pracy OOIPS w Ozimku	Osobiście Telefonicznie
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Popielowie ul. Powstańców 12, 49-090 Popielów	77 427 57 10 do 11, gops.kierownik@popielow.pl		Wyznaczony dzień w ostatnim tyg. m-ca (szczegóły w GOPS) 15.30 – 17.00	Osobiście Telefonicznie
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Prószkowie ul. Opolska 17, 46-060 Prószków	77 464 30 53, 77 401 37 15		W wyznaczonych dniach wg potrzeb	Osobiście Telefonicznie
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Tarnów Op. ul. Dworcowa 6, 46-050 Tarnów Opolski	77 464 08 61		W wyznaczonych dniach wg potrzeb	Osobiście Telefonicznie
Punkt Wzajemnej Pomocy „Wsparcie” ul. Klimasa 9, 46-050 Tarnów Opolski	77 464 41 95		Poniedz. – piątek 16.00 – 20.00	Osobiście Telefonicznie
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Tułowicach ul. Szkolna 1, 49-130 Tułowice,	77 460 01 43		Raz w miesiącu, w wyznaczonym dniu wg potrzeb	Osobiście Telefonicznie

Punkt Konsultacyjny ul. Porcelanowa 8, 49-130 Tułowice	77 460 06 73, opstulowice@opstulowice.pl	Poniedziałek 16.00 – 17.00 Środa 15.00 – 17.00	Osobiście Telefonicznie	
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Turawie ul. Opolska 39 c, 46-045 Turawa,	77 421 20 12, 77 421 20 72 w. 108 aa@turawa.pl	W wyznaczonych dniach wg potrzeb	Osobiście Telefonicznie	
Ośrodek Profilaktyki (również świetlica środowiskowa) ul. Korczaka 12, 46-040 Ozimek	77 465 13 14	Poniedz., środa-piątek 13.00 – 19.00	Osobiście Telefonicznie	Pomoc psychologiczna, zajęcia terapeutyczne dla osób wymagających wsparcia.
Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnienia ul. Głogowska 25 b, 45 – 315 Opole	77 455 25 35, 77 457 63 64 wykopole@interia.pl wotuiw.opole.pl	Poniedz. – piątek 7.30 – 20.00	Osobiście Telefonicznie	Pomoc dla osób uzależnionych od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, dla hazardzistów, rodzin osób uzależnionych oraz DDA. Poradnia dla dzieci, młodzieży i dorosłych.
Stowarzyszenie na Rzecz Ludzi Uzależnionych TO CZŁOWIEK w Opolu Ul. Ozimska 71 d, 45-368 Opole	77 453 23 38, 600 991 525, 721 019 416 kontakt@toczlowiek.pl	Poniedz. – czwartek 14.00 – 19.00	Telefonicznie Osobiście	Pomoc osobom uzależnionym, ich rodzinom, osobom wykluczonym społecznie, profi-lakt. zachowań ryzykownych wśród młodzieży. Współpraca z plac. oświaty, domami dziecka, sądami i kuratelami, zakład. karnymi, stacjonarnymi plac. leczn. odwykowego
Ogólnopolski Telefon Zaufania „Narkotyki – Narkomania”	Infolinia: 801 199 990	Codziennie 16.00 – 21.00		Dla osób mających problemy z narkotykami bądź mających w otoczeniu osoby uzależnione
PARADNICTWO W RAMACH INTERWENCJI KRYZYSOWEJ				
Dom Matki i Dziecka ul. Masłowskiego 1, 45-532 Opole	77 454 07 60 77 442 04 22	Opieka całodobowa	Telefonicznie Osobiście	Z pomocy i zakwaterowania mogą korzystać matki z dziećmi przebywające na obszarze RP bez względu na faktyczne miejsce ich zameldowania (również obywatelki innych krajów, które czasowo przebywają w Polsce)
„Linia życia”	Infolinia: 577 999 361 Codziennie 10.00 – 18.00	Pomoc w sytuacji, gdy rodzic/opiekun jest w sytuacji “bez wyjścia” (w jego przekonaniu). Uruchamia się procedurę “Linii Życia” , która polega na zabezpieczeniu opieki nad dzieckiem (np. we współpracy z sądem poprzez umieszczenie dziecka w rodzinie zastępczej) i udzieleniu pomocy mamie (np. medycznej, psychologicznej, prawnej)		
Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego	Infolinia: 800 70 2222 www.linia wsparcia.pl porady@linia wsparcia.pl	Całodobowo		Pomoc osobom będącym w kryzysie psychicznym, mającym stany depresyjne, myśli samobójcze.
Kryzysowy Telefon Zaufania	Infolinia: 116 123	Codziennie 14.00 – 22.00		Pomoc psychologiczna osobom doświadczającym kryzysu emocjonalnego, samotnym, cierpiącym z powodu depresji, bezsenności, chronicznego stresu.
PARADNICTWO DLA OSÓB BEZROBOTNYCH				
Fundacja "BĄDŹ DOBROCZYŃCĄ ul. Reymonta 49A 45-072 Opole	77 441 12 29, 505 287 466 info@dobroczyzna.org www.dobroczyzna.org	Środa – czw. 11.00 – 16.30	Osobiście Telefonicznie	Specjalist. pomoc zawodowa ukierunkowana na znalezienie pracy, podniesienie kwalifikacji. Pomoc w przygotowaniu dokumentów (CV, list motyw., itp.), w organizacji kursów i stażów zawodowych. Wsparcie dla osób zarejestrow. w PUP, jak i niezarejestrow.
Powiatowy Urząd Pracy ul. Mjr. Hubala 21, 45-266 Opole	77 44 22 929 www.pup.opole.pl opop@praca.gov.pl	Poniedz. – piątek 8.00 – 14.00 (telefonicznie 7.30 – 15.30)	Osobiście Telefonicznie	Poradnictwo dla osób zarejestrowanych w PUP Opolu oraz zamierzających się zarejestrować jako osoba bezrobotna lub poszukująca pracy, a także pracodawców i przedsiębiorców
Powiatowy Urząd Pracy w Opolu Filia Niemodlin ul. Boh. Powstań Śl. 37, 49-100 Niemodlin	77 460 63 12 f.niemodlin@pup.opole.pl	Poniedziałek 8.00 – 15.00 Wtorek-czwartek 8.00 – 14.00 Piątek 8.00 – 13.00	Osobiście Telefonicznie	
Wojewódzki Urząd Pracy ul. Głogowska 25, 45-315 Opole	77 441 67 01 wup@wup.opole.pl	Poniedz. – piątek 7.30 – 15.30	Osobiście Telefonicznie	Pomoc dla osób bezrobotnych
PARADNICTWO Z ZAKRESU PRAWA PRACY				
Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy	Infolinia: 459 599 000, 801 002 006 www.bip.pip.gov.pl , kancelaria@gip.pip.gov.pl	Poniedz. – piątek 9.00 – 15.00	Telefonicznie	Porady w zakresie przestrzegania prawa pracy, służące ograniczeniu zagrożeń dla życia i zdrowia pracowników
PARADNICTWO DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘSTWEM				

Dom Matki i Dziecka ul. Masłowskiego 1, 45-532 Opole	77 454-07-60 77 442-04-22	Całodobowo	Telefonicznie Osobiście	Z pomocy i zakwaterowania mogą korzystać matki z dziećmi przebywające na obszarze RP bez względu na faktyczne miejsce ich zameldowania (również obywatelki innych krajów, które czasowo przebywają w Polsce)		
PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAWA KONSUMENTÓW						
Powiatowy Rzecznik Praw Konsumenta ul. 1 Maja 29, pok. 1, 45-068	77 5415148		Wtorek 7.30 – 11.00 Czwartek 13.00 – 17.00	Osobiście, telefonicznie	Poradnictwo konsumenckie i informacje prawne w zakresie ochrony interesów konsumentów	
PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAW DZIECKA						
Rzecznik Praw Dziecka ul. Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa	22 583 66 00, Infolinia: 800 12 12 12 rpd@brpd.gov.pl		Poniedz. – piątek 8.15 – 16.15	Telefonicznie	Rzecznik interweniuje w sytuacji, kiedy dotychczasowe procedury okazały się nieskuteczne bądź ich zaniechano, nie zastępuje wyspecjalizow. służb, instytucji i stowarzyszeń zajmujących się ochroną dzieci	
PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAW PACJENTA						
Rzecznik Praw Pacjenta ul. Młynarska 46, 01-171 Warszawa	22 532 82 50, infolinia: 800 190 590 kancelaria@rpp.gov.pl www.rpp.gov.pl		Poniedziałek 9.00 – 18.00 Wtorek-piątek 9.00 – 15.00 Infolinia pon. - pt. 8.00 – 18.00	Telefonicznie	Ochrona praw pacjenta	
Narodowy Fundusz Zdrowia – Telefoniczna Informacja Pacjenta	Infolinia: 800 190 590 (całodobowo) www.nfz.gov.pl		Informacje m.in. jak uzyskać kartę EKUZ, prawa przysługujące osobie ubezpieczonej, gdzie znajduje się najbliższy szpital, w jaki sposób zgłosić naruszenie praw pacjenta, jak skorzystać z leczenia uzdrowiskowego. Możliwość zamówienia rozmowy z konsultantem, wideoczat na stronie internetowej NFZ, obsługa pacjentów w języku migowym.			
Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Infolinia: 801 801 015		Poniedz. – piątek 8.00 – 17.00	Pomoc dla osób niepełnosprawnych, ich rodzin oraz organizacji działających na ich rzecz		
PORADNICTWO Z ZAKRESU UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH						
Zakład Ubezpieczeń Społecznych w Opolu ul. Wrocławska 24, 45-701 Opole	77 451-16-00, 77 451-16-01 infolinia: 22 560-16-00 www.zus.pl cot@zus.pl, skype: zus_centrum_obsługi_tel		Poniedziałek 8.00 – 18.00 Wtorek-piątek 8.00 – 15.00 Konsultanci (tel., skype) pon. - pt. 7.00 – 18.00	Osobiście Telefonicznie e-mailem, skype, czat		
PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAWA PODATKOWEGO						
Drugi Urząd Skarbowy w Opolu ul. Cementowa 6, 45-358 Opole	77 442 36 31 do 34 ; 77 442 11 01; 77 442 1117 2us.opole@mf.gov.pl		Poniedziałek 7.30 – 18.00 Wtorek-piątek 7.30 – 15.30	Osobiście Telefonicznie		