

## 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 style="color: red;">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
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 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	Pon. 8 <sup>00</sup> - 16 <sup>00</sup> Wt.- śr. 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 style="color: red;">PSYCHOLOGICZNE</b>							
7	Punkt Informacyjno- Konsultacyjny w Dąbrównie	Poradnictwo psychologiczne	14-120 Dąbrówno ul. Agrestowa 2	Tel. 509 138 052	Każda druga środa miesiąca 12 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	Gkrpa.dabrownno@onet.pl	Każdy mieszkaniec
8	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
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 ustalone 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 ustalone 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. 17 <sup>00</sup> - 19 <sup>00</sup>	brak	Każdy mieszkaniec
13	Punkt Informacyjno – Konsultacyjny w Gierzwaldzie	Poradnictwo psychologiczne – pomoc psychologiczna i interwencja kryzysowa	14-107 Gierzwald Gierzwald 7	Tel. 89 647 29 39	Piątek 12:00 – 15:00	pik@onet.pl	Rodzice, dzieci, przedstawiciele instytucji działających na rzecz dzieci i rodzin
14	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
15	Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Morągu	Poradnictwo psychologiczne	14-300 Morąg ul. Leśna 6	Tel. 89 757 20 11	Pon. 8 <sup>00</sup> - 16 <sup>00</sup> Wt.- śr. 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
16	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
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
<b>PEDAGOGICZNE</b>							
18	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).
19	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
20	Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Morągu	Poradnictwo pedagogiczne	14-300 Morąg ul. Leśna 6	Tel. 89 757 20 11	Pon. 8 <sup>00</sup> - 16 <sup>00</sup> Wt.- śr. 8 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup>	ppmorag@poczta.fm	Nauczyciele, rodzice, uczniowie

					Czwartek: 8 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup> Piątek: 8 <sup>00</sup> - 10 <sup>00</sup>		
21	Fundacja Centrum Rozwoju rodziny „Progresja” w Ostródzie	Wsparcie pedagogiczne	14-100 Ostróda ul. Sienkiewicza 2/4	Tel. 509 138 052	Pon. – czw. 10 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	progresja-fundacja.pl	Rodziny oraz ich członkowie
22	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

23	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
24	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
25	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>	<a href="http://www.mops.ostroda.pl">www.mops.ostroda.pl</a> mops@mops.ostroda.pl	Dla klientów pomocy społecznej oraz dla wszystkich osób niepełnosprawnych
26	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. 7 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	www.milakowo.naszops.pl	Każdy mieszkaniec
27	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
28	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@gopsmałdyty.pl	Każdy mieszkaniec

### ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

29	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Dąbrównie	Poradnictwo i wsparcie w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych 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
30	Konsultacje Psychologa – Urząd Gminy w Łukcie	Poradnictwo i wsparcie w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych 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
31	Pełnomocnik Burmistrza ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Morągu	Poradnictwo i wsparcie w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych 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
32	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Puls	Poradnictwo i wsparcie w sprawie rozwiązywania	14-100 Ostróda ul. Jana III Sobieskiego 1	Tel. 89 676 07 92	Poniedziałek – Piątek	profilaktyka@gminaostroda.pl	Każdy mieszkaniec

	Centrum Psychiatryczno – Odwykowe w Kajkowie;	problemów alkoholowych innych uzależnień			(godziny ustalone indywidualnie)		
33	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej PULS Poradnia Zdrowia Psychicznego	Poradnictwo i wsparcie w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych 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
34	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Miłomłynie	Poradnictwo i wsparcie w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych 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
35	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
36	Pełnomocnik Wójta ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Punkt Informacyjny – Konsultacyjny w Gierzwałdzie	Poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych	14-107 Gierzwałd, Gierzwałd 7	Tel. 89 647 29 39	Pon. 12:30 – 15:30 Śr. 11:00-12:00 Pt. 15:00- 16:00	pik@onet.pl	Każdy mieszkaniec Gminy
37	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Miłakowie	Poradnictwo i wsparcie w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych innych uzależnień	14-310 Miłakowo ul. Olsztyńska 16	Tel: 89 757-83-44	Poniedziałek – Piątek Godziny ustalone indywidualnie	gkpa@milakowo.eu	Każdy mieszkaniec
38	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	<a href="http://www.mops.ostroda.pl">www.mops.ostroda.pl</a> <a href="mailto:adam.just@mops.ostroda.pl">adam.just@mops.ostroda.pl</a> <a href="mailto:paulina.zagrajek@mops.ostroda.pl">paulina.zagrajek@mops.ostroda.pl</a>	Każdy mieszkaniec
39	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	<a href="http://www.mops.ostroda.pl">www.mops.ostroda.pl</a> <a href="mailto:adam.just@mops.ostroda.pl">adam.just@mops.ostroda.pl</a> <a href="mailto:paulina.zagrajek@mops.ostroda.pl">paulina.zagrajek@mops.ostroda.pl</a> <a href="mailto:ewa.pal@mops.ostroda.pl">ewa.pal@mops.ostroda.pl</a>	Każdy mieszkaniec
40	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	<a href="mailto:gmina@maldyty.pl">gmina@maldyty.pl</a>	Każdy mieszkaniec

	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	<a href="mailto:erkon.ostroda@gmail.com">erkon.ostroda@gmail.com</a>	Każdy mieszkaniec
--	--	---	--	-------------	--	--	-------------------

### PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ

41	Punkt Informacyjno – Konsultacyjny działający przy GKRPA w Dąbrownie	Poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	14-120 Dąbrowno ul. Agrestowa 2	Tel. 509 138 052	Każda trzecia sobota miesiąca 9 <sup>00</sup> -14 <sup>00</sup>	<a href="mailto:gkrpa@dabrowno.onet.pl">gkrpa@dabrowno.onet.pl</a>	Każdy mieszkaniec
42	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>	<a href="mailto:bip.gops.lukta.com.pl">bip.gops.lukta.com.pl</a> <a href="mailto:gops@lukta.com.pl">gops@lukta.com.pl</a>	Każdy mieszkaniec
43	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>	<a href="http://www.morag.naszops.pl">www.morag.naszops.pl</a> <a href="mailto:sekretariat@ops-morag.pl">sekretariat@ops-morag.pl</a>	Dla klientów pomocy społecznej oraz dla wszystkich osób niepełnosprawnych
44	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	<a href="http://www.niebieska linia.info">www.niebieska linia.info</a> <a href="mailto:biuro@niebieska linia.info">biuro@niebieska linia.info</a>	Dla osób doświadczających przemocy domowej
45	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>	<a href="mailto:gkrpa-morag@morag.pl">gkrpa-morag@morag.pl</a>	Bez ograniczeń
46	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)	<a href="mailto:profilaktyka@gminaostroda.pl">profilaktyka@gminaostroda.pl</a>	Każdy mieszkaniec
47	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)	<a href="mailto:profilaktyka@gminaostroda.pl">profilaktyka@gminaostroda.pl</a>	Każdy mieszkaniec
48	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>	<a href="http://gminaostroda.pl">gminaostroda.pl</a>	Każdy mieszkaniec

49	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 ustalone indywidualnie	www.milakowo.naszops.pl	Każdy mieszkaniec
50	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
51	Miejski Ośrodek pomocy Społecznej w Ostródzie	Punkt konsultacyjny dla ofiar przemocy w rodzinie	14-100 Ostróda ul. Olsztyńska 2	Tel. 89 642-97-75	<b>Psycholog</b> II oraz IV wtorek miesiąca godz. 12.30-15.30 <b>Psycholog -terapeuta</b> I oraz III wtorek miesiąca godz. 14.30- 17.30 <b>Konsultant ds. Przeciwdziałania Przemocy w rodzinie</b> w każdą środę miesiąca godz. 15.15-18.15	www.mops.ostroda.pl <a href="mailto:adam.just@mops.ostroda.pl">adam.just@mops.ostroda.pl</a> paulina.zagrajek@mops.ostroda.pl	Każdy mieszkaniec
52	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

### INTERWENCJA KRYZYSOWA

53	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
54	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
55	Centralne Zarządzenie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Rakowiecka 2 A 00-993 Warszawa	<b>Całodobowy dyżur:</b> <a href="tel:223616900">(22) 361 69 00</a> (22) 785 700 177 e-mail: dyzurny@rcb.gov.pl	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	<a href="http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/poczta@rcb.gov.pl">http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/poczta@rcb.gov.pl</a>	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego

### DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

56	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 , poszukujące pracy z terenu powiatu ostródzkiego
57	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. 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>							
58	Elbąskie 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 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>							
59	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 8 <sup>00</sup> do 14 <sup>00</sup> .	prk@powiat.ostroda.pl	Każdy mieszkaniec Powiatu Ostródzkiego
60	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	Poniedziałek – Piątek godz. 08.00-18.00	<a href="https://www.uokik.gov.pl/porady@dlakonsumentow.pl">https://www.uokik.gov.pl/porady@dlakonsumentow.pl</a>	Prawo konsumenckie
<b>PRAWA PACJENTA</b>							
61	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	<a href="https://www.bpp.gov.pl">https://www.bpp.gov.pl</a> <a href="mailto:kancelaria@rpp.gov.pl">kancelaria@rpp.gov.pl</a>	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta

62	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 <b>800 392 976 (*)</b> <b>22 572 60 42 (**)</b> (*) połączenia bezpłatne (**) koszt zgodnie z taryfą operatora Także każdy oddział NFZ posiada własną infolinię	Poniedziałek – Piątek 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
63	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	<b>801 801 015</b> Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	Poniedziałek – Piątek 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
64	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania .	Ochrona praw dziecka	Biuro RPD Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa <b>tel.:</b> (22) 583 66 00 . <b>fax.:</b> (22) 583 66 96. pn.-pt. godz.08.15-16.15.	<b>800 121 212</b> 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)	<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.

### PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

65	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	<b>Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w Centrum Obsługi Telefonicznej lub podczas wizyty osobistej w placówce jw.</b> Nr centrali : (22) 667 10 00.	<b>(22) 560 16 00</b> Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.	Poniedziałek – Piątek godz. 07.00 – 18.00	<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
----	---	---	---	---	--	---	---

### PRAWO PRACY

66	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	Porady z zakresu prawa pracy	<b>Główny Inspektorat Pracy</b> ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa. Tel. 22 391 82 15 fax. 22 391 82 14	801 002 006 (tel. stac.) 459 599 000 (tel. 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	<a href="http://www.bip.pip.gov.pl">www.bip.pip.gov.pl</a> , <a href="mailto:kancelaria@gip.pip.gov.pl">kancelaria@gip.pip.gov.pl</a>	brak
----	--	------------------------------	---	---	------	--	------



## PRAWO PODATKOWE

67	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	<a href="http://www.kis.gov.pl">www.kis.gov.pl</a> 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

68	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	<a href="http://www.kis.gov.pl">www.kis.gov.pl</a> 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
----	-----------------------------	---	--	--	--	---	--

## INNE

69	Porady Prawne Kamila Połec	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 kancelaria@togatus.pl	kancelaria@togatus.pl
70	<a href="http://WWW.OBYWATEL.GOV.PL">WWW. OBYWATEL.GOV.PL</a>			Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji			
71	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	<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. 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	od poniedziałku do piątku w godzinach: <b>od 9<sup>00</sup> do</b>	Z każdego zakresu	tak	INFORMACJE pod nr tel.: 89 642 98 03;	bip.powiat.ostroda.pl

		Użyteczności Publicznej pok.226	<b>13<sup>00</sup></b> , z wyłączeniem świąt i dni wolnych od pracy.			ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu: 89 642-98-03	
2	Punkt Adwokatów i Radców Prawnych	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		
3	Punkt Stowarzyszenia Sursum Corda	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		
<b>NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE</b>							
4	Punkt Stowarzyszenia Sursum Corda	14-100 Ostróda, ul. Jana III Sobieskiego 9, Centrum Użyteczności Publicznej pok.226	od poniedziałku do piątku w godzinach: <b>od 13<sup>15</sup> do 17<sup>15</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