

**Odborné poradny a infolinky sítě Charity Česká republika**

**Moravskoslezský kraj**  – **Diecéze ostravsko-opavská**

[**Poradenské a informační centrum Diecézní charity ostravsko-opavské (Ostrava centrum a Ostrava-Muglinov)**](https://ssi.charita.cz/poradenske-informacni-centrum/poradenske-a-informacni-centrum/)

Bezplatná tel. linka: 800 400 214

tel. +420 731 625 867, e-mail: [poradna@dchoo.charita.cz](mailto:poradna@dchoo.charita.cz)

po–pá 8–16 h

[**Poradna Charity sv. Alexandra (Ostrava-Dubina)**](https://charita-sv-alexandra.cz/socialni-sluzby-a-aktivita/poradna-sv-alexandra/)

tel. +420 731 625 840, e-mail: [poradna@alexandr.charita.cz](mailto:poradna@alexandr.charita.cz)

po–čt: 8–12, 13–16 h

pá 8–12 h

[**Poradenské centrum Charity Frýdek-Místek (Frýdlant nad Ostravicí)**](https://charitafm.cz/nase-sluzby/poradenstvi/poradenske-centrum2/)

tel. +420 737 627 872, e-mail: [poradna.frydlant@charitafm.cz](mailto:poradna.frydlant@charitafm.cz)

po a st 8–11, 12–15 h

út: 12–15 h

čt 8–11, 12–13 h

[**Občanská poradna Charity Bohumín (Bohumín)**](https://bohumin.charita.cz/obcanska-poradna/)

**tel. +420 739 002 717, e-mail:** [opbohumin@seznam.cz](mailto:opbohumin@seznam.cz)

po a st 8–12, 13–17 h

út a čt 8–12 h

[**Poradna Charita Český Těšín (Český Těšín)**](https://ceskytesin.caritas.cz/lide-v-tizive-socialni-situaci/charitni-poradna/)

tel. +420 731 454 650, e-mail: [michal.kawulok@ceskytesin.charita.cz](mailto:michal.kawulok@ceskytesin.charita.cz)

tel. +420 734 796 858, e-mail: [tereza.ceresnova@ceskytesin.charita.cz](mailto:tereza.ceresnova@ceskytesin.charita.cz)

po, út a čt 8–14 h

st 9–17 h

[**Sociální poradna Charita Odry (Odry, Fulnek, Vítkov)**](https://odry.charita.cz/socialni-poradna/)

tel. +420 604 645 378, e-mail: [michaela.dlabajova@odry.charita.cz](mailto:michaela.dlabajova@odry.charita.cz)

po–pá 8–16 h

[**Poradna Charity Ostrava (Ostrava-Vítkovice)**](https://ostrava.caritas.cz/poradenske-sluzby/poradna-charity-ostrava/)

tel. +420 733 741 820, +420 731 625 767, e-mail: [poradna@ostrava.charita.cz](mailto:poradna@ostrava.charita.cz)

po, út a čt 8.30–12, 13–15 h

st 8.30–12, 13–17 h

[**Občanská poradna Opava (Opava)**](https://www.charitaopava.cz/informace/obcanska-poradna/25)

tel.: +420731 316 552, e-mail: [obcanskaporadna@charitaopava.cz](mailto:obcanskaporadna@charitaopava.cz)

po a st 8–15.30 h

út 9–12 h

čt 8–15 h

pá 8–13 h

**Plzeňský kraj – Diecéze Plzeň**

[**Terénní krizová služba Diecézní charity Plzeň**](https://www.dchp.cz/jak-pomahame/v-plzenskem-kraji/pomoc-v-krizovych-situacich/terenni-krizova-sluzba/)

tel. +420 777 167 004 (nonstop)

**Praha a Středočeský kraj**

[**Krizová linka sociální pomoci Arcidiecézní charity Praha**](https://praha.charita.cz/koronavirus-opatreni/) (od 18. března)

tel. +420737 280 635, e-mail: praha@praha.charita.cz

po–pá 10–15 h

**Ústecký kraj – Diecéze Litoměřice**

[**Občanská poradna Rumburk**](https://charitarumburk.cz/o-charite/adresar/?s=obcanska-poradna-rumburk#directory-detail)

tel. +420 412 384 745, e-mail: [op@charitarumburk.cz](mailto:op@charitarumburk.cz)

po 9–12, 13–15 h

út a pá 9–12 h

st a čt 9–12, 13–15.30 h

[**Poradenské centrum Diecézní charity Litoměřice**](https://dchltm.cz/pomoc-v-cr/poradenske-centrum-litomerice/)

tel. +420 416 733 487, +420 416 531 361, +420 416 735 606

po 10–11.30, 12–16 h

út–čt 8–11.30, 12–16 h