



## **LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023**

**Lista jednostek nieodpłatnego poradnictwa** zawiera dane jednostek nieodpłatnego poradnictwa uporządkowane według tematyki poradnictwa, w tym jednostek publicznych, jednostek niepublicznych działających na zlecenie oraz jednostek prowadzących działalność pożytku publicznego działających na zlecenie, którym powierzono zadania z zakresu poradnictwa specjalistycznego na podstawie odrębnych przepisów. Dane obejmują informacje o zakresie poradnictwa, kryteriach dostępu do usługi, nazwie jednostek, adresach i danych kontaktowych, w tym stronach internetowych i numerach telefonów, dniach i godzinach działalności oraz kryteria dostępu do usługi.

Lista zawiera także wykaz krajowych infolinii tematycznych i innych form porad świadczonych za pośrednictwem komunikacji elektronicznej jako form poradnictwa również łatwo dostępnego dla mieszkańców powiatu – podane jako ostatnie w danej kategorii tematycznej.

### **SPIS TREŚCI**

|     |                                                                                   |           |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 1.  | PORADNICTWO RODZINNE                                                              | STRONA 2  |
| 2.  | PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE                                                        | STRONA 4  |
| 3.  | PORADNICTWO PEDAGOGICZNE                                                          | STRONA 5  |
| 4.  | PORADNICTWO Z ZAKRESU POMOCY SPOŁECZNEJ                                           | STRONA 7  |
| 5.  | PORADNICTWO W SPRAWIE ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW<br>ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ | STRONA 8  |
| 6.  | PORADNICTWO W SPRAWIE PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY<br>W RODZINIE                     | STRONA 11 |
| 7.  | PORADNICTWO W RAMACH INTERWENCJI KRYZYSOWEJ                                       | STRONA 13 |
| 8.  | PORADNICTWO DLA BEZROBOTNYCH                                                      | STRONA 15 |
| 9.  | PORADNICTWO DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM                                 | STRONA 16 |
| 10. | PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAW KONSUMENTÓW                                            | STRONA 18 |
| 11. | PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAW DZIECKA                                                | STRONA 18 |
| 12. | PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAW PACJENTA                                               | STRONA 19 |
| 13. | PORADNICTWO Z ZAKRESU UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH                                     | STRONA 20 |
| 14. | PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAWA PRACY                                                 | STRONA 21 |
| 15. | PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAWA PODATKOWEGO                                           | STRONA 21 |
| 16. | PORADNICTWO DLA OSÓB W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU<br>FINANSOWEGO                   | STRONA 21 |
| 17. | NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA                                                          | STRONA 22 |
| 18. | NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE                                              | STRONA 23 |
| 19. | NIEODPŁATNA MEDIACJA                                                              | STRONA 24 |
| 20. | INNE                                                                              |           |
|     | RZECZNIK PRAW OBYWATELSKICH                                                       | STRONA 26 |
|     | TELEFONY ZAUFANIA                                                                 | STRONA 27 |



# LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

## 1. PORADNICTWO RODZINNE

### Zakres poradnictwa:

Poradnictwo rodzinne obejmuje problemy funkcjonowania rodziny, w tym opieki nad osobą niepełnosprawną a także terapię rodzinną.

### Kryterium dostępu:

Osoby i rodziny, które mają trudności lub wykazują potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych, bez względu na posiadany dochód.

| Jednostka prowadząca             | Adres                                                                    | Dni i godziny dyżurów                                                                                                                                                       | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej | ul. T. Kościuszki 14,<br>05-252 Dąbrowka<br>♿                            | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek – środa: 7.30 – 15.30<br>piątek: 7.30 – 14.30                                                                                          | tel.: 29 757-80-25, 731-907-002<br><a href="mailto:gops@dabrowka.net.pl">gops@dabrowka.net.pl</a><br><a href="http://www.bip.dabrowka.net.pl">www.bip.dabrowka.net.pl</a>                                                                                     |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej | pl. Dreszera 17,<br>05-280 Jadów<br>♿ od strony podwórka                 | poniedziałek, środa, czwartek:<br>8.00 – 16.00<br>wtorek: 7.00 – 17.00<br>piątek: 8.00 – 14.00 w piątek<br>nie przyjmuje się interesantów<br>w sprawie świadczeń rodzinnych | tel.: 25 675-41-09<br><a href="mailto:gops@jadow.az.pl">gops@jadow.az.pl</a><br><a href="http://www.gmina.jadow.az.pl">www.gmina.jadow.az.pl</a>                                                                                                              |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej | ul. Żymirskiego 38,<br>05-205 Klembów                                    | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: dzień wewnętrzny                                                                                   | tel.: 29 799-93-90<br><a href="mailto:gops@klembow.pl">gops@klembow.pl</a><br><a href="http://www.gops.klembow.pl">www.gops.klembow.pl</a>                                                                                                                    |
| Ośrodek Pomocy Społecznej        | ul. Żymirskiego 2,<br>05-230 Kobyłka<br>♿ windą przez<br>Ośrodek Zdrowia | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek: 8.00 – 16.00<br>czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 15.00                                                                        | tel.: 22 763-42-72<br>świadczenia rodzinne, fundusz<br>alimentacyjny, becikowe, 500+:<br>tel.: 22 763-42-61<br><a href="mailto:ops.kobylka@interia.pl">ops.kobylka@interia.pl</a><br><a href="http://www.opskobylka.naszops.pl">www.opskobylka.naszops.pl</a> |
| Ośrodek Pomocy Społecznej        | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                 | poniedziałek, wtorek, czwartek,<br>piątek: 8.00 – 16.00<br>środa: 8.00 – 18.00                                                                                              | tel.: 22 771-30-23, 725-700-750<br><a href="mailto:ops@marki.pl">ops@marki.pl</a><br><a href="http://www.ops.marki.pl">www.ops.marki.pl</a>                                                                                                                   |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej | ul. Szkolna 2,<br>05-326 Poświętne<br>♿                                  | poniedziałek: 10.00 – 18.00<br>wtorek – piątek: 7.30 – 15.30                                                                                                                | tel.: 25 752-03-80<br><a href="mailto:gops@ugposwietne.pl">gops@ugposwietne.pl</a><br><a href="http://www.gops.poswietne.bip-e.pl">www.gops.poswietne.bip-e.pl</a>                                                                                            |
| Ośrodek Pomocy Społecznej        | ul. Weteranów 31,<br>05-250 Radzymin                                     | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 16.00                                                                                                                                      | tel.: 22 786-54-86<br><a href="mailto:ops@radzymin.pl">ops@radzymin.pl</a><br><a href="http://www.ops.radzymin.pl">www.ops.radzymin.pl</a>                                                                                                                    |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej | ul. Norwida 6,<br>05-282 Strachówka                                      | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 16.00                                                                                                                                      | tel.: 25 676-06-73<br><a href="mailto:strachowka@ops.pl">strachowka@ops.pl</a><br><a href="http://www.strachowka.com.pl">www.strachowka.com.pl</a>                                                                                                            |
| Ośrodek Pomocy Społecznej        | ul. Warszawska 10,<br>05-240 Tłuszcz<br>♿                                | poniedziałek: 8.00 – 16.00<br>wtorek: 8.00 – 18.00<br>środa: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 14.00                                                                           | tel.: 29 777-52-90<br>tel.: 29 642-99-23 – świadczenia<br>rodzinne<br><a href="mailto:osrodek@ops.tluszcz.pl">osrodek@ops.tluszcz.pl</a><br><a href="http://www.opstluszcz.pl">www.opstluszcz.pl</a>                                                          |
| Ośrodek Pomocy Społecznej        | al Armii Krajowej 34,<br>05-200 Wołomin                                  | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek: 8.00 – 16.00<br>czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 15.00                                                                        | tel.: 22 787-27-01, 776-50-23<br><a href="mailto:ops@ops.wolomin.pl">ops@ops.wolomin.pl</a><br><a href="http://www.ops.wolomin.pl">www.ops.wolomin.pl</a>                                                                                                     |
| Ośrodek Pomocy Społecznej        | ul. Wojska Polskiego 1,<br>05-091 Ząbki<br>♿                             | poniedziałek: 10.00 – 18.00<br>wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 7.00 – 15.00                                                                                      | tel.: 22 510-98-03 (do 22)<br><a href="mailto:ops@zabki.pl">ops@zabki.pl</a><br><a href="http://www.opszabki.pl">www.opszabki.pl</a>                                                                                                                          |
| Ośrodek Pomocy Społecznej        | ul. Literacka 20,<br>05-220 Zielonka<br>♿                                | poniedziałek: 9.00 – 17.00<br>wtorek – piątek: 8.00 – 16.00                                                                                                                 | tel.: 22 781-03-51, 761-00-47<br><a href="mailto:ops_zielonka@o2.pl">ops_zielonka@o2.pl</a><br><a href="http://www.zielonka.pl">www.zielonka.pl</a>                                                                                                           |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                                                                                                                     |                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Konsultacyjny Punkt Pomocy                                                                                                          | ul. Wołomińska 1b,<br>05-230 Kobyłka<br>♿ budynek parterowy<br>przy Urzędzie Miasta                    | poniedziałek: 17.30 – 19.30                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | tel.: 22 760-70-38<br>zapisy bezpośrednio pod<br>wskazany nr telefonu                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Marecki Punkt Pomocy Dziecku i Rodzinie                                                                                             | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                                               | wtorek: 9.00 – 14.00<br>(dla obywateli Ukrainy<br>z językiem ukraińskim i rosyjskim)<br>środa: 10.00 – 15.00<br>czwartek: 13.00 – 19.00                                                                                                                                                                                               | tel.: 725-700-750 zapisy<br><a href="mailto:psycholog@opsmarki.pl">psycholog@opsmarki.pl</a>                                                                                                                                                                                                                                               |
| Punkt Informacyjno-Konsultacyjny                                                                                                    | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                                               | poniedziałek: 14.00 – 18.00<br>piątek: 8.00 – 12.00                                                                                                                                                                                                                                                                                   | tel.: 504-171-291<br><a href="mailto:pik.marki@op.pl">pik.marki@op.pl</a>                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Specjalistyczna Poradnia Rodzinna przy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie                                                           | ul. Legionów 85,<br>05-200 Wołomin<br>I piętro                                                         | prawnik:<br>wtorek: 15.00 – 20.00<br>psycholog:<br>poniedziałek, czwartek, piątek:<br>7.00 – 18.00<br>wtorek, środa: 8.00 – 18.00                                                                                                                                                                                                     | tel.: 664-022-974<br>rejestracja od poniedziałku do<br>piątku w godzinach: 8.00 – 18.00<br><a href="mailto:spr@pcprwolomin.pl">spr@pcprwolomin.pl</a><br><a href="mailto:spr@pcprwolomin.home.pl">spr@pcprwolomin.home.pl</a><br><a href="http://www.wolomin.naszepcpr.pl">www.wolomin.naszepcpr.pl</a>                                    |
| Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej                                                                                            | ul. Poniatowskiego 29,<br>05-220 Zielonka<br>♿                                                         | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 20.00<br>hostel – 7 dni w tygodniu całą<br>dobę, zgodnie z potrzebami osób<br>korzystających z pomocy                                                                                                                                                                                                | tel.: 22 771-83-84,<br>504-221-017 – tel. interwencyjny<br>(24h)<br>porady za pośrednictwem e-maila:<br><a href="mailto:psychologpoikzielonka@gmail.com">psychologpoikzielonka@gmail.com</a><br><a href="mailto:poik@powiat-wolominski.pl">poik@powiat-wolominski.pl</a><br><a href="http://www.poik-zielonka.pl">www.poik-zielonka.pl</a> |
| Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna                                                                                                | ul. Kościelna 1A,<br>05-240 Tłuszcz<br>♿                                                               | poniedziałek: 8.00 – 18.00<br>wtorek: 8.00 – 18.00<br>środa, czwartek: 8.00 – 19.00<br>piątek: 8.00 – 17.00                                                                                                                                                                                                                           | tel.: 29 757-38-97<br><a href="mailto:ppptluszcz@op.pl">ppptluszcz@op.pl</a><br><a href="http://www.ppptluszcz.pl">www.ppptluszcz.pl</a>                                                                                                                                                                                                   |
| Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna                                                                                                | ul. Legionów 85,<br>05-200 Wołomin                                                                     | poniedziałek: 9.00 – 17.00<br>wtorek – czwartek: 8.15 – 16.15                                                                                                                                                                                                                                                                         | tel.: 22 776-27-85<br><a href="mailto:pppwolomin@wp.pl">pppwolomin@wp.pl</a><br><a href="http://www.ppp.wolomin.pl">www.ppp.wolomin.pl</a>                                                                                                                                                                                                 |
| Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna                                                                                                | ul. Inżynierska 1<br>05-220 Zielonka<br>♿<br>Filia w Ząbkach:<br>ul. Batorego 62A<br>05-091 Ząbki<br>♿ | Zielonka:<br>poniedziałek – czwartek:<br>8.00 – 16.00<br>pracownicy poradni:<br>poniedziałek – czwartek:<br>8.00 – 19.00<br>Ząbki – sekretariat:<br>poniedziałek, środa, czwartek<br>8.00-16.00<br>wtorek: 8.00-17.00<br>piątek 8.00-15.00<br>pracownicy poradni:<br>poniedziałek – czwartek:<br>8.00 – 17.00<br>piątek: 8.00 – 15.30 | tel.: 22 760-24-97<br><a href="mailto:pppzzielonka@wp.pl">pppzzielonka@wp.pl</a><br><a href="http://www.pppzieolonka.pl">www.pppzieolonka.pl</a><br><br>tel.: 22 308-85-55<br><a href="mailto:filia@pppzzielonka.pl">filia@pppzzielonka.pl</a>                                                                                             |
| Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego dla gmin: Dąbrówka, Klembów, Radzymin prowadzący: Fundacja Ogarnij Emocje z Wołomina | ul. Stary Rynek 23/2,<br>05-250 Radzymin<br>♿                                                          | poniedziałek: 10.00 – 14.00<br>wtorek: 10.00 – 14.00<br>czwartek: 16.00 – 20.00<br>zakres poradnictwa: pedagogiczne,<br>psychologiczne, socjalne,<br>psychoterapeutyczne,                                                                                                                                                             | tel.: 795-990-820; 604-359-700<br>zapisy telefonicznie w dni<br>powszednie w godzinach 11.00<br>– 17.00 lub<br>za pośrednictwem e-maila<br><a href="mailto:ogarnij-emocje@wp.pl">ogarnij-emocje@wp.pl</a>                                                                                                                                  |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                                                                                                                       |                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego dla gmin: Jadów, Strachówka, Tłuszcz prowadzący: Stowarzyszenie Miłośników Urli z Urli | ul. Wczasowa 2,<br>05-281 Urle<br> | środa: 10.00 – 18.00<br>czwartek: 10.00 – 18.00<br>piątek: 10.00 – 18.00<br>zakres poradnictwa: pedagogiczne, psychologiczne, socjalne, psychoterapeutyczne, terapeuty ds. uzależnień | tel.: 25 754-96-41<br>zapisy telefonicznie w godzinach pracy punktu lub za pośrednictwem e-maila<br><a href="mailto:smu.urle@o2.pl">smu.urle@o2.pl</a><br><a href="http://www.urle.waw.pl">www.urle.waw.pl</a> |
| Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego dla gmin: Kobylka, Poświętne, Wołomin prowadzący: Fundacja Ogarnij Emocje z Wołomina   | ul. Żelazna pawilon 1b<br>05-200 Wołomin<br>piętro                                                                  | wtorek: 11.00 – 17.00<br>środa: 11.00 – 17.00<br>czwartek: 11.00 – 17.00<br>zakres poradnictwa: pedagogiczne, psychologiczne, socjalne, psychoterapeutyczne,                          | tel.: 795-990-820<br>zapisy telefonicznie w dni powszednie w godzinach 11.00 – 17.00 lub<br>za pośrednictwem e-maila<br><a href="mailto:ogarnij-emocje@wp.pl">ogarnij-emocje@wp.pl</a>                         |

### 2. PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE

#### Zakres poradnictwa:

Poradnictwo psychologiczne realizuje się poprzez procesy diagnozowania, profilaktyki i terapii. Mniej sformalizowane pomaganie tam, gdzie nie ma zdiagnozowanej choroby albo zaburzenia, ale jednak pacjent potrzebuje czyjejś pomocy. Jest to forma pomocy oferowana osobom zdrowym, przeżywającym tzw. kryzysy rozwojowe lub kryzysy przystosowawcze.

#### Kryteria dostępu:

Osoby będące w kryzysie psychicznym i rodziny, które mają trudności lub wykazują potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych, bez względu na posiadany dochód.

| Jednostka prowadząca                                                      | Adres                                                                                                                                                                                                                                                                      | Dni i godziny dyżurów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna                                      | ul. Kościelna 1A,<br>05-240 Tłuszcz<br>                                                                                                                                                 | poniedziałek: 8.00 – 18.00<br>wtorek: 8.00 – 18.00<br>środa, czwartek: 8.00 – 19.00<br>piątek: 8.00 – 17.00                                                                                                                                                                                                                                   | tel.: 29 757-38-97<br><a href="mailto:ppptluszcz@op.pl">ppptluszcz@op.pl</a><br><a href="http://www.ppptluszcz.pl">www.ppptluszcz.pl</a>                                                                                                                                                             |
| Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna                                      | ul. Legionów 85,<br>05-200 Wołomin                                                                                                                                                                                                                                         | poniedziałek: 9.00 – 17.00<br>wtorek – czwartek: 8.15 – 16.15                                                                                                                                                                                                                                                                                 | tel.: 22 776-27-85<br><a href="mailto:pppwołomin@wp.pl">pppwołomin@wp.pl</a><br><a href="http://www.pppwołomin.pl">www.pppwołomin.pl</a>                                                                                                                                                             |
| Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna                                      | ul. Inżynierska 1<br>05-220 Zielonka<br><br>Filia w Ząbkach:<br>ul. Batorego 62A<br>05-091 Ząbki<br> | Zielonka:<br>poniedziałek – czwartek:<br>8.00 – 16.00<br>pracownicy poradni:<br>poniedziałek – czwartek:<br>8.00 – 19.00<br>Ząbki – sekretariat:<br>poniedziałek, środa, czwartek:<br>8.00 – 16.00<br>wtorek: 8.00 – 17.00<br>piątek: 8.00 – 15.00<br>pracownicy poradni:<br>poniedziałek – czwartek:<br>8.00 – 17.00<br>piątek: 8.00 – 15.30 | tel.: 22 760-24-97<br><a href="mailto:pppzzielonka@wp.pl">pppzzielonka@wp.pl</a><br><a href="http://www.pppzielonka.pl">www.pppzielonka.pl</a><br><br>tel.: 22 308- 85-55<br><a href="mailto:filia@pppzzielonka.pl">filia@pppzzielonka.pl</a>                                                        |
| Specjalistyczna Poradnia Rodzinna przy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie | ul. Legionów 85,<br>05-200 Wołomin                                                                                                                                                                                                                                         | prawnik:<br>wtorek: 15.00 – 20.00<br>psycholog:<br>poniedziałek, czwartek, piątek:<br>7.00 – 18.00<br>wtorek, środa: 8.00 – 18.00                                                                                                                                                                                                             | tel.: 664-022-974<br>rejestracja od poniedziałku do piątku w godzinach: 8.00 – 18.00<br><a href="mailto:spr@pcprwołomin.pl">spr@pcprwołomin.pl</a><br><a href="mailto:spr@pcprwołomin.home.pl">spr@pcprwołomin.home.pl</a><br><a href="http://www.wolomin.naszepcpr.pl">www.wolomin.naszepcpr.pl</a> |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                                                                                                                       |                                                                                     |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej                                                                                              | ul. Poniatowskiego 29,<br>05-220 Zielonka<br>♿                                      | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 20.00<br>hostel – 7 dni w tygodniu całą dobę,<br>zgodnie z potrzebami osób<br>korzystających z pomocy                                                         | tel.: 22 771-83-84,<br>504-221-017 – tel. interwencyjny<br>porady za pośrednictwem e-maila:<br><a href="mailto:psychologpoikzielonka@gmail.com">psychologpoikzielonka@gmail.com</a><br><a href="mailto:poik@powiat-wolominski.pl">poik@powiat-wolominski.pl</a><br><a href="http://www.poik-zielonka.pl">www.poik-zielonka.pl</a> |
| Konsultacyjny Punkt Pomocy                                                                                                            | ul. Wołomińska 1b,<br>05-230 Kobyłka<br>♿ budynek parterowy<br>przy Urzędzie Miasta | poniedziałek: 17.30 – 19.30                                                                                                                                                                    | tel.: 22 760-70-38<br>zapisy bezpośrednio pod<br>wskazany nr telefonu                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Marecki Punkt Pomocy Dziecku i Rodzinie                                                                                               | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                            | wtorek: 9.00 – 14.00<br>(dla obywateli Ukrainy<br>z językiem ukraińskim i rosyjskim)<br>środa: 10.00 – 15.00<br>czwartek: 13.00 – 19.00                                                        | tel.: 725-700-750 zapisy<br><a href="mailto:psycholog@opsmarki.pl">psycholog@opsmarki.pl</a>                                                                                                                                                                                                                                      |
| Punkt Informacyjno-Konsultacyjny                                                                                                      | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                            | poniedziałek: 14.00 – 18.00<br>piątek: 8.00 – 12.00                                                                                                                                            | tel.: 504-171-291<br><a href="mailto:pik.marki@op.pl">pik.marki@op.pl</a>                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego dla gmin: Dąbrówka, Klembów, Radzymin prowadzący: Fundacja Ogarnij Emocje z Wołomina   | ul. Stary Rynek 23/2,<br>05-250 Radzymin<br>♿                                       | poniedziałek: 10.00 – 14.00<br>wtorek: 10.00 – 14.00<br>czwartek: 16.00 – 20.00<br>zakres poradnictwa: pedagogiczne,<br>psychologiczne, socjalne,<br>psychoterapeutyczne,                      | tel.: 795-990-820; 604-359-700<br>zapisy telefonicznie w dni<br>powszednie w godzinach 11.00<br>– 17.00 lub<br>za pośrednictwem e-maila<br><a href="mailto:ogarnij-emocje@wp.pl">ogarnij-emocje@wp.pl</a>                                                                                                                         |
| Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego dla gmin: Jadów, Strachówka, Tłuszcz prowadzący: Stowarzyszenie Miłośników Urli z Urli | ul. Wczasowa 2,<br>05-281 Urle<br>♿                                                 | środa: 10.00 – 18.00<br>czwartek: 10.00 – 18.00<br>piątek: 10.00 – 18.00<br>zakres poradnictwa: pedagogiczne,<br>psychologiczne, socjalne,<br>psychoterapeutyczne,<br>terapeuty ds. uzależnień | tel.: 25 754-96-41<br>zapisy telefonicznie w godzinach<br>pracy punktu lub za pośrednictwem<br>e-maila<br><a href="mailto:smu.urle@o2.pl">smu.urle@o2.pl</a><br><a href="http://www.urle.waw.pl">www.urle.waw.pl</a>                                                                                                              |
| Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego dla gmin: Kobyłka, Poświętne, Wołomin prowadzący: Fundacja Ogarnij Emocje z Wołomina   | ul. Żelazna pawilon 1b<br>05-200 Wołomin<br>piętro                                  | wtorek: 11.00 – 17.00<br>środa: 11.00 – 17.00<br>czwartek: 11.00 – 17.00<br>zakres poradnictwa: pedagogiczne,<br>psychologiczne, socjalne,<br>psychoterapeutyczne,                             | tel.: 795-990-820<br>zapisy telefonicznie w dni<br>powszednie w godzinach<br>11.00 – 17.00 lub<br>za pośrednictwem e-maila<br><a href="mailto:ogarnij-emocje@wp.pl">ogarnij-emocje@wp.pl</a>                                                                                                                                      |
| Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)                                                                | Fundacja ITAKA<br>skrytka pocztowa 127<br>00-958 Warszawa 66                        | 24 godziny na dobę przez 7 dni<br>w tygodniu                                                                                                                                                   | tel.: 800-702-222<br>infolinia bezpłatna<br><a href="mailto:porady@liniawsparcia.pl">porady@liniawsparcia.pl</a><br><a href="http://www.liniawsparcia.pl">www.liniawsparcia.pl</a>                                                                                                                                                |

### 3. PORADNICTWO PEDAGOGICZNE

#### Zakres poradnictwa:

Jednorazowa porada lub cykl/seria spotkań z pedagogiem, mające na celu wspomaganie rodziców w radzeniu sobie z szeroko pojętymi trudnościami wychowawczymi.

#### Kryteria dostępu:

Osoby i rodziny, które mają trudności lub wykazują potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych, bez względu na posiadany dochód.

| Jednostka prowadząca                 | Adres                                    | Dni i godziny dyżurów                                                                                       | Telefon, e-mail, www                                                                                                                     |
|--------------------------------------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna | ul. Kościelna 1A,<br>05-240 Tłuszcz<br>♿ | poniedziałek: 8.00 – 18.00<br>wtorek: 8.00 – 18.00<br>środa, czwartek: 8.00 – 19.00<br>piątek: 8.00 – 17.00 | tel.: 29 757-38-97<br><a href="mailto:ppptluszcz@op.pl">ppptluszcz@op.pl</a><br><a href="http://www.ppptluszcz.pl">www.ppptluszcz.pl</a> |





## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Poradnia<br>Psychologiczno-<br>Pedagogiczna                                                                                                             | ul. Legionów 85,<br>05-200 Wołomin                                                                                                                                                                                                                                     | poniedziałek: 9.00 – 17.00<br>wtorek – czwartek: 8.15 – 16.15                                                                                                                                                                                                                                                                                 | tel.: 22 776-27-85<br><a href="mailto:pppwołomin@wp.pl">pppwołomin@wp.pl</a><br><a href="http://www.ppp.wolomin.pl">www.ppp.wolomin.pl</a>                                                                                                |
| Poradnia<br>Psychologiczno-<br>Pedagogiczna                                                                                                             | ul. Inżynierska 1<br>05-220 Zielonka<br><br>Filia w Ząbkach:<br>ul. Batorego 62A<br>05-091 Ząbki<br> | Zielonka:<br>poniedziałek – czwartek:<br>8.00 – 16.00<br>pracownicy poradni:<br>poniedziałek – czwartek:<br>8.00 – 19.00<br>Ząbki – sekretariat:<br>poniedziałek, środa, czwartek:<br>8.00 – 16.00<br>wtorek: 8.00 – 17.00<br>piątek: 8.00 – 15.00<br>pracownicy poradni:<br>poniedziałek – czwartek:<br>8.00 – 17.00<br>piątek: 8.00 – 15.30 | tel.: 22 760-24-97<br><a href="mailto:pppzielonka@wp.pl">pppzielonka@wp.pl</a><br><a href="http://www.pppzielonka.pl">www.pppzielonka.pl</a><br><br>tel.: 22 308- 85-55<br><a href="mailto:filia@pppzielonka.pl">filia@pppzielonka.pl</a> |
| Konsultacyjny Punkt<br>Pomocy                                                                                                                           | ul. Wołomińska 1b,<br>05-230 Kobylka<br> budynek parterowy<br>przy Urzędzie Miasta                                                                                                    | poniedziałek: 17.30 – 19.30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | tel.: 22 760-70-38<br>zapisy bezpośrednio pod<br>wskazany nr telefonu                                                                                                                                                                     |
| Marecki Punkt Pomocy<br>Dziecku i Rodzinie                                                                                                              | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>                                                                                                                                             | wtorek: 9.00 – 14.00<br>(dla obywateli Ukrainy<br>z językiem ukraińskim i rosyjskim)<br>środa: 10.00 – 15.00<br>czwartek: 13.00 – 19.00                                                                                                                                                                                                       | tel.: 725-700-750 zapisy<br><a href="mailto:psycholog@opsmarki.pl">psycholog@opsmarki.pl</a>                                                                                                                                              |
| Punkt Informacyjno-<br>Konsultacyjny                                                                                                                    | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>                                                                                                                                             | poniedziałek: 14.00 – 18.00<br>piątek: 8.00 – 12.00                                                                                                                                                                                                                                                                                           | tel.: 504-171-291<br><a href="mailto:pik.marki@op.pl">pik.marki@op.pl</a>                                                                                                                                                                 |
| Punkt specjalistycznego<br>poradnictwa rodzinnego<br>dla gmin: Dąbrówka,<br>Klembów, Radzymin<br>prowadzący:<br>Fundacja Ogarnij<br>Emocje z Wołomina   | ul. Stary Rynek 23/2,<br>05-250 Radzymin<br>                                                                                                                                        | poniedziałek: 10.00 – 14.00<br>wtorek: 10.00 – 14.00<br>czwartek: 16.00 – 20.00<br>zakres poradnictwa: pedagogiczne,<br>psychologiczne, socjalne,<br>psychoterapeutyczne,                                                                                                                                                                     | tel.: 795-990-820; 604-359-700<br>zapisy telefonicznie w dni<br>powszednie w godzinach 11.00<br>– 17.00 lub<br>za pośrednictwem e-maila<br><a href="mailto:ogarnij-emocje@wp.pl">ogarnij-emocje@wp.pl</a>                                 |
| Punkt specjalistycznego<br>poradnictwa rodzinnego<br>dla gmin: Jadów,<br>Strachówka, Tłuszcz<br>prowadzący:<br>Stowarzyszenie<br>Miłośników Urli z Urli | ul. Wczasowa 2,<br>05-281 Urle<br>                                                                                                                                                  | środa: 10.00 – 18.00<br>czwartek: 10.00 – 18.00<br>piątek: 10.00 – 18.00<br>zakres poradnictwa: pedagogiczne,<br>psychologiczne, socjalne,<br>psychoterapeutyczne,<br>terapeuty ds. uzależnień                                                                                                                                                | tel.: 25 754-96-41<br>zapisy telefonicznie w godzinach<br>pracy punktu lub za pośrednictwem<br>e-maila<br><a href="mailto:smu.urle@o2.pl">smu.urle@o2.pl</a><br><a href="http://www.urle.waw.pl">www.urle.waw.pl</a>                      |
| Punkt specjalistycznego<br>poradnictwa rodzinnego<br>dla gmin: Kobylka,<br>Poświętne, Wołomin<br>prowadzący:<br>Fundacja Ogarnij<br>Emocje z Wołomina   | ul. Żelazna pawilon 1b<br>05-200 Wołomin<br>piętro                                                                                                                                                                                                                     | wtorek: 11.00 – 17.00<br>środa: 11.00 – 17.00<br>czwartek: 11.00 – 17.00<br>zakres poradnictwa: pedagogiczne,<br>psychologiczne, socjalne,<br>psychoterapeutyczne,                                                                                                                                                                            | tel.: 795-990-820<br>zapisy telefonicznie w dni<br>powszednie w godzinach 11.00<br>– 17.00 lub<br>za pośrednictwem e-maila<br><a href="mailto:ogarnij-emocje@wp.pl">ogarnij-emocje@wp.pl</a>                                              |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

### 4. PORADNICTWO Z ZAKRESU POMOCY SPOŁECZNEJ

#### Zakres poradnictwa:

Pomoc społeczna wspiera osoby i rodziny w wysiłkach zmierzających do zaspokojenia niezbędnych potrzeb i umożliwia im życie w warunkach odpowiadających godności człowieka. Zapobiega trudnym sytuacjom, podejmując działania zmierzające do życiowego usamodzielnienia osób i rodzin oraz ich integracji ze środowiskiem, przy wykorzystywaniu własnych uprawnień, zasobów i możliwości.

#### Kryteria dostępu:

Osoby i rodziny, które mają trudności lub wykazują potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych, posiadające niskie dochody.

| Jednostka prowadząca             | Adres                                                                                 | Dni i godziny dyżurów                                                                                                                                                           | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej | ul. T. Kościuszki 14,<br>05-252 Dąbrowka<br>♿                                         | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek – środa: 7.30 – 15.30<br>piątek: 7.30 – 14.30                                                                                              | tel.: 29 757-80-25, 731-907-002<br><a href="mailto:gops@dabrowka.net.pl">gops@dabrowka.net.pl</a><br><a href="http://www.bip.dabrowka.net.pl">www.bip.dabrowka.net.pl</a>                                                                                     |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej | pl. Dreszera 17,<br>05-280 Jadów<br>♿                                                 | poniedziałek, wtorek, czwartek:<br>8.00 – 16.00<br>wtorek: 7.00 – 17.00<br>piątek: 8.00 – 14.00<br>w piątek nie przyjmuje się<br>interesantów w sprawie świadczeń<br>rodzinnych | tel.: 25 675-41-09<br><a href="mailto:gops@jadow.az.pl">gops@jadow.az.pl</a><br><a href="http://www.gmina.jadow.az.pl">www.gmina.jadow.az.pl</a>                                                                                                              |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej | ul. Żymirskiego 38,<br>05-205 Klembów                                                 | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: dzień wewnętrzny                                                                                       | tel.: 29 799-93-90<br><a href="mailto:gops@klembow.pl">gops@klembow.pl</a><br><a href="http://www.gops.klembow.pl">www.gops.klembow.pl</a>                                                                                                                    |
| Ośrodek Pomocy Społecznej        | ul. Żymirskiego 2,<br>05-230 Kobyłka<br>♿ windą przez<br>Ośrodek Zdrowia              | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek: 8.00 – 16.00<br>czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 15.00                                                                            | tel.: 22 763-42-72<br>świadczenia rodzinne, fundusz<br>alimentacyjny, becikowe, 500+:<br>tel.: 22 763-42-61<br><a href="mailto:ops.kobylka@interia.pl">ops.kobylka@interia.pl</a><br><a href="http://www.opskobylka.naszops.pl">www.opskobylka.naszops.pl</a> |
| Ośrodek Pomocy Społecznej        | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿<br>świadczenia rodzinne: ul.<br>Lisa Kuli 5A | poniedziałek, wtorek, czwartek,<br>piątek: 8.00 – 16.00<br>środa: 8.00 – 18.00                                                                                                  | tel.: 22 771-30-23,<br>22 761-91-77 – świadczenia<br>rodzinne<br><a href="mailto:ops@marki.pl">ops@marki.pl</a><br><a href="http://www.ops.marki.pl">www.ops.marki.pl</a>                                                                                     |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej | ul. Szkolna 2,<br>05-326 Poświętne<br>♿                                               | poniedziałek: 10.00 – 18.00<br>wtorek – piątek: 7.30 – 15.30                                                                                                                    | tel.: 25 752-03-80<br><a href="mailto:gops@ugposwietne.pl">gops@ugposwietne.pl</a><br><a href="http://www.gops.poswietne.bip-e.pl">www.gops.poswietne.bip-e.pl</a>                                                                                            |
| Ośrodek Pomocy Społecznej        | ul. Weteranów 31,<br>05-250 Radzymin                                                  | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 16.00                                                                                                                                          | tel.: 22 786-54-86<br><a href="mailto:ops@radzymin.pl">ops@radzymin.pl</a><br><a href="http://www.ops.radzymin.pl">www.ops.radzymin.pl</a>                                                                                                                    |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej | ul. Norwida 6,<br>05-282 Strachówka                                                   | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 16.00                                                                                                                                          | tel.: 25 676-06-73<br><a href="mailto:strachowka@ops.pl">strachowka@ops.pl</a><br><a href="http://www.strachowka.com.pl">www.strachowka.com.pl</a>                                                                                                            |
| Ośrodek Pomocy Społecznej        | ul. Warszawska 10,<br>05-240 Tłuszcz<br>♿                                             | poniedziałek: 8.00 – 16.00<br>wtorek: 8.00 – 18.00<br>środa: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 14.00                                                                               | tel.: 29 777-52-90<br>tel.: 29 642-99-23 – świadczenia<br>rodzinne<br><a href="mailto:osrodek@ops.tluszcz.pl">osrodek@ops.tluszcz.pl</a><br><a href="http://www.opstluszcz.pl">www.opstluszcz.pl</a>                                                          |
| Ośrodek Pomocy Społecznej        | al Armii Krajowej 34,<br>05-200 Wołomin                                               | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek: 8.00 – 16.00<br>czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 15.00                                                                            | tel.: 22 787-27-01, 776-50-23<br><a href="mailto:ops@ops.wolomin.pl">ops@ops.wolomin.pl</a><br><a href="http://www.ops.wolomin.pl">www.ops.wolomin.pl</a>                                                                                                     |
| Ośrodek Pomocy Społecznej        | ul. Wojska Polskiego 1,<br>05-091 Ząbki<br>♿                                          | poniedziałek: 10.00 – 18.00<br>wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 7.00 – 15.00                                                                                          | tel.: 22 510-98-03 (do 22)<br><a href="mailto:ops@zabki.pl">ops@zabki.pl</a><br><a href="http://www.opszabki.pl">www.opszabki.pl</a>                                                                                                                          |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                   |                                                                                                                           |                                                             |                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ośrodek Pomocy Społecznej         | ul. Literacka 20,<br>05-220 Zielonka<br> | poniedziałek: 9.00 – 17.00<br>wtorek – piątek: 8.00 – 16.00 | tel.: 22 781-03-51, 761-00-47<br><a href="mailto:ops_zielonka@o2.pl">ops_zielonka@o2.pl</a><br><a href="http://www.zielonka.pl">www.zielonka.pl</a>                             |
| Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie | ul. Wileńska 29A,<br>05-200 Wołomin                                                                                       | poniedziałek: 9.00 – 17.00<br>wtorek – piątek: 8.00 – 16.00 | tel.: 22 776-44-95 (96)<br><a href="mailto:sekretariat@pcprwołomin.pl">sekretariat@pcprwołomin.pl</a><br><a href="http://www.wolomin.naszepcpr.pl">www.wolomin.naszepcpr.pl</a> |

### 5. PORADNICTWO W SPRAWIE ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

#### Zakres poradnictwa:

Przeciwdziałanie powstawaniu i usuwanie następstw nadużywania alkoholu poprzez oddziaływanie na osoby nadużywające alkoholu oraz udzielanie pomocy ich rodzinom. Przeciwdziałanie następstwom innych uzależnień, oddziaływanie na osoby uzależnione i udzielanie pomocy ich rodzinom.

#### Kryteria dostępu:

Osoby i rodziny, które mają trudności lub wykazują potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu problemów alkoholowych i innych uzależnień.

| Jednostka prowadząca             | Adres                                                                                                                                                      | Dni i godziny dyżurów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej | ul. T. Kościuszki 14,<br>05-252 Dąbrowka<br>                             | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek – środa: 7.30 – 15.30<br>piątek: 7.30 – 14.30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | tel.: 29 757-80-25, 731-907-002<br><a href="mailto:gops@dabrowka.net.pl">gops@dabrowka.net.pl</a><br><a href="http://www.bip.dabrowka.net.pl">www.bip.dabrowka.net.pl</a>                                                                                                     |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej | pl. Dreszera 17,<br>05-280 Jadów<br>                                    | dyżury przewodniczącego<br>środa i czwartek 10.00 – 14.00<br><br>konsultant ds. uzależnień<br>czwartek: 16.00 – 19.00<br>naprzemiennie w Dąbrowce lub<br>Przychodni Lekarskiej<br>Świat Zdrowia „Kuligów”<br>Kuligów ul. Warszawska 5<br><br>psycholog,<br>w co drugi poniedziałek miesiąca<br>13.00 – 19.00<br><br>specjalista z zakresu<br>przeciwdziałania przemocy<br>w rodzinie 2 x w miesiącu<br>Dąbrowka ul. Kościuszki 14 | tel.: 25 675-41-09<br><br>spotkania z konsultantem po<br>wcześniejszym umówieniu terminu<br>z przewodniczącym<br><br>tel.: 606-442-272<br>po wcześniejszym<br>umówieniu terminu<br><br>umawianie terminu wizyty pod<br>numerem tel.: 29 757-80-25,<br>tel.: 29 642-82-73 (74) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej | ul. Żymirskiego 38,<br>05-205 Klembów                                                                                                                      | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek dzień wewnętrzny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | tel.: 29 799-93-90<br><a href="mailto:gops@klembow.pl">gops@klembow.pl</a><br><a href="http://www.gops.klembow.pl">www.gops.klembow.pl</a>                                                                                                                                    |
| Ośrodek Pomocy Społecznej        | ul. Żymirskiego 2,<br>05-230 Kobyłka<br> windą przez<br>Ośrodek Zdrowia | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek: 8.00 – 16.00<br>czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 15.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | tel.: 22 763-42-72<br>świadczenia rodzinne, fundusz<br>alimentacyjny, becikowe, 500+:<br>tel.: 22 763-42-61<br><a href="mailto:ops.kobylka@interia.pl">ops.kobylka@interia.pl</a><br><a href="http://www.opskobylka.naszops.pl">www.opskobylka.naszops.pl</a>                 |
| Ośrodek Pomocy Społecznej        | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>                                 | poniedziałek, wtorek, czwartek,<br>piątek: 8.00 – 16.00<br>środa: 8.00 – 18.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | tel.: 22 771-30-23, 725-700-750<br><a href="mailto:ops@marki.pl">ops@marki.pl</a><br><a href="http://www.ops.marki.pl">www.ops.marki.pl</a>                                                                                                                                   |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej | ul. Szkolna 2,<br>05-326 Poświętne<br>                                  | poniedziałek: 10.00 – 18.00<br>wtorek – piątek: 7.30 – 15.30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | tel.: 25 752-03-80<br><a href="mailto:gops@ugposwietne.pl">gops@ugposwietne.pl</a><br><a href="http://www.gops.poswietne.bip-e.pl">www.gops.poswietne.bip-e.pl</a>                                                                                                            |





## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                                     |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ośrodek Pomocy Społecznej                           | ul. Weteranów 31,<br>05-250 Radzymin                                                 | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 16.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | tel.: 22 786-54-86<br><a href="mailto:ops@radzymin.pl">ops@radzymin.pl</a><br><a href="http://www.ops.radzymin.pl">www.ops.radzymin.pl</a>                                                                                                             |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej                    | ul. Norwida 6,<br>05-282 Strachówka                                                  | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 16.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | tel.: 25 676-06-73<br><a href="mailto:strachowka@ops.pl">strachowka@ops.pl</a><br><a href="http://www.strachowka.com.pl">www.strachowka.com.pl</a>                                                                                                     |
| Ośrodek Pomocy Społecznej                           | ul. Warszawska 10,<br>05-240 Tłuszcz<br>♿                                            | poniedziałek: 8.00 – 16.00<br>wtorek: 8.00 – 18.00<br>środa: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 14.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | tel.: 22 787-27-01, 776-50-23<br><a href="mailto:ops@ops.wolomin.pl">ops@ops.wolomin.pl</a><br><a href="http://www.ops.wolomin.pl">www.ops.wolomin.pl</a>                                                                                              |
| Ośrodek Pomocy Społecznej                           | al. Armii Krajowej 34,<br>05-200 Wołomin                                             | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek: 8.00 – 16.00<br>czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 15.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | tel.: 22 510-98-03 (do 22)<br><a href="mailto:ops@zabki.pl">ops@zabki.pl</a><br><a href="mailto:ops-zabki@wp.pl">ops-zabki@wp.pl</a>                                                                                                                   |
| Ośrodek Pomocy Społecznej                           | ul. Wojska Polskiego 12,<br>05-091 Ząbki                                             | poniedziałek: 10.00 – 18.00<br>wtorek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 7.00 – 15.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | tel.: 22 510-98-03 (do 22)<br><a href="mailto:ops@zabki.pl">ops@zabki.pl</a><br><a href="http://www.opszabki.pl">www.opszabki.pl</a>                                                                                                                   |
| Ośrodek Pomocy Społecznej                           | ul. Literacka 20,<br>05-220 Zielonka<br>♿                                            | poniedziałek: 9.00 – 17.00<br>wtorek – piątek: 8.00 – 16.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | tel.: 22 781-03-51, 761-00-47<br><a href="mailto:ops_zielonka@o2.pl">ops_zielonka@o2.pl</a><br><a href="http://www.zielonka.pl">www.zielonka.pl</a>                                                                                                    |
| Konsultacyjny Punkt Pomocy edukacja ds. uzależnień  | ul. Wołomińska 1b,<br>05-230 Kobyłka<br>♿ budynek parterowy przy Urzędzie Miasta     | poniedziałek: 17.30 – 19.30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | tel.: 22 760-70-38<br>zapisy bezpośrednio pod wskazanym nr telefonu                                                                                                                                                                                    |
| Ośrodek Profilaktyki i Terapii Uzależnień SP ZOZ    | ul. Powstańców 12,<br>05-200 Wołomin<br>♿                                            | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 20.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | tel.: 22 787-85-43, 22 776-44-88<br><a href="mailto:sekretariat@optu-wolomin.pl">sekretariat@optu-wolomin.pl</a><br><a href="http://www.optu-wolomin.pl">www.optu-wolomin.pl</a>                                                                       |
| Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych | ul. Kościuszki 14,<br>05-252 Dąbrówka<br>♿<br>budynek na tyłach budynku Urzędu Gminy | dyżury przewodniczącego<br>środa i czwartek: 10.00 – 14.00<br><br>konsultant ds. uzależnień<br>czwartek: 16.00 – 19.00<br>naprzemiennie w Dąbrówce lub Przychodni Lekarskiej Świat Zdrowia „Kuligów”<br>Kuligów ul. Warszawska 5<br><br>psycholog, w co drugi poniedziałek miesiąca 13.00 – 19.00<br><br>specjalista z zakresu przeciwdziałania przemoc w rodzinie 2 x w miesiącu<br>Dąbrówka ul. Kościuszki 14 | tel.: 29 642-90-01<br><br>spotkania z konsultantem po wcześniejszym umówieniu terminu z przewodniczącą<br><br>tel.: 606-442-272 po wcześniejszym umówieniu terminu<br><br>umawianie terminu wizyty pod numerem tel.: 29 757-80-25<br>29 642-82-73 (74) |
| Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych | pl. Dreszera 17,<br>05-280 Jadów<br>♿ w siedzibie Ośrodka Pomocy Społecznej          | pierwszy i ostatni piątek miesiąca:<br>15.00 – 18.00 pomoc konsultacyjna w zakresie uzależnień;<br>drugi i trzeci piątek miesiąca:<br>terapeuta uzależnień, godziny ustalane indywidualnie                                                                                                                                                                                                                      | tel.: 22 785-44-10<br>– przewodnicząca komisji<br><a href="http://www.gmina.jadow.az.pl">www.gmina.jadow.az.pl</a>                                                                                                                                     |
| Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych | ul. Żymirskiego 1A,<br>05-205 Klembów<br>♿                                           | wtorek: 9.00 – 14.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | tel.: 29 753-88-41                                                                                                                                                                                                                                     |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                                      |                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych | ul. Wołomińska 1b,<br>05-230 Kobyłka<br>♿ wejście po prawej stronie bankomatu | 16.00 – 18.00 w dniach:<br>styczeń: 10, 17, 31; luty: 7, 21, 28;<br>marzec: 14, 21, 28 kwiecień: 04,<br>18, 25; maj: 9, 16, 30; czerwiec: 13,<br>20, 27; lipiec: 04; sierpień: 22, 29<br>wrzesień: 12, 19, 26; październik:<br>03, 17, 31; listopad: 7, 21, 28;<br>grudzień: 5, 12, 19                                                                                                                                                                                                                                                | tel.: 22 760-70-28<br><a href="mailto:mkrpa@kobyłka.pl">mkrpa@kobyłka.pl</a>                                                                                                                |
| Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych  | ul. Kościuszki 39A<br>05-270 Marki<br>♿                                       | poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | tel.: 609-771-310<br><a href="mailto:gkrpa@marki.pl">gkrpa@marki.pl</a>                                                                                                                     |
|                                                      | ul. Fabryczna 3<br>05-270 Marki<br>siedziba CAF3<br>♿                         | druga środa miesiąca 16.30 – 20.30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                             |
| Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych  | ul. Szkolna 2,<br>05-326 Poświętne<br>♿                                       | poniedziałek: 10.00 – 18.00<br>wtorek – piątek: 7.30 – 15.30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | tel.: 25 752-03-15,<br><a href="mailto:gops@ugposwietne.pl">gops@ugposwietne.pl</a><br><a href="http://www.gops.poswietne.bip-e.pl">www.gops.poswietne.bip-e.pl</a>                         |
| Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych  | ul. Letnia 15,<br>05-250 Radzymin<br>♿                                        | dyżur przewodniczącej:<br>środa: 15.30 – 18.30<br>dla osób nie radzących sobie z emocjami:<br>poniedziałek: 17.00 – 20.00<br>dla osób uzależnionych i współuzależnionych:<br>wtorek: 12.00 – 19.00<br>porady i konsultacje – dwie soboty w miesiącu: 8.00 – 14.00<br>Wspólnota Anonimowych Alkoholików AA „Oko Opatrzności”<br>poniedziałek: 18.00 – 20.00<br>czwartek, niedziela: 17.00 – 19.00<br>wtorek: 17.00 – 19.00                                                                                                             | tel.: 22 243-05-47<br>Przewodnicząca GKPPA:<br>tel.: 22 667-68-55, 698-573-803                                                                                                              |
| Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych  | ul. Norwida 6,<br>05-282 Strachówka                                           | w godzinach pracy Urzędu Gminy Strachówka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | tel.: do Urzędu Gminy<br>25 756-28-28<br><a href="mailto:gkrpa.strachowka@wp.pl">gkrpa.strachowka@wp.pl</a>                                                                                 |
| Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych  | ul. Warszawska 10,<br>05-240 Tłuszcz<br>♿                                     | Koordinator ds. Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii<br>Urząd Miejski w Tłuszczu<br>ul. Warszawska 10, pokój nr 46,<br>poniedziałek, czwartek:<br>9.00 – 13.00, wtorek: 9.00 – 17.00<br><br>Punkt konsultacyjny w Tłuszczu ul. Powstańców 27:<br>psycholog (psychoterapeuta)<br>środa: 11.30 – 18.30<br>psycholog wtorek: 12.00 – 19.00<br>prawnik czwartek: 15.00 – 17.00<br>wsparcie dla osób współuzależnionych, DDA (indywidualne, grupa):<br>poniedziałek 17.00 – 20.00 | tel.: 29 757-30-16 wew. 226<br><a href="mailto:a.jaworska@tluszcz.pl">a.jaworska@tluszcz.pl</a><br><br>tel.: 693-998-931<br><br>tel.: 571-347-575<br>tel.: 512-086-629<br>tel.: 694-660-689 |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                                                                                                                       |                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych                                                                                   | ul. Powstańców 12,<br>05-200 Wołomin<br>♿                                                     | spotkania komisji raz w miesiącu                                                                                                                                                                                                                              | tel.: 22 787-27-01,<br>22 776-50-23<br><a href="mailto:gkrpa@ops.wolomin.pl">gkrpa@ops.wolomin.pl</a><br><a href="http://www.ops.wolomin.pl">www.ops.wolomin.pl</a>                                                                      |
| Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych                                                                                  | ul. 3 Maja 14/16,<br>05-091 Ząbki                                                             | dla osób z problemem alkoholowym i ich rodzin:<br>środa – czwartek: 16.00 – 19.00<br>dla osób z problemem narkotykowym i ich rodzin:<br>czwartek: 18.30 – 20.30<br>grupa edukacyjno-terapeutyczna dla osób współuzależnionych:<br>poniedziałek: 17.15 – 20.15 | tel.: 22 781-63-61                                                                                                                                                                                                                       |
| Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych                                                                                  | ul. Literacka 20,<br>05-220 Zielonka<br>w Ośrodku Pomocy Społecznej pokój nr 9<br>♿           | czwartek: 12.00 – 18.00<br>piątek: 9.00 – 12.00                                                                                                                                                                                                               | tel.: 22 781-03-51 wew. 19                                                                                                                                                                                                               |
| Punkt Informacyjno-Konsultacyjny                                                                                                      | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                                      | poniedziałek: 16.00 – 19.00                                                                                                                                                                                                                                   | tel.: 504-171-291<br><a href="mailto:pik.marki@op.pl">pik.marki@op.pl</a>                                                                                                                                                                |
| Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego dla gmin: Jadów, Strachówka, Tłuszcz prowadzący: Stowarzyszenie Miłośników Urli z Urli | ul. Wczasowa 2,<br>05-281 Urle<br>♿                                                           | środa: 10.00 – 18.00<br>czwartek: 10.00 – 18.00<br>piątek: 10.00 – 18.00<br>zakres poradnictwa: pedagogiczne, psychologiczne, socjalne, psychoterapeutyczne, terapie ds. uzależnień                                                                           | tel.: 25 754-96-41<br>zapisy telefonicznie w godzinach pracy punktu lub za pośrednictwem e-maila<br><a href="mailto:smu.urle@o2.pl">smu.urle@o2.pl</a><br><a href="http://www.urle.waw.pl">www.urle.waw.pl</a>                           |
| Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania                                                                                  | Krajowe Biuro do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii<br>ul. Dereniowa 52/54,<br>02-776 Warszawa | czynny codziennie:<br>16.00 – 21.00                                                                                                                                                                                                                           | tel.: 800-199-990<br>infolinia bezpłatna<br><a href="mailto:kbpn@kbpn.gov.pl">kbpn@kbpn.gov.pl</a><br><a href="http://www.kbpn@kbpn.gov.pl">www.kbpn@kbpn.gov.pl</a><br><a href="http://www.narkomania.gov.pl">www.narkomania.gov.pl</a> |

## 6. PORADNICTWO W SPRAWIE PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE

### Zakres poradnictwa:

Interwencja kryzysowa i wsparcie m.in.: w postaci poradnictwa medycznego, psychologicznego, prawnego, socjalnego, zawodowego i rodzinnego, ochrona przed przemocą dla osób doznających lub narażonych na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, narażonych na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, naruszenie godności, nietykalności cielesnej, wolności, powodujące szkody na ich zdrowiu psychicznym i fizycznym, wywołujące cierpienia oraz krzywdy moralne.

### Kryterium dostępu:

Osoby doświadczające przemocy domowej.

| Jednostka prowadząca                                       | Adres                                                                       | Dni i godziny dyżurów                                                                 | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny | ul. T. Kościuszki 14,<br>05-252 Dąbrowka<br>♿                               | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek – czwartek: 7.30 – 15.30<br>piątek: 7.30 – 14.30 | tel.: 29 757-80-25, 731-907-002<br><a href="mailto:ewelina.sadlik@dabrowka.net.pl">ewelina.sadlik@dabrowka.net.pl</a><br><a href="mailto:gops@dabrowka.net.pl">gops@dabrowka.net.pl</a><br><a href="http://www.bip.dabrowka.net.pl">www.bip.dabrowka.net.pl</a> |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny | pl. Dreszera 17,<br>05-280 Jadów<br>♿ w siedzibie Ośrodka Pomocy Społecznej | raz w miesiącu 5 godzin                                                               | tel.: 25 675-41-09<br><a href="mailto:gops@jadow.az.pl">gops@jadow.az.pl</a><br><a href="http://www.gmina.jadow.az.pl">www.gmina.jadow.az.pl</a>                                                                                                                |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                                            |                                                                          |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny | ul. Żymirskiego 38,<br>05-205 Klembów                                    | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: dzień wewnętrzny                                                                                                                       | tel.: 29 799-93-90<br><a href="mailto:gops@klembow.pl">gops@klembow.pl</a><br><a href="http://www.gops.klembow.pl">www.gops.klembow.pl</a>                                                                                                                    |
| Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny        | ul. Żymirskiego 2,<br>05-230 Kobyłka<br>♿ windą przez<br>Ośrodek Zdrowia | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek: 8.00 – 16.00<br>czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 15.00                                                                                                            | tel.: 22 763-42-72<br>świadczenia rodzinne, fundusz<br>alimentacyjny, becikowe, 500+:<br>tel.: 22 763-42-61<br><a href="mailto:ops.kobylka@interia.pl">ops.kobylka@interia.pl</a><br><a href="http://www.opskobylka.naszops.pl">www.opskobylka.naszops.pl</a> |
| Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny        | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                 | poniedziałek, wtorek, czwartek,<br>piątek: 8.00 – 16.00<br>środa: 8.00 – 18.00                                                                                                                                  | tel.: 721-200-043<br><a href="mailto:zespol.interdyscyplinarny@marki.pl">zespol.interdyscyplinarny@marki.pl</a>                                                                                                                                               |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny | ul. Szkolna 2,<br>05-326 Poświętne                                       | poniedziałek: 10.00 – 18.00<br>wtorek – piątek: 7.30 – 15.30                                                                                                                                                    | tel.: 25 752-03-15<br><a href="mailto:gops@ugposwietne.pl">gops@ugposwietne.pl</a><br><a href="http://www.gops.poswietne.bip-e.pl">www.gops.poswietne.bip-e.pl</a>                                                                                            |
| Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny        | ul. Weteranów 31,<br>05-250 Radzymin                                     | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 16.00                                                                                                                                                                          | tel.: 22 786-54-86<br><a href="mailto:ops@radzymin.pl">ops@radzymin.pl</a><br><a href="http://www.ops.radzymin.pl">www.ops.radzymin.pl</a>                                                                                                                    |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny | ul. Norwida 6,<br>05-282 Strachówka                                      | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 16.00                                                                                                                                                                          | tel.: 25 676-06-73<br><a href="mailto:strachowka@ops.pl">strachowka@ops.pl</a><br><a href="http://www.strachowka.com.pl">www.strachowka.com.pl</a>                                                                                                            |
| Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny        | ul. Warszawska 10,<br>05-240 Tłuszcz<br>♿                                | poniedziałek: 8.00 – 16.00<br>wtorek: 8.00 – 18.00<br>środa: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 14.00                                                                                                               | tel.: 29 777-52-90<br>tel.: 29 642-99-23 – świadczenia<br>rodzinne<br><a href="mailto:osrodek@ops.tluszcz.pl">osrodek@ops.tluszcz.pl</a><br><a href="http://www.opstluszcz.pl">www.opstluszcz.pl</a>                                                          |
| Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny        | al Armii Krajowej 34,<br>05-200 Wołomin                                  | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek: 8.00 – 16.00<br>czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 15.00<br>Punkt Informacyjno-Konsultacyjny<br>dot. przemocy w rodzinie<br>poniedziałek – czwartek:<br>14.00-16.00 | tel.: 22 787-27-01, 776-50-23,<br>572-106-341 Punkt Informacyjno-<br>Konsultacyjny dot. przemocy<br>w rodzinie<br><a href="mailto:ops@ops.wolomin.pl">ops@ops.wolomin.pl</a><br><a href="http://www.ops.wolomin.pl">www.ops.wolomin.pl</a>                    |
| Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny        | ul. Wojska Polskiego 1,<br>05-091 Ząbki<br>♿                             | poniedziałek: 10.00 – 18.00<br>wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 7.00 – 15.00                                                                                                                          | tel.: 22 510-98-03 (do 22)<br><a href="mailto:ops@zabki.pl">ops@zabki.pl</a><br><a href="http://www.opszabki.pl">www.opszabki.pl</a>                                                                                                                          |
| Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny        | ul. Literacka 20,<br>05-220 Zielonka<br>♿                                | poniedziałek: 9.00 – 17.00<br>wtorek – piątek: 8.00 – 16.00                                                                                                                                                     | tel.: 22 781-03-51, 761-00-47<br><a href="mailto:ops_zielonka@o2.pl">ops_zielonka@o2.pl</a><br><a href="http://www.zielonka.pl">www.zielonka.pl</a>                                                                                                           |
| Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych        | ul. Kościuszki 39A<br>05-270 Marki<br>♿                                  | poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00                                                                                                                                                                             | tel.: 609-771-310<br><a href="mailto:gkrpa@marki.pl">gkrpa@marki.pl</a>                                                                                                                                                                                       |
|                                                            | ul. Fabryczna 3<br>05-270 Marki<br>siedziba CAF3<br>♿                    | druga środa miesiąca 16.30 – 20.30                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                               |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                                                                       |                                                                                                              |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Specjalistyczna<br>Poradnia Rodzinna<br>przy<br>Powiatowym Centrum<br>Pomocy Rodzinie | ul. Legionów 85,<br>05-200 Wołomin                                                                           | prawnik:<br>wtorek: 15.00 – 20.00<br>psycholog:<br>poniedziałek, czwartek, piątek:<br>7.00 – 18.00<br>wtorek, środa: 8.00 – 18.00       | tel.: 664-022-974<br>rejestracja od poniedziałku do<br>piątku w godzinach: 8.00 – 18.00<br><a href="mailto:spr@pcprwolomin.pl">spr@pcprwolomin.pl</a><br><a href="mailto:spr@pcprwolomin.home.pl">spr@pcprwolomin.home.pl</a><br><a href="http://www.wolomin.naszepcpr.pl">www.wolomin.naszepcpr.pl</a>                                    |
| Powiatowy Ośrodek<br>Interwencji Kryzysowej                                           | ul. Poniatowskiego 29,<br>05-220 Zielonka<br>♿                                                               | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 20.00<br>hostel – 7 dni w tygodniu całą<br>dobę, zgodnie z potrzebami osób<br>korzystających z pomocy  | tel.: 22 771-83-84,<br>504-221-017 – tel. interwencyjny<br>(24h)<br>porady za pośrednictwem e-maila:<br><a href="mailto:psychologpoikzielonka@gmail.com">psychologpoikzielonka@gmail.com</a><br><a href="mailto:poik@powiat-wolominski.pl">poik@powiat-wolominski.pl</a><br><a href="http://www.poik-zielonka.pl">www.poik-zielonka.pl</a> |
| Konsultacyjny Punkt<br>Pomocy                                                         | ul. Wołomińska 1b,<br>05-230 Kobyłka<br>♿ budynek parterowy<br>przy Urzędzie Miasta                          | poniedziałek: 17.30 – 19.30                                                                                                             | tel.: 22 760-70-38<br>zapisy bezpośrednio pod<br>wskazany nr telefonu                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Marecki Punkt Pomocy<br>Dziecku i Rodzinie                                            | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                                                     | wtorek: 9.00 – 14.00<br>(dla obywateli Ukrainy<br>z językiem ukraińskim i rosyjskim)<br>środa: 10.00 – 15.00<br>czwartek: 13.00 – 19.00 | tel.: 725-700-750 zapisy<br><a href="mailto:psycholog@opsmarki.pl">psycholog@opsmarki.pl</a>                                                                                                                                                                                                                                               |
| Punkt Informacyjno-<br>Konsultacyjny                                                  | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                                                     | poniedziałek: 14.00 – 18.00<br>piątek: 8.00 – 12.00                                                                                     | tel.: 504-171-291<br><a href="mailto:pik.marki@op.pl">pik.marki@op.pl</a>                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Wydział Prewencji<br>Komendy Powiatowej<br>Policji                                    | ul. Legionów 31a,<br>05-200 Wołomin<br>♿                                                                     | 24 godzin na dobę przez 7 dni<br>w tygodniu                                                                                             | tel.: 22 776-45-08,<br>47 724-77-21 (do 23)                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Ogólnopolskie<br>Pogotowie dla Ofiar<br>Przemocy w Rodzinie<br>„Niebieska Linia”      | Państwowa Agencja<br>Rozwiązywania<br>Problemów<br>Alkoholowych<br>Al. Jerozolimskie 155,<br>02-326 Warszawa | godziny pracy sekretariatu:<br>poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00                                                                      | tel.: 800-120-002<br>infolinia bezpłatna<br>telefon infolinii czynny całą dobę<br><a href="http://www.niebieskalinia.info">www.niebieskalinia.info</a><br><a href="mailto:info@niebieskalinia.org">info@niebieskalinia.org</a>                                                                                                             |

### 7. PORADNICTWO W RAMACH INTERWENCJI KRYZYSOWEJ

#### Zakres poradnictwa:

Poradnictwo i wsparcie w działaniu dla osób i rodzin znajdujących się w sytuacji kryzysowej w wyniku zdarzeń losowych, klęsk żywiołowych umyślnych działań lub zaniechań, naruszających prawa lub dobra osobiste osób lub rodzin.

#### Kryterium dostępu:

Osoby i rodziny dotknięte sytuacją kryzysową w formie wsparcia bezpłatnego.

| Jednostka prowadząca                | Adres                                         | Dni i godziny dyżurów                                                                                                                                                           | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Gminny Ośrodek<br>Pomocy Społecznej | ul. T. Kościuszki 14,<br>05-252 Dąbrówka<br>♿ | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek – środa: 7.30 – 15.30<br>piątek: 7.30 – 14.30                                                                                              | tel.: 29 757-80-25, 731-907-002<br><a href="mailto:gops@dabrowka.net.pl">gops@dabrowka.net.pl</a><br><a href="http://www.bip.dabrowka.net.pl">www.bip.dabrowka.net.pl</a> |
| Gminny Ośrodek<br>Pomocy Społecznej | pl. Dreszera 17,<br>05-280 Jadów<br>♿         | poniedziałek, wtorek, czwartek:<br>8.00 – 16.00<br>wtorek: 7.00 – 17.00<br>piątek: 8.00 – 14.00<br>w piątek nie przyjmuje się<br>interesantów w sprawie świadczeń<br>rodzinnych | tel.: 25 675-41-09<br><a href="mailto:gops@jadow.az.pl">gops@jadow.az.pl</a><br><a href="http://www.gmina.jadow.az.pl">www.gmina.jadow.az.pl</a>                          |
| Gminny Ośrodek<br>Pomocy Społecznej | ul. Żymirskiego 38,<br>05-205 Klembów         | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: dzień wewnętrzny                                                                                       | tel.: 29 799-93-90<br><a href="mailto:gops@klembow.pl">gops@klembow.pl</a><br><a href="http://www.gops.klembow.pl">www.gops.klembow.pl</a>                                |





## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                                       |                                                                                         |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ośrodek Pomocy Społecznej                             | ul. Żymirskiego 2,<br>05-230 Kobyłka<br>♿ windą przez<br>Ośrodek Zdrowia                | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek: 8.00 – 16.00<br>czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 15.00                                   | tel.: 22 763-42-72<br>świadczenia rodzinne, fundusz<br>alimentacyjny, becikowe, 500+:<br>tel.: 22 763-42-61<br><a href="mailto:ops.kobylka@interia.pl">ops.kobylka@interia.pl</a><br><a href="http://www.opskobylka.naszops.pl">www.opskobylka.naszops.pl</a>                                                                              |
| Ośrodek Pomocy Społecznej                             | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                                | poniedziałek, wtorek, czwartek,<br>piątek: 8.00 – 16.00<br>środa: 8.00 – 18.00                                                         | tel.: 22 771-30-23, 725-700-750<br><a href="mailto:interwencja@marki.pl">interwencja@marki.pl</a><br><a href="http://www.ops.marki.pl">www.ops.marki.pl</a>                                                                                                                                                                                |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej                      | ul. Szkolna 2,<br>05-326 Poświętne<br>♿                                                 | poniedziałek: 10.00 – 18.00<br>wtorek – piątek: 7.30 – 15.30                                                                           | tel.: 25 752-03-80<br><a href="mailto:gops@ugposwietne.pl">gops@ugposwietne.pl</a><br><a href="http://www.gops.poswietne.bip-e.pl">www.gops.poswietne.bip-e.pl</a>                                                                                                                                                                         |
| Ośrodek Pomocy Społecznej                             | ul. Weteranów 31,<br>05-250 Radzymin                                                    | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 16.00                                                                                                 | tel.: 22 786-54-86<br><a href="mailto:ops@radzymin.pl">ops@radzymin.pl</a><br><a href="http://www.ops.radzymin.pl">www.ops.radzymin.pl</a>                                                                                                                                                                                                 |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej                      | ul. Norwida 6,<br>05-282 Strachówka                                                     | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 16.00                                                                                                 | tel.: 25 676-06-73<br><a href="mailto:strachowka@ops.pl">strachowka@ops.pl</a><br><a href="http://www.strachowka.com.pl">www.strachowka.com.pl</a>                                                                                                                                                                                         |
| Ośrodek Pomocy Społecznej                             | ul. Warszawska 10,<br>05-240 Tłuszcz<br>♿<br>świadczenia rodzinne:<br>ul. Powstańców 27 | poniedziałek: 8.00 – 16.00<br>wtorek: 8.00 – 18.00<br>środa: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 14.00                                      | tel.: 29 777-52-90<br>tel.: 29 642-99-23 – świadczenia<br>rodzinne<br><a href="mailto:osrodek@ops.tluszcz.pl">osrodek@ops.tluszcz.pl</a><br><a href="http://www.opstluszcz.pl">www.opstluszcz.pl</a>                                                                                                                                       |
| Ośrodek Pomocy Społecznej                             | al Armii Krajowej 34,<br>05-200 Wołomin                                                 | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek: 8.00 – 16.00<br>czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 15.00                                   | tel.: 22 787-27-01, 776-50-23,<br>572-106-341 Punkt Informacyjno-<br>Konsultacyjny dot. przemocy<br>w rodzinie<br><a href="mailto:ops@ops.wolomin.pl">ops@ops.wolomin.pl</a><br><a href="http://www.ops.wolomin.pl">www.ops.wolomin.pl</a>                                                                                                 |
| Ośrodek Pomocy Społecznej                             | ul. Wojska Polskiego 1,<br>05-091 Ząbki<br>♿                                            | poniedziałek: 10.00 – 18.00<br>wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 7.00 – 15.00                                                 | tel.: 22 510-98-03 (do 22)<br><a href="mailto:ops@zabki.pl">ops@zabki.pl</a><br><a href="http://www.opszabki.pl">www.opszabki.pl</a>                                                                                                                                                                                                       |
| Ośrodek Pomocy Społecznej                             | ul. Literacka 20,<br>05-220 Zielonka<br>♿                                               | poniedziałek: 9.00 – 17.00<br>wtorek – piątek: 8.00 – 16.00                                                                            | tel.: 22 781-03-51, 761-00-47<br><a href="mailto:ops_zielonka@o2.pl">ops_zielonka@o2.pl</a><br><a href="http://www.zielonka.pl">www.zielonka.pl</a>                                                                                                                                                                                        |
| Punkt Informacyjno-Konsultacyjny                      | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                                | poniedziałek: 14.00 – 18.00<br>piątek: 8.00 – 12.00                                                                                    | tel.: 504-171-291<br><a href="mailto:pik.marki@op.pl">pik.marki@op.pl</a>                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej              | ul. Poniatowskiego 29,<br>05-220 Zielonka<br>♿                                          | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 20.00<br>hostel – 7 dni w tygodniu całą<br>dobę, zgodnie z potrzebami osób<br>korzystających z pomocy | tel.: 22 771-83-84,<br>504-221-017 – tel. interwencyjny<br>(24h)<br>porady za pośrednictwem e-maila:<br><a href="mailto:psychologpoikzielonka@gmail.com">psychologpoikzielonka@gmail.com</a><br><a href="mailto:poik@powiat-wolominski.pl">poik@powiat-wolominski.pl</a><br><a href="http://www.poik-zielonka.pl">www.poik-zielonka.pl</a> |
| Wydział Zarządzania Kryzysowego Starostwa Powiatowego | ul. Sasina 15,<br>05-200 Wołomin<br>♿                                                   | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 15.00                                                  | tel.: 22 776-03-00 (02)<br><a href="mailto:pczk@powiat-wolominski.pl">pczk@powiat-wolominski.pl</a>                                                                                                                                                                                                                                        |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

### Zakres poradnictwa:

Monitorowanie bezpieczeństwa.

### Kryterium dostępu:

Osoba będąca świadkiem zagrożenia kryzysowego, osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego.

|                                 |                                                                         |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Centralne Zarządzanie Kryzysowe | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa<br>ul. Rakowiecka 2A,<br>00-993 Warszawa | 24 godziny na dobę przez 7 dni<br>w tygodniu | całodobowy dyżur:<br>tel.: 22 361-69-00, 785-700-177<br>e-mail:<br><a href="mailto:dyzurny@rcb.gov.pl">dyzurny@rcb.gov.pl</a><br><a href="http://www.rcl.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe">www.rcl.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe</a><br><a href="mailto:poczta@rcb.gov.pl">poczta@rcb.gov.pl</a> |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 8. PORADNICTWO DLA BEZROBOTNYCH

### Zakres poradnictwa:

Poradnictwo i aktywizacja zawodowa osób biernych na rynku pracy (bezrobotni, poszukujący pracy).

### Kryterium dostępu:

Osoby bezrobotne, poszukujące pracy, pracodawcy.

| Jednostka prowadząca                                                                  | Adres                                                                                                                                                      | Dni i godziny dyżurów                                                                                                                                                                                 | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Powiatowy Urząd Pracy dla gmin: Kobyłka, Poświętne, Wołomin, Ząbki, Zielonka          | ul. Warszawska 5a,<br>05-200 Wołomin<br>                                 | godziny otwarcia:<br>poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00<br>godziny przyjmowania<br>interesantów:<br>poniedziałek – piątek: 8.30 – 14.30<br>Klub Pracy czynny<br>poniedziałek - piątek: 12:00 – 14.30 | tel.: 22 787-46-20, 22 787 54-64<br><a href="mailto:wawo@praca.gov.pl">wawo@praca.gov.pl</a><br><a href="https://wolomin.praca.gov.pl">https://wolomin.praca.gov.pl</a>                                                                                       |
| Powiatowy Urząd Pracy, Filia w Radzyminie dla gmin: Dąbrówka, Marki, Radzymin         | ul. Komunalna 8A,<br>05-250 Radzymin<br>                                | godziny otwarcia:<br>poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00<br>godziny przyjmowania<br>interesantów:<br>poniedziałek – piątek: 8.30 – 14.30                                                              | tel.: 22 786-52-72, 22 786 55-15<br><a href="mailto:wawora@praca.gov.pl">wawora@praca.gov.pl</a><br><a href="https://wolomin.praca.gov.pl">https://wolomin.praca.gov.pl</a>                                                                                   |
| Powiatowy Urząd Pracy Filia w Tłuszczu dla gmin: Jadów, Klembów, Strachówka, Tłuszcz. | ul. Warszawska 10,<br>05-240 Tłuszcz<br>                                | godziny otwarcia:<br>poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00<br>godziny przyjmowania<br>interesantów:<br>poniedziałek – piątek: 8.30 – 14.30                                                              | tel.: 29 757 21-43<br><a href="mailto:wawotl@praca.gov.pl">wawotl@praca.gov.pl</a><br><a href="https://wolomin.praca.gov.pl">https://wolomin.praca.gov.pl</a>                                                                                                 |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej                                                      | ul. T. Kościuszki 14,<br>05-252 Dąbrówka<br>                            | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek – środa: 7.30 – 15.30<br>piątek: 7.30 – 14.30                                                                                                                    | tel.: 29 757-80-25, 731-907-002<br><a href="mailto:gops@dabrowka.net.pl">gops@dabrowka.net.pl</a><br><a href="http://www.bip.dabrowka.net.pl">www.bip.dabrowka.net.pl</a>                                                                                     |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej                                                      | pl. Dreszera 17,<br>05-280 Jadów<br>                                    | poniedziałek, wtorek, czwartek:<br>8.00 – 16.00<br>wtorek: 7.00 – 17.00<br>piątek: 8.00 – 14.00<br>w piątek nie przyjmuje się<br>interesantów w sprawie świadczeń<br>rodzinnych                       | tel.: 25 675-41-09<br><a href="mailto:gops@jadow.az.pl">gops@jadow.az.pl</a><br><a href="http://www.gmina.jadow.az.pl">www.gmina.jadow.az.pl</a>                                                                                                              |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej                                                      | ul. Żymirskiego 38,<br>05-205 Klembów                                                                                                                      | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: dzień wewnętrzny                                                                                                             | tel.: 29 799-93-90<br><a href="mailto:gops@klembow.pl">gops@klembow.pl</a><br><a href="http://www.gops.klembow.pl">www.gops.klembow.pl</a>                                                                                                                    |
| Ośrodek Pomocy Społecznej                                                             | ul. Żymirskiego 2,<br>05-230 Kobyłka<br> windą przez<br>Ośrodek Zdrowia | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek: 8.00 – 16.00<br>czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 15.00                                                                                                  | tel.: 22 763-42-72<br>świadczenia rodzinne, fundusz<br>alimentacyjny, becikowe, 500+:<br>tel.: 22 763-42-61<br><a href="mailto:ops.kobylka@interia.pl">ops.kobylka@interia.pl</a><br><a href="http://www.opskobylka.naszops.pl">www.opskobylka.naszops.pl</a> |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                                                               |                                                                                                              |                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ośrodek Pomocy Społecznej                                                     | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                                                     | poniedziałek, wtorek, czwartek,<br>piątek: 8.00 – 16.00<br>środa: 8.00 – 18.00                       | tel.: 22 771-30-23,<br>tel.: 761-91-77<br>świadczenia rodzinne<br><a href="mailto:ops@marki.pl">ops@marki.pl</a><br><a href="http://www.ops.marki.pl">www.ops.marki.pl</a>                                                          |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej                                              | ul. Szkolna 2,<br>05-326 Poświętne<br>♿                                                                      | poniedziałek: 10.00 – 18.00<br>wtorek – piątek: 7.30 – 15.30                                         | tel.: 25 752-03-80<br><a href="mailto:gops@ugposwietne.pl">gops@ugposwietne.pl</a><br><a href="http://www.gops.poswietne.bip-c.pl">www.gops.poswietne.bip-c.pl</a>                                                                  |
| Ośrodek Pomocy Społecznej                                                     | ul. Weteranów 31,<br>05-250 Radzymin                                                                         | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 16.00                                                               | tel.: 22 786-54-86<br><a href="mailto:ops@radzymin.pl">ops@radzymin.pl</a><br><a href="http://www.ops.radzymin.pl">www.ops.radzymin.pl</a>                                                                                          |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej                                              | ul. Norwida 6,<br>05-282 Strachówka                                                                          | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 16.00                                                               | tel.: 25 676-06-73<br><a href="mailto:strachowka@ops.pl">strachowka@ops.pl</a><br><a href="http://www.strachowka.com.pl">www.strachowka.com.pl</a>                                                                                  |
| Ośrodek Pomocy Społecznej                                                     | ul. Warszawska 10,<br>05-240 Tłuszcz<br>♿                                                                    | poniedziałek: 8.00 – 16.00<br>wtorek: 8.00 – 18.00<br>środa: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 14.00    | tel.: 29 777-52-90<br>tel.: 29 642-99-23 – świadczenia rodzinne<br><a href="mailto:osrodek@ops.tluszcz.pl">osrodek@ops.tluszcz.pl</a><br><a href="http://www.opstluszcz.pl">www.opstluszcz.pl</a>                                   |
| Ośrodek Pomocy Społecznej                                                     | al Armii Krajowej 34,<br>05-200 Wołomin                                                                      | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek: 8.00 – 16.00<br>czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 15.00 | tel.: 22 787-27-01, 776-50-23,<br>572-106-341 Punkt Informacyjno-Konsultacyjny dot. przemocy w rodzinie<br><a href="mailto:ops@ops.wolomin.pl">ops@ops.wolomin.pl</a><br><a href="http://www.ops.wolomin.pl">www.ops.wolomin.pl</a> |
| Ośrodek Pomocy Społecznej                                                     | ul. Wojska Polskiego 1,<br>05-091 Ząbki<br>♿                                                                 | poniedziałek: 10.00 – 18.00<br>wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 7.00 – 15.00               | tel.: 22 510-98-03 (do 22)<br><a href="mailto:ops@zabki.pl">ops@zabki.pl</a><br><a href="http://www.opszabki.pl">www.opszabki.pl</a>                                                                                                |
| Ośrodek Pomocy Społecznej                                                     | ul. Literacka 20,<br>05-220 Zielonka<br>♿                                                                    | poniedziałek: 9.00 – 17.00<br>wtorek – piątek: 8.00 – 16.00                                          | tel.: 22 781-03-51, 761-00-47<br><a href="mailto:ops_zielonka@o2.pl">ops_zielonka@o2.pl</a><br><a href="http://www.zielonka.pl">www.zielonka.pl</a>                                                                                 |
| Punkt Informacyjno-Konsultacyjny                                              | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                                                     | poniedziałek: 14.00 – 18.00<br>piątek: 8.00 – 12.00                                                  | tel.: 504-171-291<br><a href="mailto:pik.marki@op.pl">pik.marki@op.pl</a>                                                                                                                                                           |
| Infolinia Urzędów Pracy – Zielona Linia (informacje o usługach urzędów pracy) | Centrum Informacyjno-Konsultacyjne Służb Zatrudnienia Zielona Linia<br>ul. Trawiasta 20b<br>15-161 Białystok | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 18.00                                                               | tel.: 19-524 z Polski,<br>+ 48 22 19-524 z zagranicy<br><a href="mailto:kontakt@zielonalinia.gov.pl">kontakt@zielonalinia.gov.pl</a><br><a href="http://www.zielonalinia.gov.pl">www.zielonalinia.gov.pl</a>                        |

## 9. PORADNICTWO DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

### Zakres poradnictwa:

Usługa kierowana do osób, które w wyniku działań innych osób lub zdarzeń losowych bądź zaniechania, nieuwagi doznały uszczerbku na zdrowiu fizycznym i psychicznym, stanie posiadania.

### Kryterium dostępu:

Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie.



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

| Jednostka prowadząca                                                                            | Adres                                                                                                             | Dni i godziny dyżurów                                                                                      | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Komenda Powiatowa Policji                                                                       | ul. Wileńska 43a,<br>05-200 Wołomin<br>♿                                                                          | 24 godziny na dobę przez 7 dni<br>w tygodniu                                                               | tel.: 22 776-20-21<br><a href="mailto:komendant.wolomin@ksp.policja.gov.pl">komendant.wolomin@ksp.policja.gov.pl</a><br><a href="http://www.kppwolomin.policja.waw.pl">www.kppwolomin.policja.waw.pl</a><br>profilaktyka społeczna:<br>tel.: 22 724-77-21 (do 23) wew.<br>112, 113<br><br>Policyjny Telefon Zaufania:<br>800-120-226 |
| Komisariat Policji                                                                              | ul. Poniatowskiego 25,<br>05-280 Jadów                                                                            | 24 godziny na dobę przez 7 dni<br>w tygodniu                                                               | tel.: 25 675-40-07, 47 724-78-77                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Komisariat Policji                                                                              | ul. ks. Marmo 13,<br>05-230 Kobyłka<br>♿                                                                          | 24 godziny na dobę przez 7 dni<br>w tygodniu                                                               | tel.: 22 786-36-60, 47 724-78-46,<br>47 734-78-47                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Komisariat Policji                                                                              | ul. Sportowa 5,<br>05-270 Marki<br>♿                                                                              | 24 godziny na dobę przez 7 dni<br>w tygodniu                                                               | tel. miejski: 22 781-23-20,<br>22 761-80-80, 47 724-77-61                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Komisariat Policji                                                                              | ul. R. Traugutta 17<br>05-250 Radzymin                                                                            | 24 godziny na dobę przez 7 dni<br>w tygodniu                                                               | tel.: 22 786-50-07                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Punkt Obsługi Interesanta<br>dla mieszkańców<br>Gminy Dąbrówka                                  | ul. Kościuszki 14<br>05-252 Dąbrówka                                                                              | poniedziałki i piątki: 10.00 – 13.00                                                                       | dyżur dzielnicowego<br>z KP Radzymin<br>tel.: 600-997-212                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Komisariat Policji                                                                              | ul. Szkolna 6,<br>05-240 Tłuszcz<br>♿                                                                             | 24 godziny na dobę przez 7 dni<br>w tygodniu                                                               | tel.: 29 757-31-85, 47 724-77-02                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Komisariat Policji                                                                              | ul. Górnośląska 30,<br>05-091 Żąbki<br>♿                                                                          | 24 godziny na dobę przez 7 dni<br>w tygodniu                                                               | tel.: 22 762-10-80, 47 724-78-21                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Komisariat Policji                                                                              | ul. Piastowska 17,<br>05-220 Zielonka<br>♿                                                                        | 24 godziny na dobę przez 7 dni<br>w tygodniu                                                               | tel.: 22 781-00-07, 22 781-01-13,<br>47 724 78 01                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Punkt Informacyjno-<br>Konsultacyjny                                                            | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                                                          | poniedziałek: 14.00 – 18.00<br>piątek: 8.00 – 12.00                                                        | tel.: 504-171-291<br><a href="mailto:pik.marki@op.pl">pik.marki@op.pl</a>                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zespół<br>Interdyscyplinarny                                                                    | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                                                          | poniedziałek, wtorek, czwartek,<br>piątek: 8.00 – 16.00<br>środa: 8.00 – 18.00                             | tel.: 721-200-043<br><a href="mailto:zespol.interdyscyplinarny@marki.pl">zespol.interdyscyplinarny@marki.pl</a>                                                                                                                                                                                                                      |
| Dom Samotnej Matki<br>w Zielonce<br>prowadzony przez<br>CARITAS Diecezji<br>Warszawsko-Praskiej | ul. Kilińskiego 63,<br>05-220 Zielonka                                                                            | 24 godziny na dobę przez 7 dni<br>w tygodniu<br>kontakt, przyjęcia:<br>poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00 | tel.: 22 781-09-79, 797-542-148<br><a href="mailto:dsm.zielonka@caritas.pl">dsm.zielonka@caritas.pl</a>                                                                                                                                                                                                                              |
| Informacja<br>o Ośrodkach Pomocy<br>Pokrzywdzonym<br>Przestępstwem                              | Departament Funduszu<br>Sprawiedliwości<br>Ministerstwa Sprawiedliwości<br>Al. Ujazdowskie 11,<br>00-950 Warszawa | poniedziałek – piątek:<br>8.15 – 16.15                                                                     | Linia Pomocy Pokrzywdzonym:<br>tel.: 222-309-900<br><a href="mailto:funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl">funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl</a><br><a href="http://www.pokrzywdzeni.gov.pl">www.pokrzywdzeni.gov.pl</a>                                                                                                                   |

**Osoby pokrzywdzone przestępstwem mogą także skorzystać z:**

2. PORADNICTWA PSYCHOLOGICZNEGO

4. PORADNICTWA Z ZAKRESU POMOCY SPOŁECZNEJ

6. PORADNICTWA W SPRAWIE PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE

7. PORADNICTWA W RAMACH INTERWENCJI KRYZYSOWEJ

11. PORADNICTWA Z ZAKRESU PRAW DZIECKA

17. NIEODPŁATNEJ POMOCY PRAWNEJ, NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA OBYWATELSKIEGO

– STRONA 4

– STRONA 7

– STRONA 11

– STRONA 13

– STRONA 18

– STRONA 22



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

### 10. PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAW KONSUMENTÓW

**Zakres poradnictwa:**

Bezpłatne poradnictwo konsumenckie, informacja prawna w zakresie ochrony interesów konsumentów, podejmowanie działań na rzecz konsumentów.

**Kryterium dostępu:**

Mieszkańcy powiatu wołomińskiego, zawierający umowy na zakup towarów i usług.

| Jednostka prowadząca                       | Adres                                                        | Dni i godziny dyżurów                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Powiatowy Rzecznik Konsumentów             | ul. Wileńska 29A,<br>05-200 Wołomin<br>parter, pokój nr 0.11 | Rzecznik telefonicznie udziela porad konsumenckich:<br>poniedziałek: 10.00 – 17.00,<br>wtorek, środa, czwartek i piątek:<br>8.00 – 15.00<br>Rzecznik osobiście udziela porad konsumenckich:<br>poniedziałek: 10.30 – 17.00<br>czwartek: 9.00 – 15.00<br>po wcześniejszym umówieniu spotkania tel.: 22 346-11-21 | tel.: 22 346-11-21<br><a href="mailto:rpk@powiat-wolominski.pl">rpk@powiat-wolominski.pl</a><br>Rzecznik nie udziela porad za pośrednictwem e-maila.                                                                                |
| Wojewódzki Inspektorat Inspekcji Handlowej | ul. Sienkiewicza 3,<br>00-015 Warszawa                       | poniedziałek – piątek:<br>8.15 – 16.15<br>dyżur:<br>środa: 16.15 – 18.00                                                                                                                                                                                                                                        | tel.: 22 826-18-30, 22 826-21-95<br><a href="mailto:ih_warszawa@wiih.org.pl">ih_warszawa@wiih.org.pl</a><br><a href="http://www.wiih.org.pl">www.wiih.org.pl</a>                                                                    |
| Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów    | Pl. Powstańców<br>Warszawy 1<br>00-950 Warszawa              | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 18.00                                                                                                                                                                                                                                                                          | infolinia konsumencka prowadzona przez Federację Konsumentów<br>tel.: 22 290-89-16, 801-440-220<br><a href="mailto:porady@dlakonsumentow.pl">porady@dlakonsumentow.pl</a><br><a href="http://www.uokik.gov.pl">www.uokik.gov.pl</a> |

### 11. PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAW DZIECKA

**Zakres poradnictwa:**

Ochrona praw dziecka. Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych.

**Kryterium dostępu:**

Osoba, która doświadcza przemocy lub jest jej świadkiem.

| Jednostka prowadząca                               | Adres                                                                                                                      | Dni i godziny dyżurów                                                                                                                           | Telefon, e-mail, www                                                                                                               |
|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Marecki Punkt Pomocy Dziecku i Rodzinie            | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br> | wtorek: 9.00 – 14.00<br>(dla obywateli Ukrainy z językiem ukraińskim i rosyjskim)<br>środa: 10.00 – 15.00<br>czwartek: 13.00 – 19.00            | tel.: 725-700-750 zapisy<br><a href="mailto:psycholog@opsmarki.pl">psycholog@opsmarki.pl</a>                                       |
| Punkt Informacyjno-Konsultacyjny                   | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br> | poniedziałek: 14.00 – 18.00<br>piątek: 8.00 – 12.00                                                                                             | tel.: 504-171-291<br><a href="mailto:pik.marki@op.pl">pik.marki@op.pl</a>                                                          |
| Zespół Interdyscyplinarny                          | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br> | poniedziałek, wtorek, czwartek,<br>piątek: 8.00 – 16.00<br>środa: 8.00 – 18.00                                                                  | tel.: 721-200-043<br><a href="mailto:zespol.interdyscyplinarny@marki.pl">zespol.interdyscyplinarny@marki.pl</a>                    |
| Rzecznik Praw Dziecka – Dziecięcy Telefon Zaufania | ul. Chocimska 6<br>00-791 Warszawa                                                                                         | poniedziałek – piątek:<br>8.15 – 16.15 dzwonić po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie – doradcy oddzwonią | tel.: 22 583-66-00<br><a href="mailto:rpd@brpd.gov.pl">rpd@brpd.gov.pl</a><br><a href="http://www.brpd.gov.pl">www.brpd.gov.pl</a> |





## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                                            |                                                                                                                                             |                                          |                                                                                           |
|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ogólnopolski telefon<br>zaufania dla dzieci<br>i młodzieży | Fundacja Dajemy<br>Dzieciom Siłę<br>siedziba:<br>ul. Walecznych 59<br>03-926 Warszawa<br>biuro:<br>ul. Mazowiecka 12/25,<br>00-048 Warszawa | poniedziałek – niedziela:<br>8.00 – 8.00 | tel.: 116-111<br>połączenia bezpłatne<br><a href="http://www.116111.pl">www.116111.pl</a> |
|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|

### 12. PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAW PACJENTA

#### Zakres poradnictwa:

Ochrona praw pacjenta.

#### Kryterium dostępu:

Pacjent, w tym małoletni, który ukończył 16 lat, lub jego przedstawiciel ustawowy mają prawo do uzyskania od osoby wykonującej zawód medyczny przystępnej informacji o stanie zdrowia pacjenta, rozpoznaniu, proponowanych oraz możliwych metodach diagnostycznych i leczniczych, dających się przewidzieć następstwach.

| Jednostka prowadząca                                                                                                  | Adres                                                                    | Dni i godziny dyżurów                                                                                                                                                                                                 | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Szpital Matki Bożej<br>Nieustającej Pomocy<br>Pełnomocnik Dyrektora<br>do Spraw Pacjentów<br>i Komunikacji Społecznej | ul. Gdyńska 1/3,<br>05-200 Wołomin<br>♿                                  | Rejestracja osobista i telefoniczna<br>czynna: 7.45 – 14.35<br>Rejestracja osobista czynna<br>dodatkowo w trakcie przyjmowania<br>przez lekarzy specjalistów<br>w godzinach popołudniowych nie<br>dłużej niż do 20.00 | tel.: 22 763-32-59<br><a href="mailto:rzecznik@szpitalwolomin.pl">rzecznik@szpitalwolomin.pl</a><br>tel. centrala: 22 763-31-00                                 |
| Rzecznik Praw Pacjenta                                                                                                | Biuro Rzecznika Praw<br>Pacjenta<br>ul. Młynarska 46,<br>01-171 Warszawa | Telefoniczna Informacja Pacjenta:<br>800-190-590<br>(połączenie bezpłatne z tel.<br>stacjonarnych i komórkowych)<br>czynna poniedziałek – piątek:<br>8.00 - 18.00, sobota: 8.00 – 16.00                               | tel.: 22 532-82-50<br><a href="mailto:kancelaria@rpp.gov.pl">kancelaria@rpp.gov.pl</a><br><a href="https://www.gov.pl/web/rpp/">https://www.gov.pl/web/rpp/</a> |

#### Zakres poradnictwa:

Ochrona osób niepełnosprawnych.

#### Kryterium dostępu:

Osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych.

| Jednostka prowadząca                                           | Adres                                                                      | Dni i godziny dyżurów                                                                 | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Powiatowe Centrum<br>Pomocy Rodzinie                           | ul. Wileńska 29A,<br>05-200 Wołominie                                      | poniedziałek: 9.00 – 17.00<br>wtorek – piątek: 8.00 – 16.00                           | tel.: 22 776-44-95 (96)<br><a href="mailto:sekretariat@pcprwolomin.pl">sekretariat@pcprwolomin.pl</a><br><a href="http://www.wolomin.naszepcpr.pl">www.wolomin.naszepcpr.pl</a>                |
| Powiatowy Zespół<br>do Spraw Orzekania<br>o Niepełnosprawności | ul. Wileńska 29A<br>05-200 Wołomin<br>sala obsługi<br>interesantów, parter | poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 15.00 | tel.: 22 346-11-65, 22 346-11-43<br><a href="mailto:pzon@powiat-wolominski.pl">pzon@powiat-wolominski.pl</a><br><a href="http://www.bip.powiat-wolominski.pl">www.bip.powiat-wolominski.pl</a> |
| Ośrodek Pomocy<br>Społecznej<br>Zespół<br>Interdyscyplinarny   | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                   | poniedziałek, wtorek, czwartek,<br>piątek: 8.00 – 16.00<br>środa: 8.00 – 18.00        | tel.: 721-200-043<br><a href="mailto:zespol.interdyscyplinarny@marki.pl">zespol.interdyscyplinarny@marki.pl</a>                                                                                |
| Punkt Informacyjno-<br>Konsultacyjny                           | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                   | poniedziałek: 14.00 – 18.00<br>piątek: 8.00 – 12.00                                   | tel.: 504-171-291<br><a href="mailto:pik.marki@op.pl">pik.marki@op.pl</a>                                                                                                                      |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                                                                                                           |                                                                                                                 |                                        |                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pełnomocnik Rządu<br>do Spraw Osób<br>Niepełnosprawnych<br>Biuro Pełnomocnika<br>Rządu do Spraw Osób<br>Niepełnosprawnych | siedziba:<br>ul. Żurawia 4A,<br>00-530 Warszawa<br>korespondencja:<br>ul. Nowogrodzka 1/3/5,<br>00-513 Warszawa | poniedziałek – piątek:<br>8.15 – 16.15 | tel.: 22 461-60-00, 801-801-015<br><a href="mailto:sekretariat.bon@mrpips.gov.pl">sekretariat.bon@mrpips.gov.pl</a><br><a href="http://www.niepelnosprawni.gov.pl">www.niepelnosprawni.gov.pl</a> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### Zakres poradnictwa:

Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: prawa pacjenta, leczenie w kraju i za granicą, kolejki do świadczeń.

### Kryterium dostępu:

Osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym.

| Jednostka prowadząca                                            | Adres                                    | Dni i godziny dyżurów                  | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Narodowy Fundusz<br>Zdrowia<br>Mazowiecki Oddział<br>Wojewódzki | ul. Chałubińskiego 8,<br>00-613 Warszawa | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 16.00 | infolinia:<br>tel.: 800-190-590<br><a href="mailto:kancelaria@nfz-warszawa.pl">kancelaria@nfz-warszawa.pl</a><br><a href="http://www.nfz-warszawa.pl">www.nfz-warszawa.pl</a> |
| Narodowy Fundusz<br>Zdrowia – Centrala                          | ul. Rakowiecka 26/30,<br>02-528 Warszawa | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 16.00 | infolinia centralna:<br>tel.: 800-190-590<br>infolinia bezpłatna<br><br>tel.: 22 574 19 73<br>Departament Obsługi Klientów                                                    |

## 13. PORADNICTWO Z ZAKRESU UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

### Zakres poradnictwa:

Emerytury, renty (z tytułu niezdolności do pracy, rodzinna, socjalna), emerytury i renty dla osób pracujących/zamieszkałych za granicą, świadczenia wypadkowe, świadczenia przedemerytalne, dodatki do świadczeń emerytalno-rentowych (pielęgnacyjny, dla sierot zupełnych, kombatancki oraz dodatek kompensacyjny, za tajne nauczanie, weterana poszkodowanego, świadczenie pieniężne dla byłych żołnierzy przymusowo zatrudnianych, świadczenia pieniężne dla osób deportowanych, świadczenia pieniężne dla osób będących cywilnymi niewidomymi ofiarami działań wojennych, ryczałt energetyczny, ekwiwalent pieniężny z tytułu prawa do bezpłatnego węgla, ekwiwalent pieniężny z tytułu prawa do bezpłatnego węgla dla osób uprawnionych z przedsiębiorstw robót górniczych, ekwiwalent pieniężny dla byłych pracowników kolejowych), zasiłki (chorobowy, świadczenie rehabilitacyjne, opiekuńczy, wyrównawczy, macierzyński, pogrzebowy), zasiłki dla osób pracujących / zamieszkałych za granicą.

### Kryterium dostępu:

Adresatami porad są ubezpieczeni, płatnicy, lekarze.

| Jednostka prowadząca              | Adres                                                                                                                      | Dni i godziny dyżurów                                                                                                                                                                                                                                                 | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ośrodek Pomocy<br>Społecznej      | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br> | poniedziałek, wtorek, czwartek,<br>piątek: 8.00 – 16.00<br>środa: 8.00 – 18.00                                                                                                                                                                                        | tel.: 22 771-30-23,<br>tel.: 761-91-77<br>świadczenia rodzinne<br><a href="mailto:ops@marki.pl">ops@marki.pl</a><br><a href="http://www.ops.marki.pl">www.ops.marki.pl</a>                                                                                                                                                 |
| Zakład Ubezpieczeń<br>Społecznych | ul. Reja 20<br>05-200 Wołomin                                                                                              | Godziny obsługi klientów<br>poniedziałek – piątek: 8.00 – 17.00<br>od 22.11.2021 r. do 31.03.2022 r.<br>Godziny urzędowania<br>poniedziałek: 8.00 – 17.00<br>wtorek – piątek: 8.00 – 15.00<br><br>konsultanci COT są dostępni:<br>poniedziałek – piątek: 7.00 – 18.00 | Centrum Obsługi Telefonicznej<br>tel.: 22 560-16-00<br>komunikaty informacyjne<br>24 godziny na dobę przez 7 dni<br>w tygodniu<br><a href="mailto:cot@zus.pl">cot@zus.pl</a><br><a href="http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot">www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot</a> |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

### 14. PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAWA PRACY

**Zakres poradnictwa:**

Poradnictwo z zakresu prawa pracy.

**Kryterium dostępu:**

Z porad może skorzystać każdy zainteresowany zagadnieniami z zakresu prawa pracy.

| Jednostka prowadząca                           | Adres                                                            | Dni i godziny dyżurów                  | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Okręgowy Inspektorat Pracy w Warszawie         | ul. Płocka 11/13,<br>01-231 Warszawa                             | poniedziałek – piątek:<br>9.00 – 16.00 | kancelaria:<br>tel.: 22 425-11-94<br>porady prawne:<br>tel.: 459-599-000 tel. komórkowe,<br>tel.: 801-002-006 tel. stacjonarne<br><a href="mailto:kancelaria@warszawa.pip.gov.pl">kancelaria@warszawa.pip.gov.pl</a><br><a href="http://www.warszawa.pip.gov.pl/pl/">www.warszawa.pip.gov.pl/pl/</a>                                              |
| Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy | Główny Inspektorat Pracy<br>ul. Barska 28/30,<br>02-315 Warszawa | poniedziałek – piątek:<br>9.00 – 16.00 | tel.: 22 391-82-15<br>porady prawne:<br>tel.: 459-599-000 tel. komórkowe,<br>tel.: 801-002-006 tel. stacjonarne<br><a href="mailto:kancelaria@gip.pip.gov.pl">kancelaria@gip.pip.gov.pl</a><br><a href="http://www.pip.gov.pl/pl/">www.pip.gov.pl/pl/</a><br><a href="http://www.pip.gov.pl/pl/porady-prawne">www.pip.gov.pl/pl/porady-prawne</a> |

### 15. PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAWA PODATKOWEGO

**Zakres poradnictwa:**

Informacje w zakresie prawa podatkowego (informacje podatkowe PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza i tp.).

**Kryterium dostępu:**

Z porad może skorzystać każdy podatnik.

| Jednostka prowadząca        | Adres                                         | Dni i godziny dyżurów                                       | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Urząd Skarbowy w Wołominie  | ul. Przejazd 2,<br>05-200 Wołomin             | poniedziałek: 8.00 – 18.00<br>wtorek – piątek: 8.00 – 15.00 | tel.: 22 787-75-82 (do 84)<br><a href="mailto:us.wolomin@mf.gov.pl">us.wolomin@mf.gov.pl</a><br><a href="http://www.mazowieckie.kas.gov.pl/urza-d-skarbowy-w-wolominie">www.mazowieckie.kas.gov.pl/urza-d-skarbowy-w-wolominie</a> |
| Krajowa Informacja Skarbowa | ul. Teodora Sixta 17,<br>43-300 Bielsko-Biała | poniedziałek – piątek:<br>8.00 – 18.00                      | tel.: 801-055-055 z telefonów stacjonarnych<br>tel.: 22 330-03-30 z telefonów komórkowych<br><a href="http://www.kis.gov.pl">www.kis.gov.pl</a>                                                                                    |

### 16. PORADNICTWO DLA OSÓB W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

**Zakres poradnictwa:**

Prawa ubezpieczonych.

**Kryterium dostępu:**

Z porad mogą skorzystać osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń.

| Jednostka prowadząca                | Adres                                                                   | Dni i godziny dyżurów                                                                                                                                                                                                          | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Rzecznik Finansowy (Ubezpieczonych) | Biuro Rzecznika Finansowego<br>Al. Jerozolimskie 87,<br>02-001 Warszawa | 22 333-73-28 – w godzinach<br>9.00 – 14.00 dyżur telefoniczny<br>ekspertów z zakresu ubezpieczeń<br>gospodarczych, w szczególności<br>ubezpieczeń komunikacyjnych<br>(OC, AC, assistance), na życie,<br>NNW, domów i mieszkań, | poradę eksperta można uzyskać<br>również drogą e-mailową pisząc na<br>adres: <a href="mailto:porady@rf.gov.pl">porady@rf.gov.pl</a><br><br><a href="mailto:biuro@rf.gov.pl">biuro@rf.gov.pl</a><br><a href="http://www.rf.gov.pl/kontakt">www.rf.gov.pl/kontakt</a> |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | turystyczne, kredytów, małych i średnich przedsiębiorstw, rolnych<br>tel.: 22 333-73-25 – w godzinach 8.00 – 16.00 dyżur telefoniczny ekspertów z zakresu problemów z bankami i na rynku kapitałowym<br>tel.: 508-810-370 – w godzinach 12.00 – 14.00 dyżur telefoniczny ekspertów dla członków OFE, uczestników Pracowniczych Programów Emerytalnych oraz osób korzystających z IKE | W związku z koronawirusem COVID-19, zostały uruchomione specjalne numery telefonów i adres e-mail:<br><br>Infolinia czynna w godzinach: 8.00 – 16.00<br>sprawy ubezpieczeniowo-emerytalne:<br>tel.: 22 333-73-37<br>sprawy bankowo-kapitałowe:<br>tel.: 22 333-73-38<br>e-mail: <a href="mailto:poradyCOVID@rf.gov.pl">poradyCOVID@rf.gov.pl</a> |
|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 17. NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA

#### Zakres poradnictwa:

Nieodpłatna pomoc prawna obejmuje:

1. poinformowanie osoby fizycznej, zwanej dalej „osobą uprawnioną”, o obowiązującym stanie prawnym oraz przysługujących jej uprawnieniach lub spoczywających na niej obowiązkach, w tym w związku z toczącym się postępowaniem przygotowawczym, administracyjnym, sądowym lub sądownoadministracyjnym lub
2. wskazanie osobie uprawnionej sposobu rozwiązania jej problemu prawnego, lub
3. sporządzenie projektu pisma w sprawach, o których mowa w pkt 1 i 2, z wyłączeniem pism procesowych w toczącym się postępowaniu przygotowawczym lub sądowym i pism w toczącym się postępowaniu sądownoadministracyjnym, lub
4. nieodpłatną mediację, lub
5. sporządzenie projektu pisma o zwolnienie od kosztów sądowych lub ustanowienie pełnomocnika z urzędu w postępowaniu sądowym lub ustanowienie adwokata, radcy prawnego, doradcy podatkowego lub rzecznika patentowego w postępowaniu sądownoadministracyjnym oraz poinformowanie o kosztach postępowania i ryzyku finansowym związanym ze skierowaniem sprawy na drogę sądową.

#### Kryterium dostępu:

Z nieodpłatnej pomocy prawnej może skorzystać osoba, która nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej, w tym osoba fizyczna prowadząca jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniającą innych osób w ciągu ostatniego roku – osoba uprawniona, przed uzyskaniem nieodpłatnej pomocy prawnej, składa pisemne oświadczenie, że nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej, zaś osoba korzystająca z porady w zakresie prowadzonej działalności gospodarczej dodatkowo składa oświadczenie o niezatrudnianiu innych osób w ciągu ostatniego roku.

#### ZAPISY NA WIZYTY POD NUMEREM TELEFONU: 735-736-797

w poniedziałek: 8.00 – 17.00, wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00, piątek: 8.00 – 15.00,

e-mail: [npp.zapisy@powiat-wolominski.pl](mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl), www.: [www.bip.powiat-wolominski.pl](http://www.bip.powiat-wolominski.pl) zakładka NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE.

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 Internet. Bliższe informacje pod numerem podanym do zapisów.

| Jednostka prowadząca                                       | Adres punktu                                                                                                                                                                                           | Dni i godziny dyżurów                                                                                                            | Telefon punktu, e-mail, www                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Powiat Wołomiński<br>ul. Prądyńskiego 3,<br>05-200 Wołomin | <b>GMINA KOBYŁKA</b><br>al. Jana Pawła II 22,<br>05-230 Kobylka<br>Miejski Ośrodek Kultury<br>wejście A, parter<br> | poniedziałek: 8.00 – 12.00<br>wtorek: 8.00 – 12.00<br>środa: 12.00 – 16.00<br>czwartek: 8.00 – 12.00<br>piątek: 12.00 – 16.00    | tel.: 531-755-107<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a> |
| Powiat Wołomiński<br>ul. Prądyńskiego 3,<br>05-200 Wołomin | <b>GMINA MARKI</b><br>ul. Okólna 14,<br>05-270 Marki<br>Szkoła Podstawowa Nr 1<br>parter, sala „Biuro”<br>          | poniedziałek: 16.30 – 20.30<br>wtorek: 16.30 – 20.30<br>środa: 16.30 – 20.30<br>czwartek: 16.30 – 20.30<br>piątek: 16.30 – 20.30 | tel.: 667-607-450<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a> |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                         |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Inter Vivos, z siedzibą: ul. Kłobuckiego 8c/126 02-699 Warszawa<br><a href="mailto:biuro@fundacjaiv.pl">biuro@fundacjaiv.pl</a><br><a href="http://www.fundacjaiv.pl">www.fundacjaiv.pl</a> | <b>GMINA RADZYMIN</b><br>ul. Letnia 15,<br>05-250 Radzymin<br>♿                                         | poniedziałek: 10.00 – 14.00<br>wtorek: 8.00 – 12.00<br>środa: 10.00 – 14.00<br>czwartek: 12.30 – 16.30<br>piątek: 16.00 – 20.00  | tel.: 22 667-68-56<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a> |
| punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Inter Vivos                                                                                                                                                                                 | <b>GMINA STRACHÓWKA</b><br>ul. Norwida 6,<br>05-282 Strachówka<br>Urząd Gminy<br>I piętro, pokój nr 16  | poniedziałek: 14.30 – 18.30<br>wtorek: 12.30 – 16.30<br>środa: 14.30 – 18.30<br>czwartek: 8.00 – 12.00<br>piątek: 11.30 – 15.30  | tel.: 25 756-28-42<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a> |
| Powiat Wołomiński<br>ul. Prądyńskiego 3,<br>05-200 Wołomin                                                                                                                                                                           | <b>GMINA TŁUSZCZ</b><br>ul. Warszawska 10,<br>05-240 Tłuszcz<br>Urząd Miasta<br>parter, pokój nr 8<br>♿ | poniedziałek: 8.00 – 12.00<br>wtorek: 14.00 – 18.00<br>środa: 12.00 – 16.00<br>czwartek: 12.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 12.00   | tel.: 29 642-30-55<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a> |
| Powiat Wołomiński<br>ul. Prądyńskiego 3,<br>05-200 Wołomin                                                                                                                                                                           | <b>GMINA WOŁOMIN</b><br>Wołomin,<br>ul. Wileńska 29A<br>I piętro, pokój nr 1.7<br>♿                     | poniedziałek: 14.00 – 18.00<br>wtorek: 14.00 – 18.00<br>środa: 14.00 – 18.00<br>czwartek: 16.00 – 20.00<br>piątek: 8.00 – 12.00  | tel.: 663-537-319<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a>  |
| punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Inter Vivos                                                                                                                                                                                 | <b>GMINA WOŁOMIN</b><br>Wołomin,<br>ul. Wileńska 29A<br>I piętro, pokój nr 1.7<br>♿                     | poniedziałek: 8.00 – 12.00<br>wtorek: 8.00 – 12.00<br>środa: 8.00 – 12.00<br>czwartek: 12.00 – 16.00<br>piątek: 12.00 – 16.00    | tel.: 663-537-319<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a>  |
| Powiat Wołomiński<br>ul. Prądyńskiego 3,<br>05-200 Wołomin                                                                                                                                                                           | <b>GMINA ZIELONKA</b><br>ul. Lipowa 5,<br>05-220 Zielonka<br>Urząd Miasta<br>parter, pokój nr 2<br>♿    | poniedziałek: 16.00 – 20.00<br>wtorek: 16.00 – 20.00<br>środa: 16.00 – 20.00<br>czwartek: 16.00 – 20.00<br>piątek: 16.00 – 20.00 | tel.: 22 761-39-38<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a> |

### 18. NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE

#### Zakres poradnictwa:

Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie obejmuje działania dostosowane do indywidualnej sytuacji osoby uprawnionej, zmierzające do podniesienia świadomości tej osoby o przysługujących jej uprawnieniach lub spoczywających na niej obowiązkach oraz wsparcia w samodzielnym rozwiązywaniu problemu, w tym, w razie potrzeby, sporządzenie wspólnie z osobą uprawnioną planu działania i pomoc w jego realizacji; nieodpłatne poradnictwo obywatelskie obejmuje w szczególności porady dla osób zadłużonych i porady z zakresu spraw mieszkaniowych oraz zabezpieczenia społecznego, lub nieodpłatną mediację.

#### Kryterium dostępu:

Z nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego może skorzystać osoba, która nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej, w tym osoba fizyczna prowadząca jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniającą innych osób w ciągu ostatniego roku – osoba uprawniona, przed uzyskaniem porady, składa pisemne oświadczenie, że nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej, zaś osoba korzystająca z porady w zakresie prowadzonej działalności gospodarczej dodatkowo składa oświadczenie o niezatrudnianiu innych osób w ciągu ostatniego roku.

#### **ZAPISY NA WIZYTY POD NUMEREM TELEFONU: 735-736-797**

w poniedziałek: 8.00 – 17.00, wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00, piątek: 8.00 – 15.00,

e-mail: [npp.zapisy@powiat-wolominski.pl](mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl), www.: [www.bip.powiat-wolominski.pl](http://www.bip.powiat-wolominski.pl) zakładka NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA  
NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE.

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 Internet. Bliższe informacje pod numerem podanym do zapisów.





## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

| Jednostka prowadząca                                                                                                                                                                                                                 | Adres punktu                                                                                                     | Dni i godziny dyżurów                                                                                                      | Telefon punktu, e-mail, www                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Inter Vivos, z siedzibą: ul. Kłobuckiego 8c/126 02-699 Warszawa<br><a href="mailto:biuro@fundacjaiv.pl">biuro@fundacjaiv.pl</a><br><a href="http://www.fundacjaiv.pl">www.fundacjaiv.pl</a> | <b>GMINA DĄBRÓWKA</b><br>ul. Kościuszki 12,<br>05-254 Dąbrówka<br>budynek przy budynku Urzędu Gminy, parter<br>♿ | poniedziałek 12.00 – 16.00<br>środa 15.00 – 19.00                                                                          | tel.: 29 642-82-65<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wołominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wołominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wołominski.pl">npp.zapisy@powiat-wołominski.pl</a>              |
| punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Inter Vivos                                                                                                                                                                                 | <b>GMINA JADÓW</b><br>pl. Dreszera 17,<br>05-280 Jadów<br>Biblioteka Publiczna Gminy Jadów, I piętro,<br>♿       | poniedziałek 12.00 – 16.00<br>wtorek 12.00 – 16.00<br>środa 9.00 – 13.00<br>czwartek 10.00 – 14.00<br>piątek 10.00 – 14.00 | tel.: 535-115-570<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wołominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wołominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wołominski.pl">npp.zapisy@powiat-wołominski.pl</a>               |
| punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Inter Vivos                                                                                                                                                                                 | <b>GMINA KLEMBÓW</b><br>ul. Żymirskiego 1A,<br>05-205 Klembów<br>parter<br>♿                                     | poniedziałek: 9.00 – 13.00<br>czwartek: 13.00 – 17.00<br>piątek: 8.00 – 12.00                                              | tel.: 29 753-88-41<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wołominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wołominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wołominski.pl">npp.zapisy@powiat-wołominski.pl</a>              |
| punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Inter Vivos                                                                                                                                                                                 | <b>GMINA POŚWIĘTNE</b><br>ul. Krótka 1<br>05-326 Poświętne<br>parter, pokój nr 6                                 | wtorek: 11.00 – 15.00<br>środa: 7.30 – 11.30                                                                               | tel.: 25 752-03-90 (80) wew. 20<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wołominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wołominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wołominski.pl">npp.zapisy@powiat-wołominski.pl</a> |
| punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Inter Vivos                                                                                                                                                                                 | <b>GMINA ŻĄBKI</b><br>ul. Kościelna 2<br>Szkoła Podstawowa Nr 3<br>parter, sala lekcyjna nr 07<br>♿              | wtorek: 17.00 – 21.00<br>czwartek: 17.00 – 21.00<br>piątek: 16.00 – 20.00                                                  | tel. 22 487-52-08<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wołominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wołominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wołominski.pl">npp.zapisy@powiat-wołominski.pl</a>               |

## 19. NIEODPŁATNA MEDIACJA

### Zakres poradnictwa:

#### Nieodpłatna mediacja obejmuje:

1. poinformowanie osoby uprawnionej o możliwościach skorzystania z polubownych metod rozwiązywania sporów, w szczególności mediacji oraz korzyściach z tego wynikających;
2. przygotowanie projektu umowy o mediację lub wniosku o przeprowadzenie mediacji;
3. przygotowanie projektu wniosku o przeprowadzenie postępowania mediacyjnego w sprawie karnej;
4. przeprowadzenie mediacji;
5. udzielenie pomocy w sporządzeniu do sądu wniosku o zatwierdzenie ugody zawartej przed mediatorem.

#### Kryterium dostępu:

Osoby zgłaszające potrzebę skorzystania z polubownych metod rozwiązywania sporów w zakresie prawa cywilnego, karnego, rodzinnego i nieletnich. Uprawniona do zainicjowania mediacji jest każda osoba, której nie stać na odpłatną pomoc prawną, i która złoży stosowne oświadczenie w tej sprawie. Druga strona sporu, zapraszana do mediacji przez osobę uprawnioną, nie musi spełniać wymienionych warunków – może to być także osoba prawna np.: firma, instytucja, spółdzielnia, wspólnota mieszkaniowa.

Chęć skorzystania z usługi nieodpłatnej mediacji należy zgłosić na 3 dni robocze przed terminem. wizyty. Termin wizyty ustalany jest telefonicznie pod nr: 735-736-797 lub przy pomocy środków komunikacji elektronicznej: [npp.zapisy@powiat-wołominski.pl](mailto:npp.zapisy@powiat-wołominski.pl).

| Jednostka prowadząca                                                                                                                                                                                                                 | Adres punktu                                                                                                     | Dni i godziny dyżurów                               | Telefon punktu, e-mail, www                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Inter Vivos, z siedzibą: ul. Kłobuckiego 8c/126 02-699 Warszawa<br><a href="mailto:biuro@fundacjaiv.pl">biuro@fundacjaiv.pl</a><br><a href="http://www.fundacjaiv.pl">www.fundacjaiv.pl</a> | <b>GMINA DĄBRÓWKA</b><br>ul. Kościuszki 12,<br>05-254 Dąbrówka<br>budynek przy budynku Urzędu Gminy, parter<br>♿ | poniedziałek: 12.00 – 16.00<br>środa: 15.00 – 19.00 | tel.: 29 642-82-65<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wołominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wołominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wołominski.pl">npp.zapisy@powiat-wołominski.pl</a> |





## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                                            |                                                                                                                      |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Inter Vivos       | <b>GMINA JADÓW</b><br>pl. Dreszera 17,<br>05-280 Jadów<br>Biblioteka Publiczna<br>Gminy Jadów, I piętro,<br>♿        | poniedziałek 12.00 – 16.00<br>wtorek 12.00 – 16.00<br>środa 9.00 – 13.00<br>czwartek 10.00 – 14.00<br>piątek 10.00 – 14.00       | tel.: 535-115-570<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a>               |
| punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Inter Vivos       | <b>GMINA KLEMBÓW</b><br>ul. Żymirskiego 1A,<br>05-205 Klembów<br>parter<br>♿                                         | poniedziałek: 9.00 – 13.00<br>czwartek: 13.00 – 17.00<br>piątek: 8.00 – 12.00                                                    | tel.: 29 753-88-41<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a>              |
| Powiat Wołomiński<br>ul. Prądyńskiego 3,<br>05-200 Wołomin | <b>GMINA KOBYŁKA</b><br>al. Jana Pawła II 22,<br>05-230 Kobylka<br>Miejski Ośrodek Kultury<br>wejście A, parter<br>♿ | poniedziałek: 8.00 – 12.00<br>wtorek: 8.00 – 12.00<br>środa: 12.00 – 16.00<br>czwartek: 8.00 – 12.00<br>piątek: 12.00 – 16.00    | tel.: 531-755-107<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a>               |
| Powiat Wołomiński<br>ul. Prądyńskiego 3,<br>05-200 Wołomin | <b>GMINA MARKI</b><br>ul. Szkolna 9,<br>05-270 Marki<br>Szkoła Podstawowa Nr 2<br>parter, sala nr 005<br>♿           | poniedziałek: 16.30 – 20.30<br>wtorek: 16.30 – 20.30<br>środa: 16.30 – 20.30<br>czwartek: 16.30 – 20.30<br>piątek: 16.30 – 20.30 | tel.: 667-607-450<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a>               |
| punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Inter Vivos       | <b>GMINA POŚWIĘTNE</b><br>ul. Krótka 1<br>05-326 Poświętne<br>parter, pokój nr 6                                     | wtorek: 11.00 – 15.00<br>środa: 7.30 – 11.30                                                                                     | tel.: 25 752-03-90 (80) wew. 20<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a> |
| punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Inter Vivos       | <b>GMINA RADZYMIN</b><br>ul. Letnia 15,<br>05-250 Radzymin<br>♿                                                      | poniedziałek: 10.00 – 14.00<br>wtorek: 8.00 – 12.00<br>środa: 10.00 – 14.00<br>czwartek: 12.30 – 16.30<br>piątek: 16.00 – 20.00  | tel.: 22 667-68-56<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a>              |
| punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Inter Vivos       | <b>GMINA STRACHÓWKA</b><br>ul. Norwida 6,<br>05-282 Strachówka<br>Urząd Gminy<br>I piętro, pokój nr 16               | poniedziałek: 14.30 – 18.30<br>wtorek: 12.30 – 16.30<br>środa: 14.30 – 18.30<br>czwartek: 8.00 – 12.00<br>piątek: 11.30 – 15.30  | tel.: 25 756-28-42<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a>              |
| Powiat Wołomiński<br>ul. Prądyńskiego 3,<br>05-200 Wołomin | <b>GMINA TŁUSZCZ</b><br>ul. Warszawska 10,<br>05-240 Tłuszcz<br>Urząd Miasta<br>parter, pokój nr 8<br>♿              | poniedziałek: 8.00 – 12.00<br>wtorek: 14.00 – 18.00<br>środa: 12.00 – 16.00<br>czwartek: 12.00 – 16.00<br>piątek: 8.00 – 12.00   | tel.: 29 642-30-55<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a>              |
| Powiat Wołomiński<br>ul. Prądyńskiego 3,<br>05-200 Wołomin | <b>GMINA WOŁOMIN</b><br>Wołomin,<br>ul. Wileńska 29A<br>I piętro, pokój nr 1.7<br>♿                                  | poniedziałek: 14.00 – 18.00<br>wtorek: 14.00 – 18.00<br>środa: 14.00 – 18.00<br>czwartek: 16.00 – 20.00<br>piątek: 8.00 – 12.00  | tel.: 663-537-319<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a>               |
| punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Inter Vivos       | <b>GMINA WOŁOMIN</b><br>Wołomin,<br>ul. Wileńska 29A<br>I piętro, pokój nr 1.7<br>♿                                  | poniedziałek: 8.00 – 12.00<br>wtorek: 8.00 – 12.00<br>środa: 8.00 – 12.00<br>czwartek: 12.00 – 16.00<br>piątek: 12.00 – 16.00    | tel.: 663-537-319<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a>               |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

|                                                            |                                                                                                      |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Inter Vivos       | <b>GMINA ZĄBKI</b><br>ul. Kościelna 2<br>Szkoła Podstawowa Nr 3<br>parter, sala lekcyjna nr 07<br>♿  | wtorek: 17.00 – 21.00<br>czwartek: 17.00 – 21.00<br>piątek: 16.00 – 20.00                                                        | tel.: 735-736-797<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a>  |
| Powiat Wołomiński<br>ul. Prądyńskiego 3,<br>05-200 Wołomin | <b>GMINA ZIELONKA</b><br>ul. Lipowa 5,<br>05-220 Zielonka<br>Urząd Miasta<br>parter, pokój nr 2<br>♿ | poniedziałek: 16.00 – 20.00<br>wtorek: 16.00 – 20.00<br>środa: 16.00 – 20.00<br>czwartek: 16.00 – 20.00<br>piątek: 16.00 – 20.00 | tel.: 22 761-39-38<br><a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-wolominski</a><br><a href="mailto:npp.zapisy@powiat-wolominski.pl">npp.zapisy@powiat-wolominski.pl</a> |

| Jednostka prowadząca             | Adres                                                                                                                                                                                                          | Dni i godziny dyżurów                                                                                                                       | Telefon, e-mail, www                                                                  |
|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Sąd Rejonowy                     | ul. Prądyńskiego 3a,<br>05-200 Wołomin<br><br>dyżur mediatora w<br>Punkcie Informacyjnym<br>ds. Mediacji na terenie<br>Sądu pokój nr 234,<br>II piętro<br>sprawy cywilne, karne,<br>rodzinne i nieletnich<br>♿ | każdy II poniedziałek miesiąca:<br>10.00 – 12.00<br>każda II środa miesiąca:<br>11.00 – 15.30<br>każdy II piątek miesiąca:<br>10.00 – 15.30 | tel. 22 787-28-49<br><a href="mailto:boi@wolomin.sr.gov.pl">boi@wolomin.sr.gov.pl</a> |
| Punkt Informacyjno-Konsultacyjny | ul. Kościuszki 39A,<br>05-270 Marki<br>♿                                                                                                                                                                       | poniedziałek: 14.00 – 18.00<br>piątek: 8.00 – 12.00                                                                                         | tel.: 504-171-291<br><a href="mailto:pik.marki@op.pl">pik.marki@op.pl</a>             |

### 20. INNE

### RZECZNIK PRAW OBYWATELSKICH

#### Zakres poradnictwa:

Ochrona praw obywatelskich.

#### Kryterium dostępu:

Do Rzecznika może się zgłosić każdy, kto uważa, że państwo naruszyło jego prawa, że jest nierówno traktowany z powodu tego kim jest, osoba pozbawiona wolności chcąc poskarżyć się na niehumanitarne traktowanie. Rzecznik działa też na rzecz osób, które nie zgłosiły się do niego, ale mogą być pokrzywdzone wadliwymi przepisami albo sposobem ich stosowania.

| Jednostka prowadząca           | Adres                                                                                 | Dni i godziny dyżurów                                                                   | Telefon, e-mail, www                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Rzecznik<br>Praw Obywatelskich | Biuro Rzecznika<br>Praw Obywatelskich<br>Al. Solidarności 77,<br>00-090 Warszawa<br>♿ | przyjęcia interesantów:<br>poniedziałek: 10.00 – 18.00<br>wtorek – piątek: 8.00 – 16.00 | infolinia tel.: 800-676-676<br>połączenia bezpłatne<br>tel. centrala: 22 551-77-00<br><a href="mailto:biurorzecznika@brpo.gov.pl">biurorzecznika@brpo.gov.pl</a><br><a href="http://www.rpo.gov.pl">www.rpo.gov.pl</a><br>sprawę można też zgłosić do RPO<br>za pośrednictwem formularza<br>kontaktowego na stronie:<br><a href="http://www.rpo.gov.pl/content/kontakt">www.rpo.gov.pl/content/kontakt</a> |



## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2023

### INFORMACJE I USŁUGI PRZYJAZNE OBYWATEŁOM

| Jednostka prowadząca | Adres                                | Dni i godziny dyżurów | Telefon, e-mail, www                                                                                                    |
|----------------------|--------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Cyfryzacja KPRM      | ul. Królewska 27,<br>00-060 Warszawa |                       | informacje i usługi przyjazne<br>obywatelom na portalu:<br><a href="http://www.obywatel.gov.pl">www.obywatel.gov.pl</a> |

### TELEFONY ZAUFANIA

**800 120-148** – „Zatrzymaj przemoc” – linia bezpłatna.

**800-120-226** – Policijny Telefon Zaufania – linia bezpłatna, czynna codziennie: 8.00 – 22.00.

**116-111** – Ogólnopolski telefon zaufania dla dzieci i młodzieży. Numer jest linią anonimową (dzwoniąc nie musisz podawać swojego imienia, nazwiska, ani adresu zamieszkania, a numer nie jest widoczny w rachunku za telefon, ani na billingu). Połączenia z telefonów komórkowych i stacjonarnych są bezpłatne. Linia jest czynna **24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu**. Telefon jest przeznaczony dla dzieci i młodzieży. Więcej informacji na stronie [www.116111.pl](http://www.116111.pl).

**800-121-212 – Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka** – jest telefonem skierowanym do wszystkich dzieci potrzebujących pomocy. Dzwoniąc pod ten numer można porozmawiać ze specjalistą, który postara się pomóc. Linia jest czynna **24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu**. Więcej informacji na stronie [www.brpd.gov.pl](http://www.brpd.gov.pl).

**116-123 – Telefon dla osób w sytuacjach kryzysowych prowadzony przez Instytut Psychologii Zdrowia**, czynny codziennie w godzinach: 14.00 – 22.00.

**22 668-70-00 – Poradnia Telefoniczna „Niebieska Linia”** – poradnia telefoniczna dla osób doświadczających przemocy w rodzinie, funkcjonuje w dni powszednie w godzinach: 12.00 – 18.00.

**12 270-00-26 – Telefon Wsparcia Centrum Wspierania Rodziny**, czynny w dni powszednie w godzinach: 16.00 – 20.00.

**800-140-068 lub 801-140-068 – Pomarańczowa Linia** – telefon dla rodziców, których dzieci sięgają po alkohol lub narkotyki, czynny w dni powszednie w godzinach: 14.00 – 20.00. Więcej informacji na temat infolinii można znaleźć na stronie [www.pomaranczowalinia.pl](http://www.pomaranczowalinia.pl).

**801-199-990 – Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania** – pod tym numerem można otrzymać wsparcie w przypadku, gdy problemem są narkotyki i uzależnienie od narkotyków. Telefon jest czynny codziennie: 16.00 – 21.00. Informacje związane z problematyką narkotyków i narkomani oraz zapobieganiu tym zjawiskom również na stronie: [www.narkomania.org.pl](http://www.narkomania.org.pl).

**800-060-800 – Infolinia Głównego Inspektora Sanitarnego** – pod tym numerem telefonu można uzyskać informacje na temat negatywnych skutków zażywania dopalaczy oraz o możliwościach leczenia. Infolinia bezpłatna czynna 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu.

**801-889-880 – Telefon Zaufania dla osób uzależnionych behawioralnie** – telefon jest czynny codziennie: 17.00 – 22.00. Informacje związane z problematyką uzależnień behawioralnych [www.uzaleznieniabehawioralne.pl](http://www.uzaleznieniabehawioralne.pl).

**22 628-01-20 – Krajowe Centrum Interwencyjno-Konsultacyjne dla Ofiar Handlu Ludźmi** – telefon jest czynna 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu, adres e-mail: [kcik@strada.org.pl](mailto:kcik@strada.org.pl).