**Lista jednostek nieodpłatnego poradnictwa dostępnego dla mieszkańców Powiatu Ostródzkiego**

**CZĘŚĆ I: lista wg art. 8a ust 1 pkt 1:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NAZWA JEDNOSTKI** | | **ZAKRES**  **PORADNICTWA** | **ADRES** | **TELEFON odpłatność połączeń** | **DOSTĘPNOŚĆ**  **dni i godziny** | **Adres internetowy**  **e-mail** | **KRYTERIA DOSTĘPU** |
| **RODZINNE** | | | | | | | |
| 1 | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ostródzie | Wsparcie rodzin zastępczych i rodzin biologicznych | 14-100 Ostróda  ul. Jana III Sobieskiego 5 | Tel. 89 642 98 85 | Poniedziałek – Czwartek 1000-1500 | sekretariat@pcpr.ostroda.pl | Każdy mieszkaniec Powiatu |
| 2 | Punkt Informacyjno – Konsultacyjny w Gierzwałdzie | Poradnictwo rodzinne | 14-107 Gierzwałd  Gierzwałd 7 | Tel. 89 647 29 39 | Środa 12:00 -16:00 | pik@onet.pl | Każdy mieszkaniec Gminy Grunwald |
| 3 | Świetlica Terapeutyczna | Poradnictwo rodzinne | 14-100 Ostróda  ul. Sportowa 1 | Tel. 89 646 41 41 | Poniedziałek – Piątek  1000-1600 | swietlica\_ostroda@wp.pl | Dzieci i młodzież w wieku szkolnym 7-18 lat, a w indywidualnych przypadkach starsza; dorośli (rodzice, nauczyciele i in. osoby dorosłe mające problemy rodzinne, wychowawcze, społeczne) |
| 4 | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Ostródzie | Poradnictwo rodzinne | 14-100 Ostróda  ul. Sportowa 1 | Tel. 89 646 65 98 | Poniedziałek – Piątek  1000-1600 | sekretariat@poradnia.ostroda.pl | Nauczyciele, rodzice, uczniowie |
| 5 | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Morągu | Poradnictwo rodzinne | 14-300 Morąg  ul. Leśna 6 | Tel. 89 757 20 11 | Pon.-śr. 800 - 1800 Czw. 800 - 1700 Pt. 800 - 1500 | [poradniappp@moragzszio.com.pl](mailto:ppmorag@poczta.fm) | Nauczyciele, rodzice, uczniowie |
| 6 | Fundacja Centrum Rozwoju rodziny ,,Progresja” w Ostródzie | Wsparcie rodzinne | 14-100 Ostróda  ul. Sienkiewicza 2/4 | Tel. 509 138 052 | Poniedziałek – Czwartek  1000-1500 | progresja-fundacja.pl | Rodziny oraz ich członkowie |
| **PSYCHOLOGICZNE** | | | | | | | |
| 7 | Punkt Informacyjno-Konsultacyjny w Dąbrównie | Poradnictwo psychologiczne | 14-120 Dąbrówno  ul. Agrestowa 2 | Tel. 509 138 052 | Każdy drugi czwartek miesiąca w godzinach  9:00-14:00 | Gkrpa.dabrowno@onet.pl | Każdy mieszkaniec |
| 8 | Konsultacje Psychologa – Urząd Gminy w Łukcie | Poradnictwo psychologiczne | 14-105 Łukta  ul. Mazurska 16 | Tel. 783 682 273 | Piątki 1700-1900 | www.lukta.com.pl | Każdy mieszkaniec |
| 9 | Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego  (zlecenie NFZ) | Kryzysy psychiczne,  stany depresyjne, myśli samobójcze | Fundacja ITAKA  skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66. | 800 70 2222  bezpłatna infolinia | 24 godz. przez  7 dni w tygodniu | www.liniawsparcia.pl  porady@liniawsparcia.pl | Dla osób będących w kryzysie psychicznym |
| 10 | Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Puls Centrum Psychiatryczno – Odwykowe w Kajkowie; | Wsparcie psychologiczne | 14-100 Ostróda  ul. Jana III Sobieskiego 1 | Tel. 89 676 07 92 | Poniedziałek – Piątek  (godziny ustalane indywidualnie) | profilaktyka@gminaostroda.pl | Każdy mieszkaniec |
| 11 | Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej PULS Poradnia Zdrowia Psychicznego | Wsparcie psychologiczne | 14-100 Ostróda  ul. Jana III Sobieskiego 1 | Tel. 89 676 07 92 | Poniedziałek – Piątek  (godziny ustalane indywidualnie) | profilaktyka@gminaostroda.pl | Każdy mieszkaniec |
| 12 | Punkt Konsultacyjno-Informacyjny działający przy Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Miłomłynie | Wsparcie psychologiczne | 14-140 Miłomłyn  ul. Twarda 12 | Tel. 89 642 58 27 | Czynne w pierwszą i trzecią środę miesiąca w godz. 1700 - 1900 | gkrpa@milomlyn.pl | Każdy mieszkaniec gminy Miłomłyn |
| 13 | Pomoc Psychologiczna w Punkcie Informacyjno-Konsultacyjnym | Poradnictwo psychologiczne | 14-107 Gierzwałd  Gierzwałd 7 | Tel. 609 132 345 | Wtorek  14:00-17:00  (po wcześniejszym kontakcie telefonicznym) | brak | Każdy mieszkaniec |
| 14 | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Ostródzie | Poradnictwo psychologiczne | 14-100 Ostróda  ul. Sportowa 1 | Tel. 89 646 65 98 | Poniedziałek – Piątek  1000-1600 | sekretariat@poradnia.ostroda.pl | Nauczyciele, rodzice, uczniowie |
| 15 | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Morągu | Poradnictwo psychologiczne | 14-300 Morąg  ul. Leśna 6 | Tel. 89 757 20 11 | Pon.-śro. 800 - 1800 Czw. 800 - 1700 Pt. 800 - 1500 | [poradniappp@moragzszio.com.pl](mailto:ppmorag@poczta.fm) | Nauczyciele, rodzice, uczniowie |
| 16 | Fundacja Centrum Rozwoju rodziny ,,Progresja” w Ostródzie | Wsparcie psychologiczne | 14-100 Ostróda  ul. Sienkiewicza 2/4 | Tel. 509 138 052 | Poniedziałek – czwartek  1000-1500 | progresja-fundacja.pl | Rodziny oraz ich członkowie |
| 17 | Samodzielny Publiczny Gminny Ośrodek Zdrowia w Małdytach | Punkt pomocy psychologicznej | 14-330 Małdyty  ul. Przemysłowa 10 | Tel. 89 758-60-79 | Po wcześniejszym umówieniu się na wizytę | Spgoz.maldyty@neostrada.pl | Każdy mieszkaniec Gminy |
| 18 | Biuro Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii w Morągu | Wsparcie psychologiczne w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie | 14-300 Morąg  ul. Dworcowa 7 | Tel. 897572373 | Poniedziałek 1600-1800  Wtorek 1800-2000 | gkrpa-morag@morag.pl | Każdy mieszkaniec |
| 19 | Punkt Konsultacyjno-Informacyjny w Miłakowie | Porady psychologiczne (ofiary przemocy, uzależnienia i współuzależnienia, kryzys psychiczny i inne) | 14-310 Miłakowo  ul. O. Wł. Włodyki 20A | Tel. 508209256 | Codziennie-po wcześniejszym umówieniu się na spotkanie | gkrpa@milakowo.eu | Każdy mieszkaniec |
| 20 | Miejski Ośrodek pomocy społecznej w Ostródzie | Punkt Konsultacyjno – Informacyjny dla dzieci i Młodzieży | 14-100 Ostróda, ul. Sienkiewicza 15 | Tel. 89 642-97-75 | Psycholog: piątek, 15:30 – 18:30 | profilaktyka@mops.ostroda.pl | Każdy mieszkaniec |
| **PEDAGOGICZNE** | | | | | | | |
| 20 | Świetlica Terapeutyczna | Poradnictwo pedagogiczne | 14-100 Ostróda  ul. Sportowa 1 | Tel. 89 646 41 41 | Poniedziałek – Piątek  1000-1600 | swietlica\_ostroda@wp.pl | Dzieci i młodzież w wieku szkolnym 7-18 lat, a w indywidualnych przypadkach starsza; dorośli (rodzice, nauczyciele i in. osoby dorosłe mające problemy rodzinne, wychowawcze, społeczne). |
| 21 | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Ostródzie | Poradnictwo pedagogiczne | 14-100 Ostróda,  ul. Sportowa 1 | Tel. 89 646 65 98 | Poniedziałek – Piątek  1000-1600 | sekretariat@poradnia.ostroda.pl | Nauczyciele, rodzice, uczniowie |
| 22 | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Morągu | Poradnictwo pedagogiczne | 14-300 Morąg  ul. Leśna 6 | Tel. 89 757 20 11 | Pon.-śro. 800 - 1800 Czw. 800 - 1700 Pt. 800 - 1500 | [poradniappp@moragzszio.com.pl](mailto:ppmorag@poczta.fm) | Nauczyciele, rodzice, uczniowie |
| 23 | Fundacja Centrum Rozwoju rodziny ,,Progresja” w Ostródzie | Wsparcie pedagogiczne | 14-100 Ostróda  ul. Sienkiewicza 2/4 | Tel. 509 138 052 | Pon. – czw. 1000-1500 | progresja-fundacja.pl | Rodziny oraz ich członkowie |
| 24 | Samodzielny Publiczny Gminny Ośrodek Zdrowia w Małdytach | Punkt pomocy psychologicznej | 14-330 Małdyty  ul. Przemysłowa 10 | Tel. 89 758-60-79 | Po wcześniejszym telefonicznym umówieniu się na wizytę | spgoz.maldyty@neostrada.pl | Każdy mieszkaniec Gminy Małdyty |
| **POMOC SPOŁECZNA** | | | | | | | |
| 25 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Dąbrównie | Porady z zakresu pomocy społecznej | 14-120 Dąbrówno  ul. Agrestowa 1 | Tel. 89 647 44 68 | Poniedziałek-Piątek  godz.700-1500 | sekretariat@gopsdabrowno.pl | Każdy mieszkaniec |
| 26 | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Morągu | Porady z zakresu pomocy społecznej | 14-300 Morąg  ul. Dworcowa 9 | Tel. 89 757 40 52 | Pon. 700-1600  Wt.-Czw. 700-1500  Pt. 700-1400 | www.mopsmorag.bip.gov.pl  sekretariat@ops-morag.pl | Każdy mieszkaniec |
| 27 | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Ostródzie | Porady z zakresu pomocy społecznej | 14-100 Ostróda  ul. Olsztyńska 2 | Tel. 89 646 22 01 | Od poniedziałku do piątku, w godz. od 900 do 1300 | [www.mops.ostroda.pl](http://www.mops.ostroda.pl)  mops@mops.ostroda.pl | Dla klientów pomocy społecznej oraz dla wszystkich osób niepełnosprawnych |
| 28 | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miłakowie | Porady z zakresu pomocy społecznej | 14 -310 Miłakowo  ul. O. Włodyki 20 A | Tel. 89 758 -71-61 | Poniedziałek-Piątek  godz. 700-1500 | www.milakowo.naszops.pl | Każdy mieszkaniec |
| 29 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Grunwald z siedzibą w Gierzwałdzie | Porady z zakresu pomocy społecznej | Gierzwałd 7  14-107 Gierzwałd | Tel. 89 647-21-47 | Poniedziałek  7:00 – 15:00 | gops\_grunwald@onet.pl | Każdy mieszkaniec |
| 30 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Małdytach | Porady z zakresu pomocy społecznej | 14-330 Małdyty  ul. Kopernika 10 | Tel./Fax 89 758-61-95 | Poniedziałek –Piątek w godzinach pracy Ośrodka | gops@gopsmaldyty.pl | Każdy mieszkaniec |
| 31 | Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Miłomłynie | Porady z zakresu pomocy społecznej | 14-140 Miłomłyn  ul. Twarda 12 | Tel. 896425825 do 30 | Poniedziałek-Piątek  7:00-15:15 | mgops@milomlyn.pl | Każdy mieszkaniec gminy Miłomłyn |
| **ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ** | | | | | | | |
| 32 | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Dąbrównie | Poradnictwo i wsparcie  w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień | 14-120 Dąbrówno  ul. Agrestowa 2 | Tel. 509 138 052 | Pierwszy wtorek miesiąca od godz. 14:00 | gkrpa.dabrowno@onet.pl | Każdy mieszkaniec |
| 33 | Konsultacje Psychologa – Urząd Gminy w Łukcie | Poradnictwo i wsparcie w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień | 14-105 Łukta  ul. Mazurska 16 | Tel. 783 682 273 | Piątki 1700-1900 | www.lukta.com.pl | Każdy mieszkaniec |
| 34 | Biuro. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomani w Morągu | Poradnictwo i wsparcie  w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień | 14-300 Morąg  ul. Dworcowa 7 | Tel. 89 757 23 73 | Pon.-Pt. 800-1500 | gkrpa-morag@morag.pl | Każdy mieszkaniec |
| 35 | Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Puls Centrum Psychiatryczno – Odwykowe w Kajkowie; | Poradnictwo i wsparcie w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień | 14-100 Ostróda  ul. Jana III Sobieskiego 1 | Tel. 89 676 07 92 | Poniedziałek – Piątek  (godziny ustalane indywidualnie) | profilaktyka@gminaostroda.pl | Każdy mieszkaniec |
| 36 | Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej PULS Poradnia Zdrowia Psychicznego | Poradnictwo i wsparcie w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień | 14-100 Ostróda  ul. Jana III Sobieskiego 1 | Tel. 89 676 07 92 | Poniedziałek – Piątek  (godziny ustalane indywidualnie) | profilaktyka@gminaostroda.pl | Każdy mieszkaniec |
| 37 | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Miłomłynie | Poradnictwo i wsparcie w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień | 14-140 Miłomłyn  ul. Twarda 12 | Tel. 89 642 58 27 | Poniedziałek-Piątek  7:15-15:15 | gkrpa@milomlyn.pl | Każdy mieszkaniec gminy Miłomłyn |
| 38 | Gminne Centrum Rozwiązywania Problemów Uzależnień  Ostróda | Poradnictwo i wsparcie w sprawie rozwiązywania problemów uzależnień | 14-100 Ostróda  ul. Jana III Sobieskiego 1 | Tel. 89 676 07 92 | Poniedziałek – Piątek  7:30-15:30 | profilaktyka@gminaostroda.pl | Każdy mieszkaniec |
| 39 | Pełnomocnik Wójta ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii | Poradnictwo w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych | 14-107 Gierzwałd, Gierzwałd 7 | Tel. 609 132 345 | Wtorek  12:00-14:00  (po wcześniejszym kontakcie telefonicznym) | brak | Każdy mieszkaniec Gminy |
| 40 | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Miłakowie | Poradnictwo i wsparcie w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień | 14-310 Miłakowo  ul. Olsztyńska 16 | Tel: 89 757-83-44 | Poniedziałek – Piątek  Godziny ustalane indywidualnie | gkrpa@milakowo.eu | Każdy mieszkaniec |
| 41 | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Ostródzie. Sekcja Profilaktyki Uzależnień i Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie | Poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie, uzależnień, współuzależnień, wsparcie, pomoc, interwencja, działania profilaktyczne | 14-100 Ostróda  ul. Olsztyńska 2 | Tel: 89 642 97 75 | Poniedziałek – Piątek  godz. 7.00-15.00 | [www.mops.ostroda.pl](http://www.mops.ostroda.pl)  [adam.just@mops.ostroda.pl](mailto:adam.just@mops.ostroda.pl)  paulina.zagrajek@mops.ostroda.pl | Każdy mieszkaniec |
| 42 | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Ostródzie  Sekcja Profilaktyki Uzależnień i Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie | Poradnictwo w zakresie przeciwdziałanie przemocy w rodzinie, uzależnień, współuzależnień wsparcie, pomoc, interwencja,  Działania profilaktyczne | 14-100 Ostróda  ul. Olsztyńska 2 | Tel: 89 642 97 75 | Poniedziałek – Piątek  godz. 7.00-15.00 | www.mops.ostroda.pl  [adam.just@mops.ostroda.pl](mailto:adam.just@mops.ostroda.pl)  [paulina.zagrajek@mops.ostroda.pl](mailto:paulina.zagrajek@mops.ostroda.pl)  ewa.pal@mops.ostroda.pl | Każdy mieszkaniec |
| 43 | Urząd Gminy Małdyty | Gminna Komisja Rozwiązywania problemów Alkoholowych w Małdytach | 14-330 Małdyty  ul. Kopernika 10 | 89 758-61-24 | Poniedziałek – Piątek  w godzinach pracy Urzędu Gminy | gmina@maldyty.pl | Każdy mieszkaniec |
| 44 | Elbląska Rada Konsultacyjna Osób Niepełnosprawnych | Świadczenie pomocy z zakresu poradnictwa psychologicznego oraz prawnego osób uzależnionych i współuzależnionych oraz dotkniętych problemem przemocy domowej | 14-100 Ostróda  Ul. Słowackiego 13 a, II piętro. Pok. Nr 8 | 785-425-313 | Poradnictwo prawne: Dwa razy w miesiącu (piątek) 9:00 – 12:00 Harmonogram przyjęć na stronie internetowej MOPS  Poradnictwo psychologiczne: dwa razy w miesiącu II i III środa miesiąca w godz. 9:00 – 12:00 | erkon.ostroda@gmail.com | Każdy mieszkaniec |
| **PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ** | | | | | | | |
| 45 | Punkt Informacyjno – Konsultacyjny działający przy GKRPA w Dąbrównie | Terapia uzależnień | 14-120 Dąbrówno  ul. Agrestowa 2 | Tel. 509 138 052 | Co druga sobota miesiąca 10:00 -15:00 | gkrpa@dabrowno@onet.pl | Każdy mieszkaniec |
| 46 | Gminny Zespół ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie | Poradnictwo w zakresie przemocy w rodzinie | 14-105 Łukta  ul. Mazurska 10 | Tel. 89 647 51 45 | Dni robocze 730-1530 | bip.gops.lukta.com.pl  gops@lukta.com.pl | Każdy mieszkaniec |
| 47 | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Morągu | Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie | 14-300 Morąg  ul. Dworcowa 9 | Tel. 89 757 40 52 | Pon. 700-1600  Wt.-Czw. 700-1500  Pt. 700-1400 | www.mopsmorag.bip.gov.pl  sekretariat@ops-morag.pl | Każdy mieszkaniec |
| 48 | Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „ Niebieska linia” | - wsparcie, - pomoc psychologiczna,  - informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej | Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych  Al. Jerozolimskie 155  02-326 Warszawa | 800 120 002  Bezpłatna infolinia | Piątek – Sobota  godz. 08.00–22.00  ndz. i święta  godz. 08.00–16.00 | www.niebieskalinia.info  biuro@niebieskalinia | Dla osób doświadczających przemocy domowej |
| 49 | Biuro Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii w Morągu | Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie | 14-300 Morąg  ul. Dworcowa 7 | Tel. 89 757 23 73 | Pon.-Pt. 800-1500 | gkrpa-morag@morag.pl | Bez ograniczeń |
| 50 | Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Puls Centrum Psychiatryczno – Odwykowe w Kajkowie; | Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie | 14-100 Ostróda  ul. Jana III Sobieskiego 1 | Tel. 89 676 07 92 | Poniedziałek – Piątek  (godziny ustalane indywidualnie) | profilaktyka@gminaostroda.pl | Każdy mieszkaniec |
| 51 | Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej PULS Poradnia Zdrowia Psychicznego | Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie | 14-100 Ostróda  ul. Jana III Sobieskiego 1 | Tel. 89 676 07 92 | Poniedziałek – Piątek  (godziny ustalane indywidualnie) | profilaktyka@gminaostroda.pl | Każdy mieszkaniec |
| 52 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej | Punkt konsultacyjny dla osób doznających przemocy domowej | 14-100 Ostróda  ul. 11 Listopada 39 | 501-343-557 | Poniedziałek – Piątek  700-1500 | gops@gops.ostroda.pl | Osoby doznające przemocy domowej z terenu Gminy Ostróda |
| 53 | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miłakowie | Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie | 14-310 Miłakowo  ul. O.Wł.Włodyki 20 A | Tel: 89 757-83-44 | Poniedziałek – Piątek  godziny ustalane indywidulanie | www.milakowo.naszops.pl | Każdy mieszkaniec |
| 54 | Punkt Informacyjno – Konsultacyjny w Gierzwałdzie | Przeciwdziałanie, poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie | Gierzwałd 7  14-107 Gierzwałd | Tel. 89 647-29-39 | Środa 12:00 – 16:00 | pik@onet.pl | Każdy mieszkaniec |
| 55 | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Ostródzie | Punkt konsultacyjny dla ofiar przemocy w rodzinie | 14-100 Ostróda  ul. Olsztyńska 2 oraz Sienkiewicza 15 | Tel. 89 642-97-75 | **Psycholog**  Poniedziałek: 12:00-16:00  **Pedagog, certyfikowany specjalista psychoterapii uzależnień: czwartek** 8:15 – 11:15  **Pracownik socjalny, konsultant ds. przeciwdziałania przemocy domowej: środa** 15:15 – 18:15  **Prawnik: Drugi i czwarty czwartek miesiąca** 14:00 – 17:00 | www.mops.ostroda.pl  [adam.just@mops.ostroda.pl](mailto:adam.just@mops.ostroda.pl)  paulina.zagrajek@mops.ostroda.pl | Każdy mieszkaniec |
| 56 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Małdytach | Zespół Interdyscyplinarny | 14-330 Małdyty  ul. Kopernika 13 b | Tel. Fax 89 758-61-95 | Poniedziałek – Piątek  w godzinach pracy Ośrodka | gops@gopsmaldyty.pl | Każdy mieszkaniec |
| 57 | Zespół Interdyscyplinarny w Miłomłynie | Poradnictwo w zakresie przemocy w rodzinie | 14-140 Miłomłyn  ul. Twarda 12 | Tel. 896425830 | Poniedziałek-Piątek  7:15-15:15 | mgops@milomlyn.pl | Każdy mieszkaniec gminy Miłomłyn |
| 58 | Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej w Gminie Morąg | Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie | 14-300 Morąg  ul. Dworcowa 9 | Tel. 897574052 | Pon. 700-1600  Wt.-Czw. 700-1500  Pt. 700-1400 | [www.mopsmorag.bip.gov.pl](http://www.mopsmorag.bip.gov.pl)  przemoc@ops-morag.pl | Każdy mieszkaniec |
| **INTERWENCJA KRYZYSOWA** | | | | | | | |
| 59 | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Morągu | W ramach interwencji kryzysowej | 14-300 Morąg  ul. Dworcowa 9 | Tel. 89 757 40 52 | W każdy czwartek w godz. 800-1500 | www.morag.naszops.pl  sekretariat@ops-morag.pl | Dla klientów pomocy społecznej oraz dla wszystkich osób niepełnosprawnych |
| 60 | Gminne Centrum Zarządzania Kryzysowego | Poradnictwo z zakresu interwencji kryzysowe | 14-100 Ostróda  ul. Jana III Sobieskiego 1 | Tel. 89 676 07 92 | Poniedziałek – Piątek  730-1530 | gminaostroda.pl | Każdy mieszkaniec |
| 61 | Centralne Zarządzanie Kryzysowe | Monitorowanie bezpieczeństwa | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa  Rakowiecka 2 A  00-993 Warszawa | **Całodobowy dyżur:** [(22) 361 69 00](tel:222365900)  (22)  785 700 177  e-mail:  dyzurny@rcb.gov.pl | **24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu** | http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/  poczta@rcb.gov.pl | Świadek zagrożenia kryzysowego  Osoba poszukująca informacji na temat  zarządzania kryzysowego |
| **DLA OSÓB BEZROBOTNYCH** | | | | | | | |
| 62 | Powiatowy Urząd Pracy w Ostródzie | Pośrednictwo pracy, poradnictwo zawodowe, informacja zawodowa, pomoc w aktywnym poszukiwaniu pracy, organizacji szkoleń- dot. osób bezrobotnych i poszukujących pracy z terenu powiatu ostródzkiego | 14-100 Ostróda  ul. Jana III Sobieskiego 5 | Tel. 89 642 95 10 | Poniedziałek w godz. 800-1600  wtorek – piątek:  700-1500  Interesanci przyjmowani są:  w godz. 800-1400 | www.ostroda.praca.gov.pl  olos@praca.gov.pl | Osoby bezrobotne , poszukujące pracy z terenu powiatu ostródzkiego |
| 63 | Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia | Pod tym numerem udzielane są  informacje o usługach urzędów pracy. | Urząd Pracy.  Ciepła 20 .  15-472 Białystok. | 19 524 (z Polski)  +48 22 19524 (z zagranicy)  Koszt zgodnie z taryfą operatora. | Poniedziałek – Piątek  godz. 0800-1800 | www.zielonalinia.gov.pl  biuro@zielonalinia.gov.pl | Mogą korzystać: - zarejestrowani -poszukujący pracy - pracodawcy |
| **DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM** | | | | | | | |
| 64 | Elbląskie Centrum Mediacji i Aktywizacji Społecznej w Elblągu  (lokalny punkt) | Pomoc dla osób pokrzywdzonych przestępstwem | 14-100 Ostróda ul. Jana III Sobieskiego 5 | TEL. 662 171 076 dyżur całodobowy 7 dni w tygodniu | Poniedziałek – Piątek  1500-1700 | www.mediacje-elblag.pl | Dla wszystkich zainteresowanych |
| **PRAWO KONSUMENCKIE** | | | | | | | |
| 65 | Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów w Ostródzie | Bezpłatne poradnictwo konsumenckie i informacji prawnej w zakresie ochrony interesów konsumentów | 14-100 Ostróda  ul. Jana III Sobieskiego 5 | Tel. 89 642-98-63 | Poniedziałek – Piątek  800 do 1400. | prk@powiat.ostroda.pl | Każdy mieszkaniec Powiatu Ostródzkiego |
| 66 | Urząd Ochrony Konkurencji i i Konsumentów | Ochrona praw konsumenckich | UOKiK  Pl. Powstańców Warszawy 1  00-950 Warszawa | Infolinia konsumencka  (prowadzona przez Federację Konsumentów)  801 440 220  22 290 89 16  Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora | Poniedziałek – Piątek  godz. 08.00-18.00 | https://www.uokik.gov.pl/  porady@dlakonsumentow.pl | Prawo konsumenckie |
| **PRAWA PACJENTA** | | | | | | | |
| 67 | Rzecznik Praw Pacjenta | Ochrona praw pacjenta | Biuro RPP  ul. Młynarska 46. 01-171 Warszawa | 800 190 590  Bezpłatna infolinia  Zapisy na poradę osobistą:  rezerwacja@rpp. gov.pl lub (22) 532 82 43 | Poniedziałek – Piątek  godz. 08.00-20.00 | https://www.bpp.gov.pl  kancelaria@rpp.gov.pl | Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta |
| 68 | Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala | Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego:  - prawa pacjenta  -leczenie w kraju i poza granicami  -kolejki do świadczeń | Narodowy Fundusz Zdrowia  Grójecka 186  02-390 Warszawa | **Infolinia Centralna**  **800 392 976 (\*)**  **22 572 60 42 (\*\*)**  (\*) połączenia bezpłatne  (\*\*) koszt zgodnie z taryfą operatora  **Także każdy oddział NFZ posiada własną infolinię** | Poniedziałek – Piątek **godz. 08.00-16.00** | http://www.nfz.gov.pl  infolinia@nfz.gov.pl | Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym |
| 69 | Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych | Ochrona praw osób niepełnosprawnych | SIEDZIBA  ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa  Tel. (22) 461 60 00  KORESPONDENCJA  Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa | **801 801 015**  Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora | Poniedziałek – Piątek  godz. 08.00-17.00 | http://www.niepelnosprawni.gov.pl  sekretariat.bon@mrpips.gov.pl | Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych |
| 70 | Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania . | Ochrona praw dziecka | Biuro RPD  Przemysłowa 30/32  00-450 Warszawa  **tel.**: (22) 583 66 00 .  **fax.**: (22) 583 66 96.  pn.-pt.  godz.08.15-16.15. | 800 121 212  Bezpłatna infolinia | Poniedziałek – Piątek  godz.  08.15-20.00.  (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią) | https://brpd.gov.pl  rpd@brpd.gov.pl | Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych.  Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem. |
| **PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH** | | | | | | | |
| 71 | Centrum Obsługi Telefonicznej  Zakładu Ubezpieczeń Społecznych | Zakres informacji:  - pomoc techniczna  - składki  - renty  - emerytury | **Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w**[Centrum Obsługi Telefonicznej](http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-)**lub podczas wizyty osobistej w placówce jw.**  Nr centrali :  (22) 667 10 00. | (22) 560 16 00  Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. | Poniedziałek – Piątek  **godz. 07.00 – 18.00** | http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-  cot@zus.pl | Adresaci porad: ubezpieczeni, płatnicy, lekarze |
| **PRAWO PRACY** | | | | | | | |
| 72 | Centrum Poradnictwa  Państwowej Inspekcji Pracy (PIP) | Porady z zakresu prawa pracy | **Główny Inspektorat Pracy** ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa.  Tel. 22 391 82 15 fax. 22 391 82 14 | 801 002 006 (tel. stacj.)  459 599 000 (tel. kom.)  22 391 83 60  (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP)  Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. **Uwaga!!!** Naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie | brak | www.bip.pip.gov.pl,  kancelaria@gip.pip.gov.pl | brak |
| **PRAWO PODATKOWE** | | | | | | | |
| 73 | Krajowa Informacja Skarbowa | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc. | ul. Teodora Sixta 17,  43-300 Bielsko-Biała | 801 055 055 (z tel. stacj.)  (22) 330 03 30 (tel. kom.)  + 48 (22)33 00 330  (z zagranicy)  Koszt zgodnie z taryfą operatora | Poniedziałek – Piątek  godz. 07.00-18.00 | www.kis.gov.pl więcej:https://poradnikprzedsiebiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa | Z porad może skorzystać każdy podatnik |
| **DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO** | | | | | | | |
| 74 | Krajowa Informacja Skarbowa | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc. | ul. Teodora Sixta 17,  43-300 Bielsko-Biała | 801 055 055 (tel. stacj.)  (22) 330 03 30 (tel. kom.)  + 48 (22)33 00 330  (z zagranicy)  Koszt zgodnie z taryfą operatora | Poniedziałek – Piątek  godz. 07.00-18.00 | www.kis.gov.pl  więcej:https://poradnikprzedsiebiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa | Z porad może skorzystać każdy podatnik |
| **INNE** | | | | | | | |
| 75 | **WWW. OBYWATEL.GOV.PL** | | | | [Informacje i usługi przyjazne obywatelom](https://obywatel.gov.pl/) portal Ministerstwa Cyfryzacji | | |
| 76 | Rzecznik Praw Obywatelskich | Ochrona praw obywatelskich | Biuro RPO  Al. Solidarności 77.  00-090 Warszawa | 800 676 676  Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych | Poniedziałek 10.00-18.00  Wtorek.- Piątek - 08.00-16.00 | https://www.rpo.gov.pl  biurorzecznika@brpo.gov.pl | Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone |

**CZĘŚĆ II: NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA i NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE (wg art. 8a ust 1 pkt 2):**

**ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu: 89 642-98-03**

Osoby, które ze względu na niepełnosprawność ruchową nie są w stanie przybyć do punktu lub osoby doświadczające trudności w komunikowaniu się mogą otrzymać poradę przez telefon lub przez Internet. Bliższe informacje pod numerem podanym do zapisów.

**Z porad może skorzystać każda osoba, której nie stać na odpłatną pomoc prawną i która złoży stosowne oświadczenie.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA** | | | | | | | |
|  | **PROWADZĄCY** | **ADRESY**  **DYŻURÓW** | **DNI i GODZINY** | **SPECJALIZACJA** | **lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich** | **DANE KONTAKTOWE** | **WWW** |
| 1 | Punkt Adwokatów i Radców Prawnych | 14-100 Ostróda, ul. Jana III Sobieskiego 9, Centrum Użyteczności Publicznej pok.226 | od poniedziałku do piątku w godzinach:**od 900 do 1300**, z wyłączeniem świąt i dni wolnych od pracy. | Z każdego zakresu | tak | INFORMACJE pod nr tel.:  89 642 98 03;  ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu:  89 642 98 03 | bip.powiat.ostroda.pl |
| 2 | Punkt Adwokatów i Radców Prawnych | 14-300 Morąg, ul. Ogrodowa 16 Biblioteka Miejska w Morągu | od poniedziałku do piątku w godzinach:**od 900 do 1300**, z wyłączeniem świąt i dni wolnych od pracy (po umówieniu wizyty telefonicznie) | Z każdego zakresu | tak |
| 3 | Punkt Stowarzyszenia Sursum Corda | 14-100 Ostróda, ul. Olsztyńska 2, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, pok. 3 | od poniedziałku do piątku w godzinach:**od 900 do 1300**, z wyłączeniem świąt i dni wolnych od pracy. | Z każdego zakresu  *(Mediacja - pierwsza  i ostatnia środa miesiąca)* | tak |
| 4 | Punkt Konsultacyjno-Informacyjny działający przy Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Miłomłynie | 14-140 Miłomłyn ul. Nadleśna 1A | Ostatni piątek każdego miesiąca w godz. 13:00-14:00 | Z każdego zakresu | Brak danych | e-mail: [gkrpa@milomlyn.pl](mailto:gkrpa@milomlyn.pl)  tel. 896425827 | Brak danych |
| 5 | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Morągu | 14-300 Morąg  ul. Dworcowa 9 | Wtorek 800-1500  Czwartek 700-1100 | Z każdego zakresu | Brak danych | e-mail:  [sekretariat@ops-morag.pl](mailto:sekretariat@ops-morag.pl)  tel. 897574052 | www.mopsmorag.bip.gov.pl |
| 6 | Biuro Pełnomocnika Burmistrza ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych | 14-300 Morąg  ul. Dworcowa 7 | Czwartek 800-1500 | Prawne wsparcie w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie | Brak danych | e-mail:  [gkrpa-morag@morag.pl](mailto:gkrpa-morag@morag.pl)  tel. 897572373 | Brak danych |
| **NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE** | | | | | | | |
| 7 | Punkt Stowarzyszenia Sursum Corda | 14-100 Ostróda, ul. Jana III Sobieskiego 9, Centrum Użyteczności Publicznej pok.226 | od poniedziałku do piątku w godzinach:**od 1315 do 1715**, z wyłączeniem świąt i dni wolnych od pracy. | Z każdego zakresu | tak | INFORMACJE pod nr tel.:  89 642 98 03;  ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu:  89 642-98-03 | bip.powiat.ostroda.pl |