

## HARMONOGRAM WSPARCIA SPECJALISTYCZNEGO

Ostatnia aktualizacja: 13.04.2026 r.

Zalecamy kontakt telefoniczny przed wizytą, w celu potwierdzenia dostępności specjalisty.

### Centrum Rozwoju Rodziny

Miejsce bezpłatnego wsparcia specjalistycznego. Łąpsze Niżne, ul. Jana Pawła II 61.

Rejestracja i kontakt: **18 265 91 45** | [ops@lapszenizne.pl](mailto:ops@lapszenizne.pl)

Specjalista	Kiedy przyjmuje?	Kontakt do zapisów
Pracownik socjalny	w godzinach pracy OPS	tel. 18 265 91 45
Asystent rodziny		tel. 508 005 515
Psycholog	termin ustalany indywidualnie	tel. 606 515 717
Radca Prawny	II i IV czwartek miesiąca (8:30 – 10:00)	tel. 660 647 770
Mediator	I i III środa miesiąca (15:30 – 17:00)	tel. 515 104 448
Instruktor terapii uzależnień	I i III środa (10:00–13:00) / II i IV środa (15:00–18:00)	tel. 505 256 101
Specjalista w obszarze przeciwdziałania przemocy	II i IV środa miesiąca (15:00 – 18:00)	tel. 18 265 91 45

---

### (24h)

**☎ 112 lub 997 (Policja) - Numer alarmowy - Pierwsza pomoc w sytuacjach nagłych**

*Jeśli Ty lub ktoś z Twojego otoczenia jest w niebezpieczeństwie*

---

### Ogólnopolskie telefony zaufania (Bezpłatne i Anonimowe)

- Niebieska Linia (przemoc w rodzinie): **☎ 800 120 002** (24h/7)
- Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży: **☎ 116 111** (24h/7)
- Rzecznik Praw Dziecka (Dziecięcy Telefon Zaufania): **☎ 800 12 12 12**
- Dla dorosłych w sprawie bezpieczeństwa dzieci: **☎ 800 100 100**

---

### Ważne zasady korzystania ze wsparcia:

1. **Szanujmy swój czas:** Jeśli nie możesz przyjść na umówioną wizytę, prosimy o informację. Twoje zwolnione miejsce może pomóc komuś innemu, kto pilnie potrzebuje wsparcia.
2. **Dyskrecja:** Wszystkie porady udzielane w ramach Centrum Rozwoju Rodziny są poufne i bezpłatne.