**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** | **WWW**  **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 Ostródzkiego |
| 2 | Punkt Informacyjno – Konsultacyjny w Gierzwałdzie | Poradnictwo rodzinne | 14-107 Gierzwałd, Gierzwałd 7 | Tel. 89 647 29 39 | Poniedziałek  700 – 1500 ;  Czwartek  700-1100;  Piątek  700-1500. | 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 | Poniedziałek:  800 - 1600 wtorek: 800 - 1700 środa: 800 - 1700 czwartek: 800 - 1800 piątek: 800 - 1000 | 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 wtorek miesiąca  1200-1600 | gkrpa.dabrowno@onet.pl | Każdy mieszkaniec |
| 6 | 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 |
| 6 | 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 |
| 7 | 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 |
| 8 | 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 |
| 9 | 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 | brak | Każdy mieszkaniec |
| 10 | Punkt Informacyjno – Konsultacyjny w Gierzwałdzie | Poradnictwo psychologiczne | 14-107 Gierzwałd, Gierzwałd 7 | Tel. 89 647 29 39 | Wtorek  800-1100 | pik@onet.pl | Każdy mieszkaniec Gminy Grunwald |
| 11 | 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 |
| 12 | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Morągu | Poradnictwo psychologiczne | 14-300 Morąg, ul. Leśna 6 | Tel. 89 757 20 11 | Poniedziałek:  800 - 1600 wtorek: 800 - 1700 środa: 800 - 1700 czwartek: 800 - 1800 piątek: 800 - 1000 | ppmorag@poczta.fm | Nauczyciele, rodzice, uczniowie |
| 13 | 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 |
| **PEDAGOGICZNE** | | | | | | | |
| 14 | 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). |
| 15 | 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 |
| 16 | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Morągu | Poradnictwo pedagogiczne | 14-300 Morąg,  ul. Leśna 6 | Tel. 89 757 20 11 | Poniedziałek:  800 - 1600 wtorek: 800 - 1700 środa: 800 - 1700 czwartek: 800 - 1800 piątek: 800 - 1000 | ppmorag@poczta.fm | Nauczyciele, rodzice, uczniowie |
| 17 | Fundacja Centrum Rozwoju rodziny ,,Progresja” w Ostródzie | Wsparcie pedagogiczne | 14-100 Ostróda,  ul. Sienkiewicza 2/4 | Tel. 509 138 052 | Poniedziałek – czwartek  1000-1500 | progresja-fundacja.pl | Rodziny oraz ich członkowie |
| **POMOC SPOŁECZNA** | | | | | | | |
| 18 | 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 |
| 19 | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Morągu | Porady z zakresu pomocy społecznej | 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 |
| 20 | 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 |
| **ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ** | | | | | | | |
| 21 | 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 | Każdy drugi wtorek miesiąca  1200-1600 | gkrpa.dabrowno@onet.pl | Każdy mieszkaniec |
| 22 | 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 |
| 23 | Pełnomocnik Burmistrza ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Morągu | Poradnictwo i wsparcie w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień | 14-300 Morąg, ul. Dworcowa 7 | Tel.89 757 23 73 | Czwartek 800-1500 | gkrpa-morag@morag.pl | Bez ograniczeń |
| 24 | 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 |
| 25 | 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 |
| 26 | 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 | Czynne w pierwszą i trzecią środę miesiąca w godz. 1700 - 1900 | brak | Każdy mieszkaniec |
| 27 | Pełnomocnik ds. Profilaktyki i Rozwiązywania problemów Uzależnień | 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  730-1530 | www.gminaostroda.pl | Każdy mieszkaniec |
| 28 | Punkt Informacyjno – Konsultacyjny w Gierzwałdzie | Poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych | 14-107 Gierzwałd, Gierzwałd 7 | Tel. 89 647 29 39 | Piątek  1530-1830 | pik@onet.pl | Każdy mieszkaniec Gminy Grunwald |
| **PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ** | | | | | | | |
| 29 | Punkt Informacyjno – Konsultacyjny w Dąbrównie | Poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie | 14-120 Dąbrówno, ul. Agrestowa 2 | Tel. 509 138 052 | Każdy drugi wtorek miesiąca  1200-1600 | gkrpa.dabrowno@onet.pl | Każdy mieszkaniec |
| 30 | 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 |
| 31 | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Morągu | Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie | 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 |
| 32 | 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 | pn. – sob.  godz. 08.00–22.00  ndz. i święta  godz. 08.00–16.00 | www.niebieskalinia.info  biuro@niebieskalinia | Dla osób doświadczających przemocy domowej |
| 33 | Biuro Pełnomocnika Burmistrza ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Morągu | Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie | 14-300 Morąg, ul. Dworcowa 7 | Tel.89 757 23 73 | Czwartek 800-1500 | gkrpa-morag@morag.pl | Bez ograniczeń |
| 34 | 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 |
| 35 | 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 |
| 36 | Pełnomocnik ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Uzależnień – Urząd Gminy Ostróda | W sprawie przeciw działania przemocy w rodzinie | 14-100 Ostróda, ul. Jana III Sobieskiego 1 | Tel. 89 676 07 92 | Poniedziałek – Piątek  730-1530 | gminaostroda.pl | Każdy mieszkaniec |
| **INTERWENCJA KRYZYSOWA** | | | | | | | |
| 37 | 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 |
| 38 | Gminne Centrum Zarządzania Kryzysowego | Poradnictwo z zakresu interwencji kryzysowej | 14-100 Ostróda, ul. Jana III Sobieskiego 1 | Tel. 89 676 07 92 | Poniedziałek – Piątek  730-1530 | gminaostroda.pl | Każdy mieszkaniec |
| 39 | Centralne Zarządzanie Kryzysowe | Monitorowanie bezpieczeństwa | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa  Rakowiecka 2A  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** | | | | | | | |
| 40 | 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 i poszukujące pracy z terenu powiatu ostródzkiego |
| 41 | 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. | pn.- pt.  godz. 0800-1800 | www.zielonalinia.gov.pl  biuro@zielonalinia.gov.pl | Mogą korzystać:  - zarejestrowani  -poszukujący pracy  - pracodawcy |
| **DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM** | | | | | | | |
| 42 | 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 | Pn – pt.  1500-1700 | [www.mediacje-elblag.pl](http://www.mediacje-elblag.pl) | Dla wszystkich zainteresowanych |
| **PRAWO KONSUMENCKIE** | | | | | | | |
| 43 | 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 | Od poniedziałku do piątku w budynku w godzinach od 800 do 1400. | prk@powiat.ostroda.pl | Każdy mieszkaniec Powiatu Ostródzkiego |
| 44 | Urząd Ochrony Konkurencji 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 | pn.- pt.  godz. 08.00-18.00 | https://www.uokik.gov.pl/  porady@dlakonsumentow.pl | Prawo konsumenckie |
| **PRAWA PACJENTA** | | | | | | | |
| 45 | Narodowy Fundusz Zdrowia – Oddział w Olsztynie | Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego:  - prawa pacjenta  -leczenie w kraju i poza granicami  -kolejki do świadczeń | 10-561 Olsztyn, ul. Żołnierska 16 | Tel. 800 190 590 - Telefoniczna Informacja Pacjenta;  Tel. 89 678-74-00 | poniedziałek 8.00-18.00 – Sala obsługi, Sekcja Skarg i Wniosków; 8.00-16.00 – inne działy  od wtorku do piątku - 08.00-16.00 | http://www.nfz-olsztyn.pl | Każdy zainteresowany |
| 46 | 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 | Pn. – pt.  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 |
| 47 | 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** | **pn.- pt.**  **godz. 08.00-16.00** | <http://www>.nfz.gov.pl  infolinia@nfz.gov.pl | Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym |
| 48 | Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych | Ochrona praw  osób niepełnosprawnych | SIEDZIBA  ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa  Telefon  (22) 461 60 00  KORESPONDENCJA  Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa | **801 801 015**  Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora | pn.-pt.  godz. 08.00-17.00 | <http://www>.niepelnosprawni.gov.pl  [sekretariat.bon@mrpips](mailto:sekretariat.bon@mrpips).gov.pl | Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych |
| 49 | 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.0815-1615 | 800 121 212  Bezpłatna infolinia | pn.- pt. godz.  0815-2000  (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** | | | | | | | |
| 50 | 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 jak wyżej.**  Nr centrali :  (22) 667 10 00. | (22) 560 16 00  Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. | **Pn. – pt.**  **godz. 07.00 – 1800** | <http://www>.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-  cot@zus.pl | Adresaci porad:  - ubezpieczeni  - płatnicy  - lekarze |
| **PRAWO PRACY** | | | | | | | |
| 51 | 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  (dla tel. stacj.)  459 599 000  (dla 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](http://www.bip).pip.gov.pl,  kancelaria@gip.pip.gov.pl | brak |
| **PRAWO PODATKOWE** | | | | | | | |
| 52 | 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. stacjonarnych.  ( (22) 330 03 30  Z z tel. Komórkowych.  + 48 (22)33 00 330  ( z tel. zagranicznych.  Koszt zgodnie z taryfą operatora | pn.- pt.  godz. 07 00-18 00 | [www.kis](http://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** | | | | | | | |
| 53 | Rzecznik Finansowy.  (Ubezpieczonych) | Prawa ubezpieczonych | Biuro Rzecznika Finansowego  Al. Jerozolimskie 87  02-001 Warszawa. | **Ubezpieczenia**  **gospodarcze**  **(22) 333 73 28**  Ubezpieczenia  Społeczne, OFE ZUS  **(22) 333 73 26**  **lub (22) 333 73 27**  **Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego**  **(22) 333 73 25** | **pn.-pt.**  **godz. 0800-1800**  **pn.-pt.**  **godz.1100-1500**  **pn.-pt.**  **godz. 08.00-1600** | **Porady** **e-mail:** porady@rf.gov.pl  (czas oczekiwania na odpowiedz  e-mailową ok.2 tygodni)  <https://rf>.gov.pl/kontakt  biuro@rf.gov.pl | Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń |
| **INNE** | | | | | | | |
| 54 | **WWW. OBYWATEL.GOV.PL** | | | | [Informacje i usługi przyjazne obywatelom](https://obywatel.gov.pl/)  portal Ministerstwa Cyfryzacji | | |
| 55 | Rzecznik Praw Obywatelskich | Ochrona praw obywatelskich | Biuro RPO  Al. Solidarności 77.  00-090 Warszawa | 800 676 676 .  Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych | pon.   * godz. 1000-1800   wt.- pt.  godz. 0800-1600 | 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** | | | | | | | |
|  | **NAZWA PUNKTU** | **ADRESY**  **DYŻURÓW** | **DNI i GODZINY** | **SPECJALIZACJA**  **(o ile określono)** | **lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich** | **DANE KONTAKTOWE** | **WWW** |
| 1 | Punkt Nieodpłatnej Pomocy Prawnej | 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:  89642-98-03 | bip.powiat.ostroda.pl |
| 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. | Z każdego zakresu | tak |
| 14-100 Ostróda, ul. Olsztyńska 2, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, pok.209 | od poniedziałku do piątku w godzinach:**od 900 do 1300**, z wyłączeniem świąt i dni wolnych od pracy. | Z każdego zakresu  *(Mediacja - pierwszy  i ostatni piątek miesiąca)* | tak |
| 2 | Porady Prawne Marcin Ignatowski | 14-120 Dąbrówno,  ul. Kościuszki 21, Urząd Gminy w Dąbrównie | W każdy czwartek godz. 900-1000 | Porady prawne | tak | INFORMACJE i ZAPISY pod nr tel:  89 647 40 87 | radca@ignatowski@gmail.com |
| **NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE** | | | | | | | |
| 3 | Punkt Nieodpłatnego Poradnictwa Obywatelskiego | 14-100 Ostróda, ul. Jana III Sobieskiego 9, Centrum Użyteczności Publicznej pok.226 | od poniedziałku do piątku w godzinach:**od 1300 do 1700**, 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 |