

Lista instytucji pomocowych, interwencyjnych i telefonów zaufania

Nazwa instytucji	Adres	Telefon	Godziny funkcjonowania pon. – piąt.
Miejski ośrodek Pomocy Społecznej w Parczewie	ul. Ogrodowa 16 21-200 Parczew	83 355 12 55	7.00 – 15.00
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Siemieniu	Ul. Stawowa 1b 21-220 Siemień	83 354 71 58 83 354 71 61	
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Milanowie	Ul. Kościelna 11a 21-210 Milanów	83 356 76 39	
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Dębowej Kłodzie	Dębowa Kłoda 116A 21-211 Dębowa Kłoda	83 355-70-19	
Miejski ośrodek Pomocy Społecznej w Lubartowie	Ul. 3 Maja 24A 21-100 Lubartów	81 855 44 50	
Ośrodek Pomocy Społecznej w Ludwinie	Ludwin – Kolonia 24, 21-075	81 75 70 337	
Ośrodek Pomocy Społecznej w Puchaczowie	Ul. Tysiąclecia 8 21-013 Puchaczów	81 75 75 068 605 565 245	
Ośrodek Pomocy Społecznej w Uścimowie	Uścimów 37 21-109 Stary Uścimów	81 852 30 32	7.30 - 15.30
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Wysokiem	Ul. Nowa 3 23-145 Wysokie	84 680 62 47	7.30 – 15.30
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Parczewie	Parczew ul. Szpitalna 2a	83 355 15 80	
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Lubartowie	21-100 Lubartów ul. Szaniawskiego 64	81 854 33 29	7.30 – 15.30
Ośrodek Interwencji Kryzysowej Parczew	ul. Aleje Jana Pawła II 11 Parczew	504 806 438	czynny całą dobę
Punkt Interwencji Kryzysowej w Lubartowie	ul. Szaniawskiego 64 21-100 Lubartów	81 854 36 23	
Ośrodek Specjalistycznego Poradnictwa Rodzinnego i Interwencji Kryzysowej Parczew	ul. Aleje Jana Pawła II 112 Parczew	783 510 310	wtorki 17.00 - 20.00
Lokalny Punkt Pomocy pokrzywdzonym Prześpięstwem (Okręgowy Ośrodek w Lublinie)	Lubartów ul. Lubelska 32	815 343 887 782 515 474	Środa 14:00 - 19:00 Czwartek 9:00 - 14:00
Policja		997	czynne całą dobę
Pogotowie ratunkowe		999	czynne całą

			dobę
Straż pożarna		998	czynne całą dobę
Straż miejska		996	czynne całą dobę
Jednolity numer alarmowy obowiązujący w Unii Europejskiej		112	czynne całą dobę

Telefony zaufania

1. **Ogólnopolski Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” 801-120-002**
Zadzwoń, jeśli ktoś w Twojej rodzinie krzywdzi Cię – bije lub obraża. Możesz tam opowiedzieć o swojej sytuacji i dowiedzieć się gdzie szukać pomocy w Twoim otoczeniu. Bezpłatna pomoc dostępna przez całą dobę. Więcej informacji na temat infolinii można znaleźć na stronie <http://www.niebieskaLinia.org/>

2. **Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka 800 12 12 12 – nr bezpłatny.**
Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka to bezpłatna, działająca telefoniczna linia interwencyjna dla dzieci i młodzieży. Specyfiką Dziecięcego Telefonu Zaufania jest jego dwoisty charakter z jednej strony jest to telefon zaufania, z drugiej pełni on również rolę telefonu interwencyjnego. Psycholodzy, pedagodzy, prawnicy udzielają niezbędnego wsparcia wszystkim dzwoniącym dzieciom. Pod numer interwencyjny osoby dorosłe mogą zgłaszać problemy dzieci lub rażące zaniedbania względem nich. **Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.15 do 20.00. Każdy, kto zadzwoni po godzinie 20.00 lub w dni wolne od pracy może przedstawić swój problem i zostawić numer kontaktowy. Pracownik telefonu zaufania oddzwoni następnego dnia.** Więcej informacji na temat infolinii można znaleźć na stronie Rzecznika Praw Dziecka: <http://brpd.gov.pl/telefon-zaufania>

3. **Kryzysowy Telefon Zaufania - wsparcie i porady psychologiczne 116-123 – nr bezpłatny.**
Czynny codziennie od 14.00 do 22.00. Kryzysowy Telefon Zaufania 116-123 powstał z myślą o osobach, które z różnych powodów nie mają możliwości bezpośredniego kontaktu z psychologiem. Oferta Poradni kierowana jest do osób dorosłych w kryzysie emocjonalnym, potrzebujących wsparcia i porady psychologicznej, rodziców potrzebujących wsparcia w procesie wychowawczym oraz osób niepełnoprawnych. Poradnia Telefoniczna udziela pomocy psychologicznej osobom doświadczającym kryzysu emocjonalnego, samotnym, cierpiącym z powodu depresji, bezsenności, chronicznego stresu. Więcej informacji na stronie www.116123.edu.pl

4. **Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży 116-111 - nr bezpłatny.**
Czynne codziennie w godzinach od 12.00 do 02.00. Więcej o telefonie zaufania 116-111 można znaleźć na stronie www.116111.pl

5. **Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawach bezpieczeństwa dzieci 800-100-100 Linia czynna od poniedziałku do piątku, w godzinach 12.00-15.00.**

800 100 100 to **bezpłatna i anonimowa** pomoc telefoniczna i online dla rodziców i nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia i informacji w zakresie przeciwdziałania i pomocy psychologicznej dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności takie jak: agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, depresja i obniżony nastrój, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania. Ponadto terapeuci i prawnicy Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę udzielają konsultacji w zakresie podejmowania interwencji w przypadku podejrzenia przestępstw wobec dzieci, w szczególności wykorzystywania seksualnego, oraz pomocy psychologicznej dla dzieci doświadczonych przemocą i wykorzystywaniem seksualnym i uczestniczących w charakterze świadków i pokrzywdzonych w procedurach prawnych. Pomoc online dostępna pod adresem pomoc@800100100.pl. Więcej informacji na temat infolinii można znaleźć na stronie: www.800100100.pl.

6. Policyjny Telefon Zaufania ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie - ogólnopolski 800-120-226

Pod tym numerem telefonu można uzyskać wsparcie w sytuacji przemocy w rodzinie. Specjaliści obsługujący linię udzielają informacji na temat procedury "Niebieskiej Karty", np. jakie inne podmioty poza policją, mogą ją założyć. Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 9.30 - 15.30 (połączenie bezpłatne).

7. Pomarańczowa Linia - porady i konsultacje dla rodziców, których dzieci sięgają po alkohol 801-140-068

Infolinia czynna od poniedziałku do piątku w godz. 14.00-20.00. Więcej informacji na temat infolinii można znaleźć na stronie pomaranczowalinia.pl

8. Infolinia Głównego Inspektora Sanitarnego 800-060-800

Bezpłatna, całodobowa infolinia Głównego Inspektora Sanitarnego. Pod tym numerem telefonu możemy uzyskać informacje na temat negatywnych skutków zażywania dopalaczy oraz o możliwościach leczenia. Infolinia jest także przeznaczona dla rodziców, którzy mają wątpliwości czy ich dzieci zażywają dopalacze. Na infolinię GIS można przekazywać także informacje, które mogą ułatwić służbom dotarcie do osób handlujących tymi nielegalnymi substancjami.