

NAZWA	MIASTO	GODZINY DYZURÓW	KONTAKT TEL	KONTAKT MAIL	DODATKOWE INFO: JAK PRACUJĄ PODCZAS EPIDEMII
Centrum Praw Kobiet	Warszawa	pon.-pt. 9-17	22 622 25 17	sekretariat@cpk.org.pl	można umawiać się na zdalne konsultacje prawne i psychologiczne, coaching; kontakt wyłącznie drogą mailową i telefoniczną
Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia przy Centrum Praw Kobiet	Warszawa	całodobowo	600-07-07-17	sow@cpk.org.pl	bezpieczne schronienie; zgłoszenia przyjmowane są telefonicznie
uzyskanie obdukcji	Warszawa				należy indywidualnie umawiać się z lekarzami sądowymi - wykaz: https://bip.warszawa.so.gov.pl/artykuly/239/lekarz-e-sadowi
Niebieska Linia Instytutu Psychologii Zdrowia	Warszawa	pon.-niedz. 12-18	22 668 70 00, 22 824 25 01 (nr dla zdalnych konsultacji)	poradnia@niebieskalinia.pl prawnicy@niebieskalinia.pl	Udziela telefonicznych i e-mailowych porad prawnych i psychologicznych wszystkim pokrzywdzonym przestępstwem
Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie - Niebieska Linia	Warszawa	całodobowo	800-12-00-02		psychologiczna, informacje o możliwościach uzyskania pomocy
Ośrodek Wsparcia dla Matek z Małoletnimi Dziećmi i Kobiet w Cięży "ETEZJA"	Warszawa	całodobowo	604 930 292 / 604 930 298	biuro@owkid.waw.pl	Aby móc ubiegać się o przyjęcie do Ośrodka, należy udać się do Ośrodka Pomocy Społecznej właściwego dla miejsca zamieszkania i złożyć wnioski o przyjęcie do Ośrodka „Etezja”.
Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 599 71 20 (Lipińska 2); 22 697 02 70 (al. Zjednoczenia 34); 22 509 71 04/47 (Andersa 5)	sekretariat@wcpr.pl (Lipińska 2); sekretariat.piecza@wcpr.pl (al. Zjednoczenia 34); scon@wcpr.pl (Andersa 5)	kontakt wyłącznie drogą mailową i telefoniczną
Warszawski Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Warszawa		514 202 619, 22 855 44 32	sekretariat@woik.waw.pl	Ośrodek działa, ale prosi o zminimalizowanie kontaktu bezpośredniego z pracownikami, preferowany kontakt telefoniczny i mailowy; zawieszona pomoc ambulatoryjna we wszystkich punktach; przyjęcia do hostelu tylko w sytuacjach wyjątkowych;
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej - Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Płock	pon-śr 07:30-15:30, czw 08:30-17:30, pt 8:30-15:30	(24) 364-02-58; (24) 364-02-59; (24) 364-02-54	sekretariat@mopsplock.eu	kontakt wyłącznie drogą mailową i telefoniczną
Zespół Ośrodków Wsparcia, Ośrodek Interwencji Kryzysowej, Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie	Piastów	pon.-pt. 8-16	22 753 45 56	zowpowiatpruszkow@gmail.com	kontakt wyłącznie drogą mailową i telefoniczną

Zespół Ośrodków Wsparcia	Mława	-	23 654 52 29 lub 23 654 33 66	zowmlawa@zowmlawa.home.pl	kontakt wyłącznie telefoniczny i mailowy, zawieszenie działalności ambulatoryjnej, schronienie całodobowe działa, wsparcie psychologiczne świadczone zdalnie: 23-654-52-29, wsparcie@zowmlawa.pl
Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Góra Kalwaria	-	22 757-68-20; 22 736-31-21; 798-839-507; 798-896-307	poik@piaseczno.pl; recepcja.poik@piaseczno.pl; recepcja.pik1@piaseczno.pl	Do 14 kwietnia zawieszono przyjmowanie klientów; porady udzielane tylko zdalnie; całodobowy dyżur psychologiczny
Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Zielonka	pon.-pt. 8-16	22 771 83 84	poik@powiat-wolominski.pl; psychologpoikzielonka@gmail.com	kontakt wyłącznie drogą mailową i telefoniczną
Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Ostrołęka		29 767 61 94; 506 029 478 (tel. interwencyjny, 7 dni w tyg. 8-20)	oik.ostroleka@op.pl	kontakt wyłącznie drogą mailową i telefoniczną, poza sytuacjami kryzysowymi
Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Wyszków	pon.-pt. 8-16	29 742 97 97	-	kontakt wyłącznie drogą telefoniczną, wstrzymane przyjęcia do hostelu
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Nowy Dwór Mazowiecki	pon.-pt. 8-16	22 365-01-20	sekretariat@pcprndm.pl	kontakt wyłącznie drogą mailową i telefoniczną
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Legionowo	pon.-pt. 8-16	22 764-01-40	sekretariat@pcpr.legionowski.pl	Ośrodek działa, ale prosi o zminimalizowanie kontaktu bezpośredniego z pracownikami, preferowany kontakt telefoniczny i mailowy
Specjalistyczna Poradnia Rodzinna	Mińsk Mazowiecki	pon 8:00 - 17:00, śr 09:00 - 14:00, czw 08:00 - 19:00	25 756 40 22		dyżur psychologiczny pod podanym nr telefonu
OPS W-wa Bemowo	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 487 13 00	sekretariat@opsbemowo.waw.pl	Ośrodek działa, ale prosi o zminimalizowanie kontaktu bezpośredniego z pracownikami, preferowany kontakt telefoniczny i mailowy
OPS W-wa Białoleka	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 300 20 40/41/42/43	sekretariat@opsbialoleka.waw.pl	Ośrodek działa, ale prosi o zminimalizowanie kontaktu bezpośredniego z pracownikami, preferowany kontakt telefoniczny i mailowy
OPS W-wa Bielany	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 56 89 100	sekretariat@opsbielany.waw.pl	Ośrodek działa, klienci będą przyjmowani wyłącznie na parterze, a do siedziby wchodzi się pojedynczo (szczegółowe zasady: https://www.opsbielany.waw.pl)

OPS W-wa Mokotów	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 849 44 66	sekretariat@opsmokotow.pl	tylko kontakt e-mailowy lub telefoniczny z sekretariatem; numery telefonów do psychologów: 517 207 322; 506 220 850; 22 852 61 30;
OPS W-wa Ochota	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 822 11 24	osrodek@opsochota.waw.pl	Ośrodek działa, ale prosi o zminimalizowanie kontaktu bezpośredniego z pracownikami, preferowany kontakt telefoniczny i mailowy oraz o telefoniczne umawianie wizyt
OPS W-wa Praga Południe	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 277 33 00/01	sekretariat@ops-pragapoludnie.pl	ośrodek przymuje klientów, ale rekomenduje kontakt telefoniczny: 22 277-33-00/01 (Wiatraczna 11); 22 277-33-40 (Walecznych 59); 22 277 33 65 (Paca 42); dyżur psychologów pon-pt 8-16 tel. 22 277-33-65
OPS W-wa Praga Północ	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 511 24 00	sekretariat@opspragapolnoc.waw.pl	Ośrodek działa, ale prosi o zminimalizowanie kontaktu bezpośredniego z pracownikami, preferowany kontakt telefoniczny i mailowy
OPS W-wa Rembertów	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 277 34 20	sekretariat@opsrembertow.waw.pl	Ośrodek preferuje kontakt telefoniczny lub e-mailowy. Punkt przyjęć interesantów znajduje się na parterze, od godz. 8.00 do 16.00 dyżur pełni pracownik socjalny.
Centrum Pomocy Społecznej W-wa Śródmieście	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 277 41 02, 697 103 079	sekretariat@ops-srodmiescie.waw.pl	Centrum działa, ale prosi o zminimalizowanie kontaktu bezpośredniego z pracownikami, preferowany kontakt telefoniczny i mailowy
OPS W-wa Targówek	Warszawa	pon.-pt. 8-16	21 277 02 00 (osiedle Bródno); 22 679 51 57, 22 679 61 28 (Osiedla: Targówek, Targówek Fabryczny i Zacisze)	ops.tarf1@ops-targowek.waw.pl (osiedle Bródno), ops.tarf2@ops-targowek.waw.pl (Osiedla: Targówek, Targówek Fabryczny i Zacisze)	Ośrodek działa, ale prosi o zminimalizowanie kontaktu bezpośredniego z pracownikami, preferowany kontakt telefoniczny i mailowy
OPS W-wa Ursus	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 277 34 40	sekretariat@ops-ursus.pl	kontakt wyłącznie drogą mailową i telefoniczną
OPS W-wa Wawer	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 277 36 27/38	sekretariat.opswawer@um.warszawa.pl	Ośrodek działa, ale prosi o zminimalizowanie kontaktu bezpośredniego z pracownikami, preferowany kontakt telefoniczny i mailowy
OPS W-wa Wesoła	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 773 44 12; 22 773 94 40	sekretariat@opswesola.waw.pl	Ośrodek działa, ale prosi o zminimalizowanie kontaktu bezpośredniego z pracownikami, preferowany kontakt telefoniczny i mailowy

OPS W-wa Wilanów	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 648 22 26	wilanow@ops.waw.pl	Ośrodek działa, ale prosi o zminimalizowanie kontaktu bezpośredniego z pracownikami, preferowany kontakt telefoniczny i mailowy
OPS W-wa Włochy	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 863 98 37, 863 91 75	kancelaria@opswlochy.waw.pl	Ośrodek działa, ale prosi o zminimalizowanie kontaktu bezpośredniego z pracownikami, preferowany kontakt telefoniczny i mailowy
OPS W-wa Wola	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 571 50 00	sekretariat@ops-wola.waw.pl	Ośrodek działa, ale prosi o zminimalizowanie kontaktu bezpośredniego z pracownikami, preferowany kontakt telefoniczny i mailowy
OPS W-wa Żoliborz	Warszawa	pon.-pt. 8-16	22 569 28 00	zolops@ops-zoliborz.waw.pl	Ośrodek działa, ale prosi o zminimalizowanie kontaktu bezpośredniego z pracownikami, preferowany kontakt telefoniczny i mailowy

