

## 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	
<b>RODZINNE</b>							
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 10 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	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 7 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup> ; Czwartek 7 <sup>00</sup> -11 <sup>00</sup> ; Piątek 7 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup> .	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 10 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	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 10 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	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: 8 <sup>00</sup> - 16 <sup>00</sup> wtorek: 8 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup> środa: 8 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup> czwartek: 8 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup> piątek: 8 <sup>00</sup> - 10 <sup>00</sup>	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 10 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	progresja-fundacja.pl	Rodziny oraz ich członkowie
<b>PSYCHOLOGICZNE</b>							
7	Punkt Informacyjno-Konsultacyjny w Dąbrównie	Poradnictwo psychologiczne	14-120 Dąbrówno, ul. Agrestowa 2	Tel. 509 138 052	Każdy drugi wtorek miesiąca 12 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	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 17 <sup>00</sup> -19 <sup>00</sup>	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.linia wsparcia.pl porady@linia wsparcia.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 ustalone 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. 17 <sup>00</sup> - 19 <sup>00</sup>	brak	Każdy mieszkaniec
10	Punkt Informacyjno – Konsultacyjny w Gierzwałdzie	Poradnictwo psychologiczne	14-107 Gierzwałd, Gierzwałd 7	Tel. 89 647 29 39	Wtorek 8 <sup>00</sup> -11 <sup>00</sup>	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 10 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	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: 8 <sup>00</sup> - 16 <sup>00</sup> wtorek: 8 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup> środa: 8 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup> czwartek: 8 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup> piątek: 8 <sup>00</sup> - 10 <sup>00</sup>	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 10 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	progresja-fundacja.pl	Rodziny oraz ich członkowie
<b>PEDAGOGICZNE</b>							
14	Świetlica Terapeutyczna	Poradnictwo pedagogiczne	14-100 Ostróda, ul. Sportowa 1	Tel. 89 646 41 41	Poniedziałek – Piątek 10 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	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 10 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	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: 8 <sup>00</sup> - 16 <sup>00</sup> wtorek: 8 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup> środa: 8 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup> czwartek: 8 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup> piątek: 8 <sup>00</sup> - 10 <sup>00</sup>	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 10 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	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. 7 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	sekretariat@gopsdabrownno.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. 8 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	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 9 <sup>00</sup> do 13 <sup>00</sup>	www.mops.ostroda.pl mops@mops.ostroda.pl	Dla klientów pomocy społecznej oraz dla wszystkich osób niepełnosprawnych
<b>ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ</b>							
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 12 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	gkrpa.dabrownno@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 17 <sup>00</sup> -19 <sup>00</sup>	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 8 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	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 ustalone 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 ustalone 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. 17 <sup>00</sup> - 19 <sup>00</sup>	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 – 7 <sup>30</sup> -15 <sup>30</sup>	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 15 <sup>30</sup> -18 <sup>30</sup>	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 12 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	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 7 <sup>30</sup> -15 <sup>30</sup>	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. 8 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	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 8 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	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 ustalone 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 7 <sup>30</sup> -15 <sup>30</sup>	gminaostroda.pl	Każdy mieszkaniec
<b>INTERWENCJA KRYZYSOWA</b>							
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. 8 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	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 7 <sup>30</sup> -15 <sup>30</sup>	gminaostroda.pl	Każdy mieszkaniec
39	Centralne Zarządzenie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Rakowiecka 2A 00-993 Warszawa	Całodobowy dyżur: (22) 361 69 00 (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. 8 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup> wtorek – piątek: 7 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup> Interesanci przyjmowani są: w godz. 8 <sup>00</sup> -14 <sup>00</sup>	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. 08 <sup>00</sup> -18 <sup>00</sup>	www.zielonalinia.gov.pl biuro@zielonalinia.gov.pl	Mogą korzystać: - zarejestrowani -poszukujący pracy - pracodawcy
<b>DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM</b>							
42	Elbłaskie 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. 15 <sup>00</sup> -17 <sup>00</sup>	<a href="http://www.mediacje-elblag.pl">www.mediacje-elblag.pl</a>	Dla wszystkich zainteresowanych
<b>PRAWO KONSUMENCKIE</b>							
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 8 <sup>00</sup> do 14 <sup>00</sup> .	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	<a href="https://www.uokik.gov.pl/">https://www.uokik.gov.pl/</a>  porady@dlakonsumentow.pl	Prawo konsumenckie
<b>PRAWA PACJENTA</b>							
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	<a href="http://www.nfz-olsztyn.pl">http://www.nfz-olsztyn.pl</a>	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	<a href="https://www.bpp.gov.pl">https://www.bpp.gov.pl</a>  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	<a href="http://www.nfz.gov.pl">http://www.nfz.gov.pl</a> <a href="mailto:infolinia@nfz.gov.pl">infolinia@nfz.gov.pl</a>	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	<a href="http://www.niepelnosprawni.gov.pl">http://www.niepelnosprawni.gov.pl</a> <a href="mailto:sekretariat.bon@mrpips.gov.pl">sekretariat.bon@mrpips.gov.pl</a>	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.08 <sup>15</sup> -16 <sup>15</sup>	800 121 212 Bezpłatna infolinia	pn.- pt. godz. 08 <sup>15</sup> -20 <sup>00</sup> (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią)	<a href="https://brpd.gov.pl">https://brpd.gov.pl</a> <a href="mailto:rpd@brpd.gov.pl">rpd@brpd.gov.pl</a>	Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.
<b>PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH</b>							
50	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w Centrum Obsługi Telefonicznej 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. <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup>	<a href="http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl">http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl</a>	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze

<b>PRAWO PRACY</b>							
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 12tel. stacj.) 459 599 000 (dla t12el. Kom.) 22 391 83 60 (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. <b>Uwaga!!!</b> Naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie .	brak	www.bip.pip.gov.pl, kancelaria@gip.pip.gov.pl	brak
<b>PRAWO PODATKOWE</b>							
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 ( (12 z tel. stacjonarnych. ( (22) 330 03 30 Z z t12el. Komórkowych. + 48 (22)33 00 330 ( z 12tel. zagranicznych. Koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.- pt. godz. 07 <sup>00</sup> -18 <sup>00</sup>	www.kis.gov.pl więcej: <a href="https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa">https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa</a>	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. 08 <sup>00</sup> -18 <sup>00</sup>  pn.-pt. godz.11 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>  pn.-pt. godz. 08 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	<b>Porady e-mail:</b> <a href="mailto:porady@rf.gov.pl">porady@rf.gov.pl</a> (czas oczekiwania na odpowiedz e-mailową ok.2 tygodni)  <a href="https://rf.gov.pl/kontakt">https://rf.gov.pl/kontakt</a>  <a href="mailto:biuro@rf.gov.pl">biuro@rf.gov.pl</a>	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń
<b>INNE</b>							
54	<a href="http://WWW.OBYWATEL.GOV.PL">WWW.OBYWATEL.GOV.PL</a>				Informacje i usługi przyjazne obywatelom 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. 10 <sup>00</sup> -18 <sup>00</sup> wt.- pt. godz. 08 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	<a href="https://www.rpo.gov.pl">https://www.rpo.gov.pl</a>  <a href="mailto:biurorzecznika@brpo.gov.pl">biurorzecznika@brpo.gov.pl</a>	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. Blizsze 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: <b>od 9<sup>00</sup> do 13<sup>00</sup></b> , 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: <b>od 9<sup>00</sup> do 13<sup>00</sup></b> , 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: <b>od 9<sup>00</sup> do 13<sup>00</sup></b> , z wyłączeniem świąt i dni wolnych od pracy.	Z każdego zakresu <i>(Mediacja - pierwszy i ostatni piątek miesiąca)</i>	tak		

2	Porady Prawne Marcin Ignatowski	14-120 Dąbrówno, ul. Kościuszki 21, Urząd Gminy w Dąbrównie	W każdy czwartek godz. 9 <sup>00</sup> -10 <sup>00</sup>	Porady prawne	tak	INFORMACJE i ZAPISY pod nr tel: 89 642 40 87	radca@ignatowski@gmail.com
<b>NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE</b>							
3	Punkt Nieodpłatnego Poradnictwa Obywatelskiego	14-100 Ostróda, ul. Jana III Sobieskiego 9, Centrum Użyteczności Publicznej pok.226	od poniedziałku do piątku w godzinach: <b>od 13<sup>00</sup> do 17<sup>00</sup></b> , 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