

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 Telefonicznie 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 Telefonicznie e-mail	Osoby wymagające poradnictwa prawnego, psychologicznego, psychoterapii, mediacji rodzinnych
Fundacja "BĄDŹ DOBROCZYŃCĄ" ul. Reymonta 49A 45-072 Opole	77 441 12 29 info@dobroczyzna.org www.dobroczyzna.org	Terminy uzgadnianie telefonicznie poniedz.-piątek 8.00 – 16.00	Osobiście Telefonicznie	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 kliniikaprawa@uni.opole.pl	Porady udzielane są w okresie od października do maja (w trakcie roku akademickiego).	Poczta tradycyjna e-mail	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 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.	
PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNE				
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 Telefonicznie 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 Telefonicznie	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 przedszkoli 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	Poniedziałek – piątek 7.30 – 15.30 Środa 7.00–9.30, 11.30–17.00	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. Daszyńskiego 6, 46-060 Prószków		Wtorek 14.00 – 17.00	Osobiście	
Fundacja "BĄDŹ DOBROCZYŃCĄ" ul. Reymonta 49A 45-072 Opole	77 441 12 29 info@dobroczyzna.org www.dobroczyzna.org	Terminy uzgadnianie na telefon Poniedz. – piątek 8.00 – 16.00	Osobiście Telefonicznie	Pomoc dopasowana do potrzebujących osób (psycholog, pedagog, terapeuta, specjalista ds. socjalnych). Pomoc w rozwiązywaniu problemów emocjonalnych, wychowawczych i życiowych
Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci	Infolinia: 800 100 100 www.800100100.pl	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.	
PORADNICTWO Z ZAKRESU POMOCY SPOŁECZNEJ I PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE				

OPS Chrzastowice ul. Dworcowa 38, 46-053 Chrzastowice	77 421 92 20 opschrastowice@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 – 16.00 Wtorek – czwart. 7.00 – 15.00 Piątek 7.00 – 14.00	Osobiście Telefonicznie	
Ośrodek Integracji i Pomocy Społecznej w Ozimku ul. Ks. Dzierżona 4b, 46-040 Ozimek,	77 462 28 77, 77 462 28 84 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 Poradnictwo prawne	77 421-22-29, gops@turawa.pl 77 421 22 29, 600476505 jplaza.kancelaria@gmail.com	Poniedziałek 8.00 – 16.00 Wtorek–piątek 7.00 – 15.00 Poniedziałek 8.00 – 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 Ofiar Przemocy w Rodzinie ul. Małopolska 20 a, 45-301 Opole	77 455 63 90, 77 455 63 91, 77 455 63 92 (wew. 3)	Poniedz. – piątek 8.00 – 20.00 Schronienie całodobowo.	Osobiście Telefonicznie	
Telefon Dla Ofiar Przemocy w Rodzinie "Niebieska Linia"	Infolinia: 22 668 70 00 - codziennie 8.00 – 20.00 800 120 002 - całodobowo		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	
Telefon dla kobiet doświadczających przemocy	Infolinia: 600 070 717	Całodobowo	Przeciwdziałanie wszelkim formom przemocy i dyskryminacji kobiet w życiu prywatnym, publicznym i zawodowym.	
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 Chrzęstowice	77 411 04 08	Wtorek (psycholog) 16.00 – 20.00 Czwartek (specjal. terapii uzależnień) 16.00– 19.00	Osobiście Telefonicznie	Osoby uzależnione i współuzależnione od alkoholu
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Chrzęstowicach ul. Dworcowa 38, 46-053 Chrzęstowice	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 Wielki	77 411 03 02, 77 469 54 33 w. 102 sekretarz@dobrzenwielki.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 104, 46-024 Łubniany	77 4270579 ug@lubniany.pl partnerstwo@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. 119	Pierwszy wtorek miesiąca 15.30 – 17.30	Osobiście, Telefonicznie	
Gminny Punkt Konsultacyjny dla osób uzależnionych i członków ich rodzin, ul. Wojska Polskiego 3, 49-100 Niemodlin	77 460 63 13, 506 098 642	Piątek 14.30 – 18.30, KRPA przedostatni piątek m-ca 13.10 – 16.00 Psycholog - piątki 9.00-12.00 (po wcześniejszym ustaleniu)	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	Piątek (psycholog) 11.00 – 14.00 Wyznaczony dzień w ostatnim tyg. m-ca 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 godzinach pracy MOPS w Prószkowie	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 b.saga@tulowice.pl	wg potrzeb, nie rzadziej niż raz w miesiącu	Osobiście Telefonicznie	

Punkt Konsultacyjny ul. Porcelanowa 8, 49-130 Tułowice		77 460 06 73, opstulowice@opstulowice.pl	Poniedziałek 15.00 – 16.00 Środa 15.00 – 16.00	Osobiście Telefonicznie	
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Turawie ul. Opolska 39 c, 46-045 Turawa		77 421 22 29 gops@turawa.pl	W godzinach pracy GOPS		Osobiście Telefonicznie
Punkt Konsultacyjno-Doradczy ul. Opolska 39 c, 46-045 Turawa		77 421 22 29, 504 362 691 gops@turawa.pl	W godzinach pracy GOPS		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 wotuw@olowoskowice.pl wotuiw.opole.pl	Poniedz. – piątek 7.30 – 20.00	Telefonicznie Osobiście	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, www.toczlowiek.pl kontakt@toczlowiek.pl	Poniedz. – czwartek 14.00 – 19.00	Telefonicznie Osobiście e-mail	Pomoc osobom uzależnionym, ich rodzinom, osobom wykluczonym społecznie, profilakt. 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	
Telefon Zaufania - Uzależnienia behawioralne		Infolinia: 801 889 880	Codziennie 17.00 – 22.00	Dla osób uzależnionych od hazardu, zakupów, internetu, pracy, jedzenia, seksu, itp.	
POMARAŃCZOWA LINIA	Infolinia: 801 140 068	Poniedz. – piątek 14.00 – 20.00	Pomoc informac.-konsultacyjna dla rodziców dzieci pijących alkohol i zażywających narkotyki		
PORADNICTWO 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	Pomoc i zakwaterowanie dla matek z dziećmi przebywającymi na obszarze RP bez względu na miejsce ich zameldowania (również obywatelki innych krajów, które czasowo przebywają w Polsce)
Telefon Zaufania Dla Dzieci i Młodzieży		Infolinia: 116 111 – całodobowo		Infolinia: 192 88 - poniedziałek - piątek od 15.00 – 19.00	
Telefon zaufania dla osób dorosłych w kryzysie emocjonalnym		Infolinia: 116 123	Codziennie 14.00 – 22.00	Pomoc psychologiczna osobom doświadczającym kryzysu emocjonalnego, samotnym, cierpiącym z powodu depresji, bezsenności, chronicznego stresu.	
PORADNICTWO DLA OSÓB BEZROBOTNYCH					
Fundacja "BĄDŹ DOBROCZYŃCĄ" ul. Reymonta 49A 45-072 Opole		77 441 12 29 info@dobroczyzna.org www.dobroczyzna.org	Terminy uzgadniane telefonicznie poniedz.-piątek 8.00 – 16.00	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	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 7.00 – 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	
PORADNICTWO 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
PORADNICTWO DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘSTWEM					

Ośrodek Pomocy Poszkodowanym Przepięstwem - Dom Matki i Dziecka ul. Masłowskiego 1, 45-532 Opole	77 454 07 60, 77 442 04 22, 885 655 012 (całodobowo)	Telefonicznie Osobiście	Bezplacna pomoc prawna, mediacyjna, psychologiczna, psychoterapeutyczna, pomoc tłumacza i materialna (m.in. koszty świadczeń zdrowotnych, lekarstw, opieki nad dziećmi i kształcenia, zakwaterowania lub schronienia, zakupu żywności, odzieży, środków higieny osobistej, opłat za energię) dla osób pokrzywdzonych w wyniku przemocy domowej, kradzieży, pobicia, zgwałcenia, oszustwa, nieplacenia alimentów, uszkodzenia mienia, wypadku komunikacyjnego, groźby karalnej lub innego przestępstwa. Również dla świadków przestępstw oraz bliskich osób pokrzywdzonych.		
PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAWA KONSUMENTÓW					
Powiatowy Rzecznik Praw Konsumenta ul. 1 Maja 29, pok. 1, 45-068 Opole	77 5415101 (zapisy)	Poniedziałek, Wtorek Czwartek	8.30 – 12.30 12.00 – 16.00	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	Infolinia: 800 12 12 12 - całodobowo rpd@brpd.gov.pl	Telefonicznie	Rzecznik interweniuje w sytuacji, kiedy dotychczasowe procedury są 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 Wtorek-piątek Infolinia pon. - pt.	9.00 – 18.00 9.00 – 15.00 8.00 – 20.00	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.			
PORADNICTWO Z ZAKRESU UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH					
Zakład Ubezpieczeń Społecznych	infolinia: 22 560-16-00 cot@zus.pl www.zus.pl	Poniedz. - piątek	7.00 – 18.00	Podstawowe informacje dla ubezpieczonych i płatników m.in. na temat emerytur, rent, zasiłków, ubezpieczeń społecznych.	
PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAWA PODATKOWEGO					
Krajowa Informacja Skarbowa	22 330 03 30 infolinia 801 055 055	Poniedziałek - piątek	8.00 – 16.00	Informacje dotyczące m.in. podatku dochodowego od osób fizycznych, podatku od towarów i usług, cła.	