

# Občanské poradny podle krajů



**ombudsman**  
veřejný ochránce práv



**dětský ombudsman**  
ochránce práv dětí

Občanské poradny poskytují nezávislé, odborné, nestranné a bezplatné **odborné sociální poradenství** podle zákona č. 108/2006 Sb., [o sociálních službách](#).

**Nenahrazují advokátní kanceláře.** Poradci jsou většinou sociální pracovníci, nikoliv právníci.

Poradny nabízejí **bezplatnou pomoc lidem v těžkých životních situacích**. Poskytují podporu, informace, radu a praktickou pomoc, abyste se vyznali ve svých právech a povinnostech a mohli svou situaci sami řešit. Mohou Vám dát kontakt na další odborníky. V některých poradnách Vám pomohou i s oddlužením.

Níže najdete **kontakty na občanské poradny, které jsou členy Asociace občanských poraden**. Na internetu ale jistě najdete i další poradny.

## Praha

### Praha 1 Občanská poradna Praha 1

✉ Jakubská 3, 110 00 Praha 1  
☎ (+420) 222 310 110  
✉ [op.praha1@seznam.cz](mailto:op.praha1@seznam.cz)  
🌐 [www.oppraha1.wz.cz](http://www.oppraha1.wz.cz)

po 13–17  
út 9–12  
st 9–13, 14–17

### Praha 2 Občanská poradna Praha 2

✉ Spytihněvova 4, 128 00 Praha 2  
☎ (+420) 223 011 642  
✉ [poradna@spolcest.cz](mailto:poradna@spolcest.cz)  
🌐 [www.spolcest.cz](http://www.spolcest.cz)

po 🧑 9–12, 13–15  
út ✅ 10–12, 13–18, 🧑 10–12, 13–18  
st ✅ 9–12, 13–16, 🧑 9–12, 13–15  
čt ✅ 10–12, 13–18, 🧑 10–12, 13–18  
pá 🧑 9–12  
✅ pro objednané, 🧑 telefonické dotazy

### Praha 3 Občanská poradna REMEDIUM - Praha 3

✉ Křišťanova 15, 130 00 Praha 3  
☎ (+420) 272 743 666, 735 613 901  
✉ [obcanskaporadna@remedium.cz](mailto:obcanskaporadna@remedium.cz)  
🌐 [www.remedium.cz](http://www.remedium.cz)

po ❌ 8:30–11:30, 🧑 12:30–15:30  
út 🧑 8:30–11:30, ✅ 12:30–15:30  
st ✅ 8:30–11:30  
čt 🧑 8:30–11:30, ✅ 12:30–15:30

✅ pro objednané, ❌ bez objednání, 🧑 telefonické dotazy

### Praha 6 Kontaktní místo Praha 6

✉ Veleslavínská 39, 160 00 Praha 6  
☎ (+420) 235 312 939  
✉ [op.praha1@seznam.cz](mailto:op.praha1@seznam.cz)  
🌐 [www.oppraha1.wz.cz](http://www.oppraha1.wz.cz)

čt 8–15 bez objednání

### Praha 14 Kontaktní místo Občanské poradny REMEDIUM

✉ Bratří Vencíků 1072/6  
ÚMČ Praha 14 (dolní vchod, 2. patro,  
kancelář č. 216), 198 00 Praha 9  
☎ (+420) 272 743 666, 735 613 901  
✉ [obcanskaporadna@remedium.cz](mailto:obcanskaporadna@remedium.cz)

st 12:30–16:30 bez objednání

## Středočeský kraj

### Benešov Kontaktní místo Benešov

✉ Masarykovo náměstí 1 (Piaristická kolej, číslo kanceláře 526)  
256 01 Benešov  
☎ (+420) 739 385 545  
✉ [zemanova.andrea@diakonie-stred.cz](mailto:zemanova.andrea@diakonie-stred.cz)  
🌐 [www.diakonie-stred.cz](http://www.diakonie-stred.cz)

čt 9–15 a pro objednané 15–17:00

### Beroun Kontaktní místo Beroun

✉ V Pražské bráně 74, budova Komerčního centra u Dolní brány  
266 01 Beroun  
☎ (+420) 735 613 901, 272 743 666  
✉ [obcanskaporadna@remedium.cz](mailto:obcanskaporadna@remedium.cz)  
🌐 [www.remedium.cz](http://www.remedium.cz) ✓ pro objednané, ✗ bez objednání, 🗣️ telefonické dotazy

po 🗣️ 12:30–15:30

út 🗣️ 8:30–11:30

st ✗ 9–12, ✓ 13–16

čt 🗣️ 8:30–11:30

pá zavřeno

### Brandýs nad Labem-Stará Boleslav Kontaktní místo Brandýs nad Labem

✉ Boleslavská 34/6 (Komunitní centrum Podivena), 250 01 Brandýs nad Labem-Stará Boleslav  
☎ (+420) 775 561 848  
✉ [poradna@respondeo.cz](mailto:poradna@respondeo.cz)  
🌐 [www.respondeo.cz](http://www.respondeo.cz)

po 12–16

### Čáslav Občanská poradna Diakonie Střed

✉ Komenského náměstí 140  
286 01 Čáslav  
☎ (+420) 734 516 733, 734 410 990  
✉ [podlipska.kamila@diakonie-stred.cz](mailto:podlipska.kamila@diakonie-stred.cz),  
[kottinkova.marketa@diakonie-stred.cz](mailto:kottinkova.marketa@diakonie-stred.cz)  
🌐 [www.diakonie-stred.cz](http://www.diakonie-stred.cz)

po 13–17 pro objednané

út 9–15

st 13–17 pro objednané

čt 9–15

### Čelákovice Kontaktní místo Čelákovice

✉ Náměstí 5. května (budova Radnice)  
250 88 Čelákovice  
☎ (+420) 775 561 848  
✉ [poradna@respondeo.cz](mailto:poradna@respondeo.cz)

každá první středa v měsíci 13–17

### Kolín Občanská poradna Kolín

✉ Mlýnská 1198, 280 02 Kolín  
☎ (+420) 736 620 819  
✉ [poradnamela@volny.cz](mailto:poradnamela@volny.cz)  
🌐 [melaops.cz](http://melaops.cz)



























po–pá: 9–15:30

### Kolín Kontaktní místo Kolín

✉ Kouřimská 15, 735 81 Kolín  
☎ (+420) 734 410 990  
✉ [podlipska.kamila@diakonie-stred.cz](mailto:podlipska.kamila@diakonie-stred.cz)  
🌐 [www.diakonie-stred.cz](http://www.diakonie-stred.cz)

st 9–15 a pro objednané 15–17

pá 9–13

<b>Městec Králové</b>	<b>Kontaktní místo Městec Králové</b>  Nám. Republiky 1 (budova radnice) 289 03 Městec Králové  (+420) 731 588 632  <a href="mailto:poradna@respondeo.cz">poradna@respondeo.cz</a>  <a href="http://www.respondeo.cz">www.respondeo.cz</a>	každá druhá středa v měsíci 13–17
<b>Mladá Boleslav</b>	<b>Mladá Boleslav – kontaktní místo</b>  Sirotkova 1242 (budova býv. Telecomu, 5. patro) 293 01 Mladá Boleslav  (+420) 725 306 332  <a href="mailto:poradna@respondeo.cz">poradna@respondeo.cz</a> <a href="http://www.respondeo.cz">www.respondeo.cz</a>	každý první a třetí čtvrtek v měsíci: 9–12, 13–15
<b>Mnichovo Hradiště</b>	<b>Mnichovo Hradiště – kontaktní místo</b>  Mírová 1616 (Komunitní centrum Mírová), 295 01 Mnichovo Hradiště  (+420) 725 306 332  <a href="mailto:poradna@respondeo.cz">poradna@respondeo.cz</a> <a href="http://www.respondeo.cz">www.respondeo.cz</a>	každé první úterý v měsíci: 9:30–12, 12:30–15
<b>Nymburk</b>	<b>Občanská poradna Nymburk</b>  nám. Přemyslovců 14/11 735 81 Nymburk  (+420) 731 588 632  <a href="mailto:poradna@respondeo.cz">poradna@respondeo.cz</a>  <a href="http://www.respondeo.cz">www.respondeo.cz</a>	po 9–12, 13–17 st 9–12
<b>Poděbrady</b>	<b>Kontaktní místo Poděbrady</b>  náměstí T. G. Masaryka 1130/18 budova Úřadu práce ČR 290 01 Poděbrady  (+420) 731 588 632  <a href="mailto:poradna@respondeo.cz">poradna@respondeo.cz</a>  <a href="http://www.respondeo.cz">www.respondeo.cz</a>	každý první a třetí pátek v měsíci 9–12
<b>Sedlčany</b>	<b>Kontaktní místo Sedlčany</b>  Zahradní 1242, 264 01 Sedlčany  (+420) 731 101 738  <a href="mailto:poradnamela@volny.cz">poradnamela@volny.cz</a> <a href="mailto:chlastakova@melaops.cz">chlastakova@melaops.cz</a>  <a href="http://www.melaops.cz">www.melaops.cz</a>	po 10–16 út 10–16 st 10–16
<b>Zruč nad Sázavou</b>	<b>Kontaktní místo Zruč nad Sázavou</b>  Mládeže 591, 285 22 Zruč n/S  (+420) 603 949 113  <a href="mailto:hajkova.adela@diakonie-stred.cz">hajkova.adela@diakonie-stred.cz</a>  <a href="http://www.diakonie-stred.cz">www.diakonie-stred.cz</a>	po 9–15 a pro objednané 15–17

## Jihočeský kraj

### České Budějovice Občanská poradna Jihočeská růže

Česká 380/52

370 01 České Budějovice

(+420) 602 148 876, 386 360 262

[osjihoceskaruze@centrum.cz](mailto:osjihoceskaruze@centrum.cz)

[jihoceskaruze.cz/poradenske-centrum](http://jihoceskaruze.cz/poradenske-centrum)

po 9–17

út podle objednání

st 9–17; terénní služba 13–17

čt podle objednání

pá podle objednání

## Plzeňský kraj

### Klatovy Poradna pro občany v nesnázích Klatovy

Vídeňská 181, 339 01 Klatovy

(+420) 734 393 161

[poradna.klatovy@diakoniezapad.cz](mailto:poradna.klatovy@diakoniezapad.cz)

st 9–12 a 13–16

čt 9–12 a 13–16

### Plzeň Poradna pro občany v nesnázích Plzeň

Reslova 12, 301 01 Plzeň

(+420) 735 795 556

[poradna.plzen@diakoniezapad.cz](mailto:poradna.plzen@diakoniezapad.cz)

[www.diakoniezapad.cz](http://www.diakoniezapad.cz)

čt 12–17 (přednostně objednání)

### Rokycany Občanská poradna Rokycany

Svazu bojovníků za svobodu 68

337 01 Rokycany

(+420) 373 728 536, 775 720 492

[poradna.rokycany@diakoniezapad.cz](mailto:poradna.rokycany@diakoniezapad.cz)

[www.diakoniezapad.cz](http://www.diakoniezapad.cz)

po pro objednané 8–12, 13–17

út pro neobjednané 10–12, 13–16

st pro objednané 8–12, 13–17

## Karlovarský kraj

### Karlovy Vary Občanská poradna Karlovy Vary – Bohatice

Jáchymovská 59/98

360 04 Karlovy Vary

(+420) 603 322 094

[poradna@kskcentrum.cz](mailto:poradna@kskcentrum.cz)

[www.kskcentrum.cz](http://www.kskcentrum.cz)

po 10–15 pro objednané

út 10–15 pro objednané a terénní 10–15

st 10–15 pro objednané a terénní 10–15

čt 10–15 pro objednané a terénní 10–15

pá 10–15 administrativa

## Ústecký kraj

### Děčín Občanská poradna Děčín

Stavební 415/3, 405 02 Děčín

(+420) 608 962 163

[poradna@chsd.cz](mailto:poradna@chsd.cz)

po 8–12 a 13–17

út 8–12 a 13–15:30

st 8–12 a 13–17

čt 8–12 a 13–15:30

pá 8–12 a 13–14

### Litvínov Kontaktní místo Litvínov

Žižkova 151, 436 01 Litvínov

(+420) 417 638 954, 721 258 865

[op@most.diakonie.cz](mailto:op@most.diakonie.cz)

po 10–13 a 14–17

út 9–13





























st 9–14 jen pro zvané

čt 10–13 a 14–17

pá 9–13

<b>Most</b>	<b>Občanská poradna Most</b>  Lomená 47/2, 434 01 Most  (+420) 417 638 955, 721 258 865  <a href="mailto:op@most.diakonie.cz">op@most.diakonie.cz</a>  <a href="http://www.most.diakonie.cz">www.most.diakonie.cz</a>	po 10–13 a 14–17 út 9–13 st 9–14 jen pro zvané čt 10–13 a 14–17 pá 9–13
<b>Rumburk</b>	<b>Občanská poradna Rumburk</b>  Sukova 1055, 408 01 Rumburk  (+420) 412 384 745, 412 384 744  <a href="mailto:op@charitarumburk.cz">op@charitarumburk.cz</a>  <a href="http://charitarumburk.cz">charitarumburk.cz</a>	po 9–12 a 13–15 út 9–12 st 9–12 a 13–15:30 čt 9–12 a 13–15:30 jen objednaní pá 9–12

## Liberecký kraj

<b>Česká Lípa</b>	<b>Kontaktní místo Česká Lípa</b>  Havlíčkova 443 (budova SP – Domov mládeže), 470 11 Česká Lípa  (+420) 608 477 657  <a href="mailto:poradna.ceskalipa@d-os.net">poradna.ceskalipa@d-os.net</a>  <a href="http://www.d-os.net">www.d-os.net</a>	po 12–17 pá 8–12 jen objednaní (tel. 774 496 261, 485 152 070 nebo 775 377 657)
<b>Frýdlant v Čechách</b>	<b>Kontaktní místo Frýdlant v Čechách</b>  Havlíčkovo nám. 304 (POSEC) 464 01 Frýdlant v Čechách  (+420) 775 077 234  <a href="mailto:poradna.frydlant@d-os.net">poradna.frydlant@d-os.net</a>  <a href="http://www.d-os.net">www.d-os.net</a>	čtvrtek v sudém týdnu 10–16 objednávky ve středu 12–18 na čísle 775 077 234 nebo v pracovní dny 9–14 na číslech 485 152 070 nebo 775 377 657
<b>Jablonec nad Nisou</b>	<b>Kontaktní místo Jablonec nad Nisou</b>  Florianova, Spolkový dům (bývalá ZŠ) 466 01 Jablonec nad Nisou  (+420) 775 077 618  <a href="mailto:poradna.jablonec@d-os.net">poradna.jablonec@d-os.net</a>  <a href="http://d-os.net">d-os.net</a>	po 10–12 a 12:45–16 pro neobjednané čt 12–18 pro objednané objednávky na 485 152 070 nebo v provozní době OP Jablonec na 775 077 618 první čtvrtek v měsíci jen objednané konzultace v oddlužení
<b>Jilemnice</b>	<b>Kontaktní místo Jilemnice</b>  Dolení 64, 514 01 Jilemnice  (+420) 776 331 112  <a href="mailto:poradna.jilemnice@d-os.net">poradna.jilemnice@d-os.net</a>	liché úterý 10–12 a 14–16 bez objednání každé úterý 12–14 telefonické dotazy
<b>Liberec</b>	<b>Občanská poradna Liberec 10 – Františkov</b>  Švermova 32, 460 10 Liberec  (+420) 485 152 070, 775 377 657  <a href="mailto:poradna@d-os.net">poradna@d-os.net</a>  <a href="http://www.d-os.net">www.d-os.net</a>	po  12–16 út  9–11 a 12–16;  12–14 st  9–11 a 12–16;  12–14 čt  9–11 a 12–16 pá  9–12  pro objednané;  telefonické dotazy

**Nový Bor Kontaktní místo Nový Bor**

✉ Wolkerova 446, 473 01 Nový Bor  
☎ (+420) 774 496 261  
✉ [poradna.novybor@d-os.net](mailto:poradna.novybor@d-os.net)  
🌐 [www.d-os.net](http://www.d-os.net)

po 12:30–17  
út 8–12  
st 8–12  
čt 8–12 lichý týden  
pá 8–14 (první pátek v měsíci  
jen konzultace v oddlužení)

**Turnov Kontaktní místo Turnov**

✉ Žižkova 2031, 511 01 Turnov  
☎ (+420) 777 323 156  
✉ [poradna.turnov@d-os.net](mailto:poradna.turnov@d-os.net)  
🌐 [www.d-os.net](http://www.d-os.net)

po 10:30–14:30 každé liché pondělí  
út 12–14 telefonické konzultace

**Královéhradecký kraj****Dobruška Kontaktní místo Dobruška**

✉ Nám. F. L. Věka 26, 518 01 Dobruška  
☎ (+420) 731 095 977  
✉ [opnachod@ops.cz](mailto:opnachod@ops.cz)  
🌐 [www.ops.cz](http://www.ops.cz)

některé středy 9:00–15:00 jen na objednání

**Dvůr Králové Občanská poradna Dvůr Králové**

✉ Palackého 99, 544 01 Dvůr Králové  
☎ (+420) 731 036 324  
✉ [poradna@charitadk.cz](mailto:poradna@charitadk.cz)  
🌐 [www.dk.charita.cz](http://www.dk.charita.cz)

po 8–12, 12:30–16:30  
út 8–12, 12:30–16:30  
st 9–13 jen pro objednané  
čt 8–12  
pá zavřeno

**Hořice Kontaktní místo Hořice**

✉ Čelakovského 1023 (budova VZP)  
508 01 Hořice  
☎ (+420) 703 855 728  
✉ [poradna.sp@charitadk.cz](mailto:poradna.sp@charitadk.cz)  
🌐 [www.dk.charita.cz](http://www.dk.charita.cz)

po 8–12, 13–16:30  
st 8–12

**Hostinné Kontaktní místo Hostinné**





























✉ Náměstí 69 (Městský úřad)  
543 71 Hostinné  
☎ (+420) 731 036 324  
✉ [poradna.sp@charitadk.cz](mailto:poradna.sp@charitadk.cz)  
🌐 [www.dk.charita.cz](http://www.dk.charita.cz)

některé středy po domluvě: 12–16  
2026: 12. 1., 26. 1., 9. 2., 23. 2., 9. 3., 23. 3.,  
13. 4., 27. 4., 11. 5., 25. 5., 8. 6., 22. 6.,  
13. 7., 27. 7., 10. 8., 24. 8., 7. 9., 21. 9.,  
5. 10., 19. 10., 9. 11., 23. 11., 7. 12., 14. 12.



























**Hradec Králové Občanská poradna Hradec Králové**

✉ Třída československé armády 543/29  
500 03 Hradec Králové  
☎ (+420) 734 734 818  
✉ [ophk@ops.cz](mailto:ophk@ops.cz)  
🌐 [www.ops.cz](http://www.ops.cz)

po 8–18  
út 8–15  
st 8–15  
čt 8–18  
pá zavřeno

<b>Jaroměř</b>	<b>Kontaktní místo Jaroměř</b>  nám. Československé armády 49 (MěÚ dopravní odbor, proti kavárně Žákova Studovna v pasáži Jar. Žáka) 551 01 Jaroměř  (+420) 731 598 850  <a href="mailto:poradna.sp@charitadk.cz">poradna.sp@charitadk.cz</a>  <a href="http://www.dk.charita.cz">www.dk.charita.cz</a>	st 8–12, 12:30–16
<b>Jičín</b>	<b>Kontaktní místo Jičín</b>  17. listopadu 861, Komunitní multifunkční centrum (vchod od autobusového nádraží), 2. patro 506 01 Jičín  (+420) 736 472 676  <a href="mailto:opjicin@ops.cz">opjicin@ops.cz</a>  <a href="http://www.ops.cz">www.ops.cz</a>	po 8–18 út 8–15 st 8–15 čt 8–17 pá zavřeno
<b>Kostelec nad Orlicí</b>	<b>Kontaktní místo Kostelec nad Orlicí</b>  Příkopy 530 217 41 Kostelec nad Orlicí  (+420) 734 370 960  <a href="mailto:opnachod@ops.cz">opnachod@ops.cz</a>  <a href="http://www.ops.cz">www.ops.cz</a>	každý sudý pátek v měsíci 9–12 a 13–15
<b>Náchod</b>	<b>Kontaktní místo Náchod</b>  Weyrova 3 (1. patro) 547 01 Náchod  (+420) 734 370 960  <a href="mailto:opnachod@ops.cz">opnachod@ops.cz</a>  <a href="http://www.ops.cz">www.ops.cz</a>	po 9–12, 12:30–18 út 9–12, 12:30–15 st 9–12, 12:30–15 čt 9–12, 12:30–17 pá zavřeno
<b>Rychnov nad Kněžnou</b>	<b>Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou</b>  Tylova 373 516 01 Rychnov nad Kněžnou  (+420) 775 475 796  <a href="mailto:op.rychnov@gmail.com">op.rychnov@gmail.com</a>  <a href="http://www.oprk.cz">www.oprk.cz</a>	po 10–13, 13:30–17 út 13–17 jen objednání st 9–12, 13–17 čt 8–12 jen objednání pá zavřeno
<b>Trutnov</b>	<b>Kontaktní místo Trutnov</b>  Na Struze 30 (Stará poliklinika) 541 01 Trutnov  (+420) 739 685 113  <a href="mailto:poradna.sp@charitadk.cz">poradna.sp@charitadk.cz</a>  <a href="http://www.dk.charita.cz">www.dk.charita.cz</a>	po 8–12, 13–16:30 út 8–12 st 8–12, 13–16:30
<b>Vrchlabí</b>	<b>Kontaktní místo Vrchlabí</b>  Komenského 1248 (u MC Kopretina) 543 01 Vrchlabí  (+420) 731 036 324  <a href="mailto:poradna.sp@charitadk.cz">poradna.sp@charitadk.cz</a>  <a href="http://www.dk.charita.cz">www.dk.charita.cz</a>	út 12:30–16:30

## Pardubický kraj





























<b>Bystré</b>	<b>Kontaktní místo Bystré</b>  nám. Na Podkově 68 (2. poschodí multifunkčního domu) 569 92 Bystré  (+420) 731 604 683, 731 598 812  <a href="mailto:op.ndc@pol.hk.caritas.cz">op.ndc@pol.hk.caritas.cz</a>	st 13–16
<b>Červená Voda</b>	<b>Kontaktní místo Červená Voda</b>  Komunitní centrum – budova kina Červená Voda 164 561 61 Červená Voda  (+420) 739 136 522, 734 281 415  <a href="mailto:poradna@uo.hk.caritas.cz">poradna@uo.hk.caritas.cz</a>  <a href="http://uo.charita.cz">uo.charita.cz</a>	každé poslední úterý v měsíci: 13–15
<b>Česká Třebová</b>	<b>Kontaktní místo Česká Třebová</b>  Semanínská 2084 (prostory Naděje) 560 02 Česká Třebová  (+420) 739 136 522, 734 281 415  <a href="mailto:poradna@uo.hk.caritas.cz">poradna@uo.hk.caritas.cz</a>	každé sudé pondělí: 13–15
<b>Chrudim</b>	<b>Občanská poradna Chrudim</b>  Oblastní charita Chrudim, Radoušova 1420, 537 01 Chrudim IV  (+420) 731 604 713, 704 675 408  <a href="mailto:poradna@charitachrudim.cz">poradna@charitachrudim.cz</a>  <a href="http://www.chrudim.charita.cz">www.chrudim.charita.cz</a>	po 9–17 út 9–15 st 9–17 čt 9–14
<b>Králíky</b>	<b>Kontaktní místo Králíky</b>  Moravská 647, 561 69 Králíky  (+420) 739 136 522, 734 281 415  <a href="mailto:poradna@uo.hk.caritas.cz">poradna@uo.hk.caritas.cz</a>  <a href="http://uo.charita.cz">uo.charita.cz</a>	út 9–12 (přednostně objednaní)
<b>Lanškroun</b>	<b>Kontaktní místo Lanškroun</b>  Havlíčkova 1129, 563 16 Lanškroun  (+420) 739 136 522, 734 281 415  <a href="mailto:poradna@uo.hk.caritas.cz">poradna@uo.hk.caritas.cz</a>  <a href="http://uo.charita.cz">uo.charita.cz</a>	pá 9–12 (přednostně objednaní)
<b>Letohrad</b>	<b>Kontaktní místo Letohrad</b>  Na Kopečku 356, 561 51 Letohrad  (+420) 739 136 522, 734 281 415  <a href="mailto:poradna@uo.hk.caritas.cz">poradna@uo.hk.caritas.cz</a>  <a href="http://uo.charita.cz">uo.charita.cz</a>	čt 9–12 (přednostně objednaní)




























<b>Litomyšl</b>	<b>Kontaktní místo Litomyšl</b> ✉ Moravská 1222 (klubovní prostory Nového kostela) 570 01 Litomyšl ☎ (+420) 731 604 683, 731 598 812 ✉ <a href="mailto:op.ndc@pol.hk.caritas.cz">op.ndc@pol.hk.caritas.cz</a>	út 13–16 (přednostně objednání)
<b>Pardubice</b>	<b>Občanská poradna Pardubice</b> ✉ 17. listopadu 237, 530 02 Pardubice ☎ (+420) 466 989 574 ✉ <a href="mailto:op.pce@seznam.cz">op.pce@seznam.cz</a> 🌐 <a href="http://www.obcanskaporadnapardubice.cz">www.obcanskaporadnapardubice.cz</a>	po 13–17 út 8–16 jen telefonické poradenství st 9–17 čt 12–18 pá 9–12 jen telefonické poradenství
<b>Polička</b>	<b>Občanská poradna Polička</b> ✉ Vrchlického 185, 572 01 Polička ☎ (+420) 731 604 683, 731 598 812 ✉ <a href="mailto:poradna.obcanska@pol.hk.caritas.cz">poradna.obcanska@pol.hk.caritas.cz</a> 🌐 <a href="http://www.policka.charita.cz">www.policka.charita.cz</a>	po 8–12, 13:30–16:30 čt 8–12, 13–16:00
<b>Ústí nad Orlicí</b>	<b>Občanská poradna Ústí nad Orlicí</b> ✉ 17. listopadu 69, 562 01 Ústí nad Orlicí ☎ (+420) 739 136 522, 734 281 415 ✉ <a href="mailto:poradna@uo.hk.caritas.cz">poradna@uo.hk.caritas.cz</a> 🌐 <a href="http://uo.charita.cz">uo.charita.cz</a>	po 9–12, 13–16 st 9–12 pro objednané čt 9–12, 13–16
<b>Vysoké Mýto</b>	<b>Kontaktní místo Vysoké Mýto</b> ✉ Plukovníka B. Kohouta 914/4 566 01 Vysoké Mýto ☎ (+420) 739 136 522, 734 281 415 ✉ <a href="mailto:poradna@uo.hk.caritas.cz">poradna@uo.hk.caritas.cz</a> 🌐 <a href="http://uo.charita.cz">uo.charita.cz</a>	st 9–12 (přednostně objednání)

## Vysočina

<b>Brtnice</b>	<b>Kontaktní místo Brtnice</b> ✉ Horní město 10 588 32 Brtnice ☎ (+420) 567 330 164 ✉ <a href="mailto:opj@volny.cz">opj@volny.cz</a> 🌐 <a href="http://obcanskaporadna.cz">obcanskaporadna.cz</a>	čt 8:30–12:30
<b>Bystřice nad Pernštejnem</b>	<b>Kontaktní místo Bystřice nad Pernštejnem</b> ✉ Zahradní 580 593 01 Bystřice nad Perštejnem ☎ (+420) 566 688 227, 731 487 284, 733 510 693 ✉ <a href="mailto:op@portimo.cz">op@portimo.cz</a>	út 8–12, 12:30–14:30 čt 8–12, 12:30–17
<b>Havlíčkův Brod</b>	<b>Občanská poradna Havlíčkův Brod</b> ✉ B. Němcové 188 580 01 Havlíčkův Brod ☎ (+420) 569 425 630, 734 267 423 ✉ <a href="mailto:poradna@charitahb.cz">poradna@charitahb.cz</a>	po 8–12, 13–17 út 8–11, 12–17 st 8–12, 13–17 čt 8–11, 12–17

<b>Humpolec</b>	<b>Kontaktní místo Humpolec</b>  Havlíčkovo náměstí 91, 396 01 Humpolec  (+420) 569 425 630, 731 604 742  <a href="mailto:poradna@charitahb.cz">poradna@charitahb.cz</a>	úterý v sudém týdnu 8–11, 12–14 objednaní mají přednost
<b>Chotěboř</b>	<b>Kontaktní místo Chotěboř</b>  Jiráskova 669, 583 01 Chotěboř  (+420) 703 877 449  <a href="mailto:poradna@charitahb.cz">poradna@charitahb.cz</a>	čtvrtek 8–11, 12–14
<b>Jihlava</b>	<b>Občanská poradna Jihlava</b>  Palackého 1222/18, 586 01 Jihlava  (+420) 567 330 164  <a href="mailto:opj@volny.cz">opj@volny.cz</a>  <a href="http://www.obcanskaporadna.cz">www.obcanskaporadna.cz</a>	po 8–12, 13–17 út 8–14 st 8–14 čt 8–14 pá 8–14 8–9 i bez objednaní, jinak pro objednané
<b>Moravské Budějovice</b>	<b>Kontaktní místo Moravské Budějovice</b>  Náměstí Míru 26 676 02 Moravské Budějovice  (+420) 777 720 165  <a href="mailto:poradna.mb@optrebic.cz">poradna.mb@optrebic.cz</a>  <a href="http://www.optrebic.cz">www.optrebic.cz</a>	po 8–12, 13–17 st 8–12, 13–17
<b>Náměšť nad Oslavou</b>	<b>Kontaktní místo Náměšť nad Oslavou</b>  Stará radnice – vnitroblok Masarykovo náměstí 100 675 51 Náměšť nad Oslavou  (+420) 606 021 577  <a href="mailto:poradna.tr@optrebic.cz">poradna.tr@optrebic.cz</a>  <a href="http://www.optrebic.cz">www.optrebic.cz</a>	čt 8–12, 13–17
<b>Nové Město na Moravě</b>	<b>Občanská poradna Nové Město na Moravě</b>  Vratislavovo nám. 12 (poliklinika) 592 31 Nové Město na Moravě  (+420) 566 616 121, 731 487 284, 733 510 693  <a href="mailto:op@portimo.cz">op@portimo.cz</a>	po 8–12, 12:30–17 st 8–12, 12:30–17 pá 8–12
<b>Pacov</b>	<b>Kontaktní místo Pacov</b>  Španovského 319, 395 01 Pacov  (+420) 724 985 294  <a href="mailto:poradna@pelhrimov.charita.cz">poradna@pelhrimov.charita.cz</a>	st 10–11:30, 12–17
<b>Pelhřimov</b>	<b>Občanská poradna Pelhřimov</b>  Pražská 127, 393 01 Pelhřimov  (+420) 565 327 110, 720 417 850  <a href="mailto:poradna@pelhrimov.charita.cz">poradna@pelhrimov.charita.cz</a>  <a href="http://www.pelhrimov.charita.cz">www.pelhrimov.charita.cz</a>	po 8–11, 12–17 jen objednaní út 8–13 jen objednaní st 8–11, 12–17 jen objednaní čt 8–13 jen objednaní

<b>Světlá nad Sázavou</b>	<b>Kontaktní místo Světlá nad Sázavou</b>  Sázavská 598 582 91 Světlá nad Sázavou  (+420) 731 604 742  <a href="mailto:poradna@charitahb.cz">poradna@charitahb.cz</a>	úterý v lichém týdnu 8–11, 12–14 objednaní mají přednost
<b>Telč</b>	<b>Kontaktní místo Telč</b>  náměstí Zachariáše z Hradce 70 588 56 Telč  (+420) 567 330 164  <a href="mailto:opj@volny.cz">opj@volny.cz</a>  <a href="http://www.obcanskaporadna.cz">www.obcanskaporadna.cz</a>	út 8:30–12:30 bez objednaní
<b>Třebíč</b>	<b>Občanská poradna Třebíč</b>  Komenského náměstí 370/12 674 01 Třebíč  (+420) 568 845 348, 724 304 718  <a href="mailto:poradna.tr@optrebic.cz">poradna.tr@optrebic.cz</a>  <a href="http://www.optrebic.cz">www.optrebic.cz</a>	po 8–12, 13–17 út 8–12, 13–16 st 8–12, 13–17 čt 8–12, 13–16
<b>Velké Meziříčí</b>	<b>Kontaktní místo 1 Velké Meziříčí</b>  Radnická 29/1 (MěÚ, zasedačka ve 2. patře), 594 13 Velké Meziříčí  (+420) 721 137 458  <a href="mailto:porzdar@seznam.cz">porzdar@seznam.cz</a>	středa v sudé týdny 11:30–15
	<b>Kontaktní místo 2 Velké Meziříčí</b>  Pod Hradbami 2005/7 594 01 Velké Meziříčí  (+420) 606 021 577  <a href="mailto:poradna.tr@optrebic.cz">poradna.tr@optrebic.cz</a>  <a href="http://www.optrebic.cz">www.optrebic.cz</a>	po 8–12, 13–17 st 8–12, 13–17
<b>Žďár nad Sázavou</b>	<b>Občanská poradna Žďár nad Sázavou</b>  Dolní 165/1 591 01 Žďár nad Sázavou  (+420) 566 520 165  <a href="mailto:porzdar@seznam.cz">porzdar@seznam.cz</a>  <a href="http://www.opzdar.cz">www.opzdar.cz</a>	po 10:30–12, 13–17 (16–17 pro objednané) út 8:30–12, 13–14:30 st 10:30–12, 13–17 (16–17 pro objednané) středy jen v lichých týdnech čt 8:30–12, 13–14:30 pá 8:30–12
	<b>Kontaktní místo Žďár nad Sázavou</b>  Havlíčkovo náměstí 152/4 591 01 Žďár nad Sázavou  (+420) 731 487 284, 733 510 693  <a href="mailto:op@portimo.cz">op@portimo.cz</a>	po 8–12 út 8–12, 12:30–17 čt 8–12, 12:30–14:30

## Jihomoravský kraj

### Brno

#### Občanská poradna Brno

✉ Anenská 10, 602 00 Brno  
☎ (+420) 739 655 052  
✉ [poradna.brno@volny.cz](mailto:poradna.brno@volny.cz)  
🌐 [www.poradnabrno.eu](http://www.poradnabrno.eu)

po ✓ 8–12, ✓ + 🗣️ 13–16  
út ✗ 8–12, ✓ 13–15  
st ✗ 8–12, ✓ 13–18  
čt ✓ 8–12, ✓ 13–15  
pá ✓ 8–12

✓ pro objednané, ✗ bez objednání, 🗣️ telefonické dotazy

### Kyjov

#### Občanská poradna Kyjov

✉ Za Stadionem 1358, 697 01 Kyjov  
☎ (+420) 518 324 557, 739 084 422  
✉ [agentura@oskrok.cz](mailto:agentura@oskrok.cz)  
🌐 [www.oskrok.cz](http://www.oskrok.cz)

po 12–15:30  
út 8–11:30, 12–15:30  
st 8–11, 12–15:30  
čt 8–11:30, 12–15:30  
pá 8–11, 12–15:30

## Olomoucký kraj

### Šumperk

#### Detašované pracoviště Šumperk

✉ Hlavní třída 13/3, 787 01 Šumperk  
☎ (+420) 725 101 815  
✉ [poradna.sumperk@jekhetane.cz](mailto:poradna.sumperk@jekhetane.cz)

po ✗ 8–12, ✓ 13–17  
út zavřeno  
st ✗ 8–12, ✗ 13–15  
čt ✓ 8–12, 🗣️ 13–14  
pá 🗣️ 10–12

✓ pro objednané, ✗ bez objednání, 🗣️ telefonické dotazy

## Moravskoslezský kraj

### Havířov-Šumbark

#### Občanská poradna Havířov-Šumbark

✉ Opletalova 4/607  
736 01 Havířov-Šumbark  
☎ (+420) 734 864 124  
✉ [obcan.ha@slezskadiakonie.cz](mailto:obcan.ha@slezskadiakonie.cz)  
🌐 [www.slezskadiakonie.cz](http://www.slezskadiakonie.cz)

po 8–12, 13–17  
út 8–12, 13–16  
st 8–12, 13–16  
čt 8–12, 13–16  
pá pro objednané

### Karviná

#### Občanská poradna Karviná

✉ V Aleji 435, 734 01 Karviná  
☎ (+420) 734 645 272  
✉ [obcan.ka@slezskadiakonie.cz](mailto:obcan.ka@slezskadiakonie.cz)  
🌐 [www.slezskadiakonie.cz](http://www.slezskadiakonie.cz)

po 8–16  
út 8–16  
st 8–16  
čt 8–12  
pá 8–10

### Kopřivnice Kontaktní místo Kopřivnice

✉ Štefánikova 1163, 742 21 Kopřivnice  
☎ (+420) 556 879 634, 731 028 958  
✉ [opjn@czp-msk.cz](mailto:opjn@czp-msk.cz)

po 9–12, 13–16  
st 8–12, 13–16 pro objednané + online  
čt 8–12 terénní forma pro objednané  
čt 13–15 pro objednané + online porady

**Nový Jičín Občanská poradna Nový Jičín**

✉ Sokolovská 617/9, 741 01 Nový Jičín  
☎ (+420) 556 709 403, 777 735 555,  
731 028 894  
✉ [obcanskaporadna@czp-msk.cz](mailto:obcanskaporadna@czp-msk.cz),  
[poradnaopjn@czp-msk.cz](mailto:poradnaopjn@czp-msk.cz)

po 8–12 a 13–16  
út 8–12 a 13–16 pro objednané + online  
st 8–12 a 13–16  
čt 8–12 a 13–15 pro objednané + online  
8–12 a 13–15 terénní pro objednané

**Opava Občanská poradna Opava**

✉ Kylešovská 10, 746 01 Opava  
☎ (+420) 553 616 437, 731 316 552  
✉ [obcanskaporadna@charitaopava.cz](mailto:obcanskaporadna@charitaopava.cz)  
🌐 [www.charitaopava.cz](http://www.charitaopava.cz)

po ✖ 10–12, ✔ 13–18; terénní 12–15  
út ✖ 8–11, 12–15  
st ✔ 9–12, ✖ 13–17; terénní 9–12  
čt ✖ 9–11, 12–15  
pá ✖ 8–11, ✔ 12–15; terénní 12–14  
✔ pro objednané, ✖ bez objednání

**Ostrava Detašované pracoviště Ostrava**

✉ Štramberská 47, 703 00 Ostrava  
☎ (+420) 734 645 275  
✉ [obcan.ov@slezskadiakonie.cz](mailto:obcan.ov@slezskadiakonie.cz)  
🌐 [www.slezskadiakonie.cz](http://www.slezskadiakonie.cz)

po ✔ 8–12, 13–17  
út ✖ 7:30–12, 13–15:30  
st ✔ 8–12, 13–16  
čt ✔ 7:30–12, 13–15:30  
pá ✔ 8–12, 13–17  
✔ pro objednané, ✖ bez objednání

**Ostrava Kontaktní místo Ostrava - Poruba**

✉ Dělnická 387/20  
708 01 Ostrava-Poruba  
☎ (+420) 591 124 979, 778 059 313  
✉ [poradna@jekhetane.cz](mailto:poradna@jekhetane.cz)  
🌐 [www.jekhetane.cz](http://www.jekhetane.cz)

po ✖ 8–12, ✔ 13–15  
čt ✖ 8–12, ✔ 13–15  
✔ pro objednané, ✖ bez objednání

**Ostrava Občanská poradna Ostrava-Přívoz**

✉ U Tiskárny 515/3  
702 00 Ostrava-Přívoz  
☎ (+420) 596 113 890, 602 248 693  
✉ [poradna@jekhetane.cz](mailto:poradna@jekhetane.cz)  
🌐 [www.jekhetane.cz](http://www.jekhetane.cz)

po ✖ 8–12, ✔ 13–16  
st ✖ 8–12, ✔ 13–17  
čt ✖ 8–12  
✔ pro objednané, ✖ bez objednání

**Příbor Kontaktní místo Příbor**

✉ nám. Sigmunda Freuda 19  
742 58 Příbor  
☎ (+420) 556 879 634, 731 028 958  
✉ [opnj@czp-msk.cz](mailto:opnj@czp-msk.cz)

út ✖ 9–12, ✔ 13–16 + online porady  
čt terénní: ✔ 9–12  
✔ pro objednané, ✖ bez objednání

## Zlínský kraj

### Bystřice pod Hostýnem Kontaktní místo Bystřice pod Hostýnem

✉ 6. května 1071  
(1. patro odbor sociálních věcí)  
768 61 Bystřice pod Hostýnem  
☎ (+420) 774 262 243  
✉ [poradna@vkci.cz](mailto:poradna@vkci.cz)  
🌐 [www.vkci.cz](http://www.vkci.cz)

čtvrtek v sudé týdny 8–15  
pro objednané

### Nový Hrozenkov Kontaktní místo Nový Hrozenkov

✉ Nový Hrozenkov 454  
Úřad městyse Nový Hrozenkov  
☎ (+420) 774 262 243  
✉ [poradna@vkci.cz](mailto:poradna@vkci.cz)  
🌐 [www.vkci.cz](http://www.vkci.cz)

čtvrtek v sudé týdny 8–15

### Valašské Meziříčí Občanská poradna Valašské Meziříčí

✉ Nábřeží 268  
757 01 Valašské Meziříčí  
☎ (+420) 732 470 011, 732 421 181  
✉ [poradna@opvm.cz](mailto:poradna@opvm.cz)  
🌐 [www.opvm.cz](http://www.opvm.cz)

po ✖ 10–12, ✔ 12–17  
út ✔ 9–14  
st ✖ 10–12, ✔ 12–17  
čt ✔ 9–14  
✔ pro objednané, ✖ bez objednání

### Valašské Klobouky Kontaktní místo Valašské Klobouky

✉ Masarykovo náměstí 177  
766 01 Valašské Klobouky  
☎ (+420) 774 262 243  
✉ [poradna@vkci.cz](mailto:poradna@vkci.cz)  
🌐 [www.vkci.cz](http://www.vkci.cz)

čtvrtek v liché týdny 8–15

### Velké Karlovice Kontaktní místo Velké Karlovice

✉ Velké Karlovice 1, obecní úřad,  
malá zasedací místnost v 1. poschodí  
756 06 Velké Karlovice  
☎ (+420) 774 262 243  
✉ [poradna@vkci.cz](mailto:poradna@vkci.cz)  
🌐 [www.vkci.cz](http://www.vkci.cz)

čtvrtek v liché týdny 8–15

### Vsetín Občanská poradna Vsetín

✉ Jiráskova 419, 755 01 Vsetín  
☎ (+420) 774 262 243  
✉ [poradna@vkci.cz](mailto:poradna@vkci.cz)  
🌐 [www.vkci.cz](http://www.vkci.cz)

po 8–17:30  
út 7–15:30  
st 7–16:30  
čt Velké Karlovice, Nový Hrozenkov,  
Bystřice pod Hostýnem  
pá 8–14:30  
pro objednané 60, bez objednání 30 minut