

## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

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

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
<b>RODZINNE</b>							
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Pomoc społeczna. Pomoc prawna. Pomoc psychologiczna.	ul. Lidzbarska 27 09-300 Żuromin	(23) 657 35 15	Od poniedziałku do piątku godz. 8-16	<a href="http://www.pcpr-zuromin.pl/">http://www.pcpr-zuromin.pl/</a>  pcprzuromin@wp.pl	Każdy mieszkaniec powiatu
2.	Specjalistyczne Poradnictwo Rodzinne	Pomoc i porady psychologiczne dla rodziców i dzieci.	ul. Lidzbarska 27 09-300 Żuromin	(23) 657 09 04	Od poniedziałku do piątku godz. 8-16	<a href="http://www.pcpr-zuromin.pl/">http://www.pcpr-zuromin.pl/</a>  poradnictworodzinne@wp.pl	Każdy mieszkaniec powiatu
<b>PSYCHOLOGICZNE</b>							
3.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Żurominie	Pomoc dzieciom od urodzenia do ukończenia edukacji, ich rodzicom, nauczycielom w pokonywaniu problemów związanych z nauką, wychowaniem i trudnymi sytuacjami rodzinnymi	ul. Olszewska 9/11 09-300 Żuromin	(23) 657-21-01	czynna od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-15.30	<a href="https://zuromin-powiat.pl">https://zuromin-powiat.pl</a>  ppp.zuromin@wp.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
4.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Pomoc społeczna. Pomoc prawna. Pomoc psychologiczna.	ul. Lidzbarska 27 09-300 Żuromin	(23) 657 35 15	Od poniedziałku do piątku godz. 8-16	<a href="http://www.pcpr-zuromin.pl/">http://www.pcpr-zuromin.pl/</a>  pcprzuromin@wp.pl	Każdy mieszkaniec powiatu

5.	Specjalistyczne Poradnictwo Rodzinne	Pomoc i porady psychologiczne dla rodziców i dzieci.	ul. Lidzbarska 27 09-300 Żuromin	(23) 657 09 04	Od poniedziałku do piątku godz. 8-16	<a href="http://www.pcpr-zuromin.pl/">http://www.pcpr- zuromin.pl/</a>  poradnictworodzinne@wp. pl	Każdy mieszkaniec powiatu
6.	Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze	Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66.	<b>800 70 2222</b> bezpłatna infolinia	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	<a href="http://www.linia wsparcia.pl">www.linia wsparcia.pl</a>  <a href="mailto:porady@linia wsparcia.pl">porady@linia wsparcia.pl</a>	Dla osób będących w kryzysie psychicznym
<b>PEDAGOGICZNE</b>							
7.	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Żurominie	Pomoc dzieciom od urodzenia do ukończenia edukacji, ich rodzicom, nauczycielom w pokonywaniu problemów związanych z nauką, wychowaniem i trudnymi sytuacjami rodzinnymi	ul. Olszewska 9/11 09-300 Żuromin	(23) 657-21-01	czynna od poniedziałku do piątku w godz. 7.30- 15.30	<a href="https://zuromin-powiat.pl">https://zuromin-powiat.pl</a>  ppp.zuromin@wp.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
<b>POMOC SPOŁECZNA</b>							
8.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Pomoc społeczna. Pomoc prawna. Pomoc psychologiczna.	ul. Lidzbarska 27 09-300 Żuromin	(23) 657 35 15	Od poniedziałku do piątku godz. 8-16	<a href="http://www.pcpr-zuromin.pl/">http://www.pcpr- zuromin.pl/</a>  pcprzuromin@wp.pl	Każdy mieszkaniec powiatu
9.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Kuczborku Osadzie	Pomoc społeczna i socjalna.	ul. Mickiewicza 7b 09-310 Kuczbork- Osada	(23) 657 63 92	od poniedziałku do piątku od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://www.kuczbork.naszo ps.pl/">http://www.kuczbork.naszo ps.pl/</a>  gopskuczbork@wp.pl	Każdy mieszkaniec gminy Kuczbork- Osada
10	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Lutocinie	Pomoc społeczna i socjalna.	ul. Poniatowskiego 1 09-317 Lutocin	(23) 658 10 01	od poniedziałku do piątku, od godziny 7.30 do 15.30	<a href="http://lutocin.i-gmina.pl/">http://lutocin.i-gmina.pl/</a>  gops_lutocin@interia.pl	Każdy mieszkaniec gminy Lutocin

11	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Siemiatkowie	Pomoc społeczna i socjalna.	ul. Władysława Reymonta 2 09-135 Siemiatkovo	(23) 679-60-27	od poniedziałku do piątku, od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://gbp.siemiatkowo.pl/">http://gbp.siemiatkowo.pl/</a> gopssiemiatkowo@poczta.onet.pl	Każdy mieszkaniec gminy Siemiatkovo
12	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Lubowidzu	Pomoc społeczna i socjalna.	ul. Zielona 10 09-304 Lubowidz	(23) 658 20 05	od poniedziałku do piątku, od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://www.uglubowidz.com.pl/">http://www.uglubowidz.com.pl/</a> lubowidz-gops@wp.pl	Każdy mieszkaniec miasta i gminy Lubowidz
13	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Bieżuniu	Pomoc społeczna i socjalna.	ul. Warszawska 2/7 09-320 Biezuń	(23) 657 80 56	od poniedziałku do piątku, od godziny 7:30 do 15:30	<a href="https://www.biezun.pl/">https://www.biezun.pl/</a> mgops@biezun.pl	Każdy mieszkaniec miasta i gminy Biezuń
14	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Żurominie	Pomoc społeczna i socjalna.	ul. Olszewska 9/11 09-300 Żuromin	(23) 657 22 39	od poniedziałku do piątku, od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://mgopszuromin.pl/">http://mgopszuromin.pl/</a> sekretariat@mgopszuromin.pl	Każdy mieszkaniec miasta i gminy Żuromin
<b>ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ</b>							
15	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Kuczborku - Osadzie	Profilaktyka i rozwiązywanie problemów alkoholowych	ul. Mickiewicza 7b 09-310 Kuczbork-Osada	(23) 657 63 92	od poniedziałku do piątku, od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://www.kuczbork.naszo-ps.pl/">http://www.kuczbork.naszo-ps.pl/</a> gopskuczbork@wp.pl	Każdy mieszkaniec gminy Kuczbork-Osada
16	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Lutocinie	Profilaktyka i rozwiązywanie problemów alkoholowych	ul. Poniatowskiego 1 09-317 Lutocin	(23) 658 10 01	od poniedziałku do piątku od godziny 7:00 do 15:00	<a href="http://lutocin.i-gmina.pl/gminny-osrodek-pomocy-spoecznej">http://lutocin.i-gmina.pl/gminny-osrodek-pomocy-spoecznej</a> gops_lutocin@interia.pl	Każdy mieszkaniec gminy Lutocin
17	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Siemiatkowie	Profilaktyka i rozwiązywanie problemów alkoholowych	ul. Władysława Reymonta 2 09-135 Siemiatkovo	(23) 679-61-76	od poniedziałku do piątku, od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://gops.siemiatkowo.bi-p.gmina.pl/">http://gops.siemiatkowo.bi-p.gmina.pl/</a> gopssiemiatkowo@poczta.onet.pl	Każdy mieszkaniec gminy Siemiatkovo
18	Miejsko - Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Lubowidzu	Profilaktyka i rozwiązywanie problemów alkoholowych	ul. Zielona 10 09-304 Lubowidz	(23) 658 20 78	od poniedziałku do piątku, od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://www.uglubowidz.com.pl/">http://www.uglubowidz.com.pl/</a> gkrpalubowidz@wp.pl	Każdy mieszkaniec miasta i gminy Lubowidz

19	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Bieżuniu	Profilaktyka i rozwiązywanie problemów alkoholowych	ul. Warszawska 2 09-320 Biezuń	(23) 657 80 56	od poniedziałku do piątku, od godziny 7:30 do 15:30	<a href="https://www.biezun.pl/">https://www.biezun.pl/</a> mgops@biezun.pl	Każdy mieszkaniec miasta i gminy Biezuń
20	Miejsko-Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Żuromin	Profilaktyka i rozwiązywanie problemów alkoholowych	Plac Józefa Piłsudskiego 3 09-300 Żuromin	(23) 6572558	od poniedziałku do piątku, od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://zuromin.info/">http://zuromin.info/</a> ugimz@go2.pl	Każdy mieszkaniec miasta i gminy Żuromin
<b>PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ</b>							
21	Zespół Interdyscyplinarny w Gminie Kuczbork-Osada	Przeciwdziałanie i pomoc ofiarom przemocy w rodzinie.	ul. Mickiewicza 7b 09-310 Kuczbork-Osada	(23) 657 63 92	od poniedziałku do piątku, od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://www.kuczbork.naszo-ps.pl/">http://www.kuczbork.naszo-ps.pl/</a> gopskuczbork@wp.pl	Każdy mieszkaniec gminy Kuczbork-Osada
22	Zespół Interdyscyplinarny w Gminie Lutocin	Przeciwdziałanie i pomoc ofiarom przemocy w rodzinie.	ul. Poniatowskiego 1 09-317 Lutocin	(23) 658 10 01	od poniedziałku do piątku, od godziny 7:00 do 15:00	<a href="http://lutocin.i-gmina.pl/">http://lutocin.i-gmina.pl/</a> gops_lutocin@interia.pl	Każdy mieszkaniec gminy Lutocin
23	Zespół Interdyscyplinarny w Gminie Siemiatkowo	Przeciwdziałanie i pomoc ofiarom przemocy w rodzinie.	ul. Władysława Reymonta 2 09-135 Siemiatkowo	(23) 679-61-76	od poniedziałku do piątku od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://gbp.siemiatkowo.pl/">http://gbp.siemiatkowo.pl/</a> gopssiemiatkowo@poczta.onet.pl	Każdy mieszkaniec gminy Siemiatkowo
24	Zespół Interdyscyplinarny w Mieście i Gminie Lubowidz	Przeciwdziałanie i pomoc ofiarom przemocy w rodzinie.	ul. Zielona 10 09-304 Lubowidz	(23) 658 20 78	od poniedziałku do piątku, od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://www.uglubowidz.com.pl/">http://www.uglubowidz.com.pl/</a> ugl@uglubowidz.pl	Każdy mieszkaniec miasta i gminy Lubowidz
25	Zespół Interdyscyplinarny w Gminie Biezuń	Przeciwdziałanie i pomoc ofiarom przemocy w rodzinie.	ul. Warszawska 2/7 09-320 Biezuń	(23) 657 80 56	od poniedziałku do piątku, od godziny 7:30 do 15:30	<a href="https://www.biezun.pl/">https://www.biezun.pl/</a> mgops@biezun.pl	Każdy mieszkaniec miasta i gminy Biezuń
26	Miejski Zespół Interdyscyplinarny w Gminie i Mieście Żuromin	Przeciwdziałanie i pomoc ofiarom przemocy w rodzinie.	ul. Olszewska 9/11 09-300 Żuromin	(23) 657 22 39	od poniedziałku do piątku, od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://mgopszuromin.pl/">http://mgopszuromin.pl/</a> sekretariat@mgopszuromin.pl	Każdy mieszkaniec miasta i gminy Żuromin

27	Zespół Ośrodków Wsparcia, SPECJALISTYCZNY OŚRODEK WSPARCIA DLA OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE	Jednostka, w której ofiary przemocy mogą uzyskać ochronę przed osobą stosującą przemoc. Udzielana jest przede wszystkim natychmiastowa pomoc specjalistyczna tj. pomoc psychologiczna, medyczna, wsparcie emocjonalne.	ul. Słowackiego 18 06-500 Mława	(23) 654 52 29 tel. zaufania: (23) 654 33 66	czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00 - 16.00	<a href="http://www.zowmlawa.home.pl/zow/mlawa/">http://www.zowmlawa.home.pl/zow/mlawa/</a>  zowmlawa@zowmlawa.home.pl zowmlawa.sekretariat@interia.pl	Osoby doświadczające przemocy w rodzinie.
28	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”	- wsparcie - pomoc psychologiczna, - informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej	Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa	<b>800 120 002</b>  Bezpłatna infolinia	pn. – sob. godz. 08.00–22.00 ndz. i święta godz. 08.00–16.00	<a href="http://www.niebieskalinia.info">www.niebieskalinia.info</a>  <a href="mailto:biuro@niebieskalinia">biuro@niebieskalinia</a>	Dla osób doświadczających przemocy domowej
<b>INTERWENCJA KRYZYSOWA</b>							
29	Zespół Interdyscyplinarny w Gminie Kuczbork-Osada	Przeciwdziałanie i pomoc ofiarom przemocy w rodzinie.	ul. Mickiewicza 7b 09-310 Kuczbork-Osada	(23) 657 63 92	od poniedziałku do piątku od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://www.kuczbork.naszo.pl/">http://www.kuczbork.naszo.pl/</a>  gopskuczbork@wp.pl	Każdy mieszkaniec gminy Kuczbork-Osada
30	Zespół Interdyscyplinarny w Gminie Lutocin	Przeciwdziałanie i pomoc ofiarom przemocy w rodzinie.	ul. Poniatowskiego 1 09-317 Lutocin	(23) 658 10 01	od poniedziałku do piątku od godziny 7:00 do 15:00	<a href="http://lutocin.i-gmina.pl/">http://lutocin.i-gmina.pl/</a>  gops_lutocin@interia.pl	Każdy mieszkaniec gminy Lutocin
31	Zespół Interdyscyplinarny w Gminie Siemiatkowo	Przeciwdziałanie i pomoc ofiarom przemocy w rodzinie.	ul. Władysława Reymonta 2 09-135 Siemiatkowo	(23) 679-61-76	od poniedziałku do piątku od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://gbp.siemiatkowo.pl/">http://gbp.siemiatkowo.pl/</a>  gopsiemiatkowo@poczta.onet.pl	Każdy mieszkaniec gminy Siemiatkowo
32	Zespół Interdyscyplinarny w Mieście i Gminie Lubowidz	Przeciwdziałanie i pomoc ofiarom przemocy w rodzinie.	ul. Zielona 10 09-304 Lubowidz	(23) 658 20 78	od poniedziałku do piątku, od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://www.uglubowidz.com.pl/">http://www.uglubowidz.com.pl/</a>  ugl@uglubowidz.pl	Każdy mieszkaniec miasta i gminy Lubowidz

33	Zespół Interdyscyplinarny w Gminie Biezuń	Przeciwdziałanie i pomoc ofiarom przemocy w rodzinie.	ul. Warszawska 2/7 09-320 Biezuń	(23) 657 80 56	od poniedziałku do piątku od godziny 7:30 do 15:30	<a href="https://www.biezun.pl/">https://www.biezun.pl/</a> mgops@biezun.pl	Każdy mieszkaniec miasta i gminy Biezuń
34	Miejski Zespół Interdyscyplinarny w Gminie i Mieście Żuromin	Przeciwdziałanie i pomoc ofiarom przemocy w rodzinie.	ul. Olszewska 9/11 09-300 Żuromin	(23) 657 22 39	od poniedziałku do piątku od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://mgopszuromin.pl/">http://mgopszuromin.pl/</a> sekretariat@mgopszuromin.pl	Każdy mieszkaniec miasta i gminy Żuromin
35	Zespół Ośrodków Wsparcia, OŚRODEK INTERWENCJI KRYZYSOWEJ	Zapewnienie kompleksowej pomocy psychologicznej i prawnej dla osób i rodzin w sytuacji kryzysu psychicznego, a także prowadzenie działań profilaktycznych poprzez rozwijanie w społeczeństwie wiedzy i umiejętności potrzebnych do radzenia sobie z trudnymi sytuacjami życiowymi oraz w zakresie rozwijania umiejętności potrzebnych do kształtowania prawidłowych stosunków interpersonalnych	ul. Słowackiego 18 06-500 Mława	(23) 654 52 29 tel. zaufania: (23) 654 33 66	od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00 - 16.00	<a href="http://www.zowmlawa.home.pl/zow/mlawa/">http://www.zowmlawa.home.pl/zow/mlawa/</a> zowmlawa@zowmlawa.home.pl zowmlawa.sekretariat@interia.pl	Osoby doświadczające przemocy w rodzinie.
<b>DLA OSÓB BEZROBOTNYCH</b>							
36	Powiatowy Urząd Pracy	Rozwiązywanie problemów związanych z bezrobociem	ul. Lidzbarska 27A 09-300 Żuromin	(23) 6573163, 6574106, 6574049	od poniedziałku do piątku od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://zuromin.praca.gov.pl/">http://zuromin.praca.gov.pl/</a> pup@pupzuromin.pl	Każdy mieszkaniec Powiatu Żuromińskiego

37	Wojewódzki Urząd Pracy	Rozwiązywanie problemów związanych z bezrobociem	ul. Młynarska 16 01-205 Warszawa,  ul. Erazma Ciołka 10a 01-402 Warszawa,	(22) 578 44 00  (22) 532 22 00	od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00 - 16.00	<a href="http://wupwarszawa.praca.gov.pl/">http://wupwarszawa.praca.gov.pl/</a> <a href="mailto:up@wup.mazowsze.pl">up@wup.mazowsze.pl</a>	Każdy mieszkaniec Województwa Mazowieckiego
38	Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia	Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy.	Urząd Pracy. Ciepła 20 . 15-472 Białystok.	19 524 (z Polski) +48 22 19524 (z zagranicy)	pn.- pt. godz. 08.00-18.00	<a href="http://www.zielonalinia.gov.pl">www.zielonalinia.gov.pl</a>  <a href="mailto:biuro@zielonalinia.gov.pl">biuro@zielonalinia.gov.pl</a>	Mogą korzystać: - zarejestrowani - poszukujący pracy - pracodawcy

### DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

39	Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem Stowarzyszenia Pomocy Świadkom i Ofiarom Przepęstw „Cyriacus”	Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	Warszawa Praga Południe  ul. Międzynarodowa 68 lok.22	695 908 780  dyżur całodobowy 7 dni w tygodniu	pn.- pt. godz. 10.00 - 20.00	<a href="http://www.pokrzywdzeni.gov.pl">www.pokrzywdzeni.gov.pl</a>  <a href="mailto:funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl">funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl</a>	Osoby pokrzywdzone przestęstwem i ich osoby bliskie
----	--	---	---	--	---------------------------------	--	---

### PRAWO KONSUMENCKIE

40	Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	Plac Józefa Piłsudskiego 4 09-300 Żuromin	(23) 657 47 00	- wtorek, w godz. 10.30 - 15.30 - czwartek, w godz. 10.30 - 15.30	<a href="https://www.zuromin-powiat.pl/">https://www.zuromin-powiat.pl/</a>  rzecznik.konsumentow@zuromin-powiat.pl	Prawo konsumenckie
41	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	Infolinia konsumencka (prowadzona przez Federację Konsumentów) 801 440 220 22 290 89 16	pn.- pt. godz. 08.00-18.00	<a href="https://www.uokik.gov.pl/">https://www.uokik.gov.pl/</a>  <a href="mailto:porady@dlakonsumentow.pl">porady@dlakonsumentow.pl</a>	Prawo konsumenckie

### PRAWA PACJENTA

42	Narodowy Fundusz Zdrowia - Oddział w Warszawie, Delegatura w Ciechanowie	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta -leczenie w kraju i poza granicami -kolejki do świadczeń	ul. 17 Stycznia 7, 06-400 Ciechanów	(23) 680 84 22	od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00 - 16.00	ciechanow@nfz-warszawa.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
----	--	---	-------------------------------------	----------------	--	---------------------------	--



43	Rzecznik Praw Pacjenta	Ochrona praw pacjenta	Biuro RPP ul. Młynarska 46. 01-171 Warszawa	<b>800 190 590</b> Bezpłatna infolinia Zapisy na poradę osobistą: rezerwacja@rpp.gov.pl lub (22) 532 82 43	pn. - pt. godz. 08.00-20.00	<a href="https://www.bpp.gov.pl">https://www.bpp.gov.pl</a> <a href="mailto:kancelaria@rpp.gov.pl">kancelaria@rpp.gov.pl</a>	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
44	Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta -leczenie w kraju i poza granicami -kolejki do świadczeń	Narodowy Fundusz Zdrowia Grójecka 186 02-390 Warszawa	Infolinia Centralna <b>800 392 976 (*)</b> <b>22 572 60 42 (**)</b> (*) połączenia bezpłatne <b>(**)</b> koszt zgodnie z taryfą operatora Także każdy oddział NFZ posiada własną infolinię	pn.- pt. godz. 08.00-16.00	<a href="http://www.nfz.gov.pl">http://www.nfz.gov.pl</a> <a href="mailto:infolinia@nfz.gov.pl">infolinia@nfz.gov.pl</a>	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
45	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	SIEDZIBA ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa Telefon (22) 461 60 00 KORESPONDENCJA Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	<b>801 801 015</b>	pn.-pt. godz. 08.00-17.00	<a href="http://www.niepelnosprawni.gov.pl">http://www.niepelnosprawni.gov.pl</a> <a href="mailto:sekretariat.bon@mrpips.gov.pl">sekretariat.bon@mrpips.gov.pl</a>	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych
46	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania .	Ochrona praw dziecka	Biuro RPD Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa tel.: (22) 583 66 00 . fax.: (22) 583 66 96. pn.-pt. godz.08.15-16.15.	<b>800 121 212</b> Bezpłatna infolinia	pn.- pt. godz. 08.15-20.00. (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią)	<a href="https://brpd.gov.pl">https://brpd.gov.pl</a> <a href="mailto:rpd@brpd.gov.pl">rpd@brpd.gov.pl</a>	Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.

## PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

47	Punkt Informacyjny Zakładu Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Płocku, Biuro Terenowe w Żurominie	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	ul. Szpitalna 89/93 09-300 Żuromin	(23) 657-27-00	Poniedziałek: 8.00-18.00  Wtorek - Piątek: 8.00-15.00	<a href="http://www.zus.pl/">http://www.zus.pl/</a>	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze
48	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w <u>Centrum Obsługi Telefonicznej</u> lub podczas wizyty osobistej w placówce jak wyżej. Nr centrali : (22) 667 10 00.	(22) 560 16 00	pn. – pt. godz. 07.00 – 18.00	<a href="http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl">http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl</a>	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze

## PRAWO PRACY

49	Okręgowa Inspekcja Pracy w Warszawie, Oddział w Ciechanowie	Porady z zakresu prawa pracy.	ul. Ściegiennego 9, 06-400 Ciechanów	(023) 672 99 70	od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00 - 16.00	<a href="https://warszawa.pip.gov.pl/">https://warszawa.pip.gov.pl/</a>  <a href="mailto:otciechanow@warszawa.pip.gov.pl">otciechanow@warszawa.pip.gov.pl</a>	Porady z zakresu prawa pracy.
50	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	Porady z zakresu prawa pracy.	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa. tel. 22 391 82 15 fax. 22 391 82 14	<b>801 002 006</b> (dla tel. stacj.) <b>459 599 000</b> (dla tel. kom.) <b>22 391 83 60</b> (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. <b>Uwaga!!!</b> naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie.		<a href="http://www.bip.pip.gov.pl">www.bip.pip.gov.pl</a> , <a href="mailto:kancelaria@gip.pip.gov.pl">kancelaria@gip.pip.gov.pl</a>	Porady z zakresu prawa pracy.

## PRAWO PODATKOWE

51	Urząd Skarbowy w Żurominie	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	Plac Józefa Piłsudskiego 4, 09-300 Żuromin	(23) 657 32 56	od poniedziałku do piątku od godziny 7:30 do 15:30	<a href="http://www.mazowieckie.kas.gov.pl/urzed-skarbowy-w-zurominie">http://www.mazowieckie.kas.gov.pl/urzed-skarbowy-w-zurominie</a>	Z porad może skorzystać każdy podatnik
52	Krajowa Informacja Skarbowa	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Teodora Sixta 17, 43-300 Bielsko-Biała	01 055 055 ( z tel. stacjonarnych. (22) 330 03 30 z tel. komórkowych. 48 (22)33 00 330 z tel. zagranicznych.	pn.- pt. godz. 07.00-18.00	<a href="http://www.kis.gov.pl">www.kis.gov.pl</a> więcej: <a href="https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa">https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa</a>	Z porad może skorzystać każdy podatnik

## DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

53	Rzecznik Finansowy. (Ubezpieczonych)	Prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87 02-001 Warszawa.	<u>Ubezpieczenia gospodarcze</u> (22) 333 73 28 <u>Ubezpieczenia Spółeczne, OFE ZUS</u> (22) 333 73 26 lub (22) 333 73 27 <u>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego</u> (22) 333 73 25	pn.-pt. godz. 08.00-18.00  pn.-pt. godz.11.00-15.00  pn.-pt. godz. 08.00-16.00	<b>Porady e-mail:</b> <a href="mailto:porady@rf.gov.pl">porady@rf.gov.pl</a> (czas oczekiwania na odpowiedź e-mailową ok. 2 tygodni)  <a href="https://rf.gov.pl/kontakt">https://rf.gov.pl/kontakt</a>  <a href="mailto:biuro@rf.gov.pl">biuro@rf.gov.pl</a>	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń
----	--------------------------------------	----------------------	---	--	--	---	--

## INNE

54	<b>WWW. OBYWATEL.GOV.PL</b>			Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji			
55	Rzecznik Praw Obywatelskich	Ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO Al. Solidarności 77. 00-090 Warszawa	800 676 676 . Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych	pon. godz. 10.00-18.00 wt.- pt. godz. 08.00-16.00	<a href="https://www.rpo.gov.pl">https://www.rpo.gov.pl</a>  <a href="mailto:biurorzecznika@brpo.gov.pl">biurorzecznika@brpo.gov.pl</a>	Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone

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

**ZAPISY** na wizyty pod numerem telefonu: **(23) 657 47 00 wew. 39** lub przy pomocy witryny: <https://zapisy-np.ms.gov.pl/>, [opcjonalnie: e-mailem: [npp@zuromin-powiat.pl](mailto:npp@zuromin-powiat.pl)] Osoby, które ze względu na niepełnosprawność ruchową nie są w stanie przybyć do punktu lub osoby doświadczające trudności w komunikowaniu się mogą otrzymać poradę przez telefon lub przez Internet. Blizsze informacje pod numerem podanym do zapisów.

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

<b>NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA</b>							
	<b>PROWADZĄCY</b>	<b>ADRESY DYŻURÓW</b>	<b>DNI i GODZINY</b>	<b>SPECJALIZACJA (o ile określono)</b>	<b>lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich</b>	<b>DANE KONTAKTOWE</b>	<b>WWW</b>
56	Punkt Nr 1 : Radców Prawnych i Adwokatów	Żuromin, ul. Lidzbarska 27	Pon. godz. 8-12	-	tak	INFORMACJE i ZAPISY: pon. –pt. w godz. 7:30- 15:30 pod nr (23) 657 47 00 wew. 39, lub <a href="https://zapisy-np.ms.gov.pl/">https://zapisy- np.ms.gov.pl/</a> opcjonalnie e-mail: <a href="mailto:npp@powiat-zuromin.pl">npp@powiat-zuromin.pl</a>	<a href="https://www.zuromin-powiat.pl/">https://www.zuromin- powiat.pl/</a>
		Żuromin, ul. Lidzbarska 27	Wt. godz. 8-12	-	tak		
		Żuromin, ul. Lidzbarska 27	Śr. godz. 8-12	-	tak		
		Żuromin, ul. Lidzbarska 27	Czw. godz. 8-12	-	tak		
		Żuromin, ul. Lidzbarska 27	Pt. godz. 8-12	-	tak		
57	Punkt Nr 2: Zaborskie Towarzystwo Naukowe	Kuczbork-Osada, ul Mickiewicza 7b	Pon. godz. 8-12	-	tak	INFORMACJE i ZAPISY: pon. –pt. w godz. 7:30- 15:30 pod nr (23) 657 47 00 wew. 39, lub <a href="https://zapisy-np.ms.gov.pl/">https://zapisy- np.ms.gov.pl/</a> opcjonalnie e-mail: <a href="mailto:npp@powiat-zuromin.pl">npp@powiat-zuromin.pl</a>	<a href="https://www.zuromin-powiat.pl/">https://www.zuromin- powiat.pl/</a>
		Lubowidz, ul. Zielona 10	Wt. godz. 8-12	-	tak		
		Bieżeń, ul. Warszawska 2	Śr. godz. 8-12	-	tak		
		Lutocin, ul. Poniatowskiego 1	Czw. godz. 8-12	-	tak		
		Siemiątkowo, ul. Wł. Reymonta 3A	Pt. godz. 7:30-11:30	-	tak		

**NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE**

58	Punkt Nr 2: Zaborskie Towarzystwo Naukowe	Kuczbork-Osada, ul Mickiewicza 7b	Pon. godz. 8-12	-	tak	INFORMACJE i ZAPISY: pon. –pt. w godz. 7:30- 15:30 pod nr (23) 657 47 00 wew. 39, lub <a href="https://zapisy-&lt;br/&gt;np.ms.gov.pl/">https://zapisy- np.ms.gov.pl/</a> opcjonalnie e-mail: <a href="mailto:npp@powiat-zuromin.pl">npp@powiat-zuromin.pl</a>	<a href="https://www.zuromin-&lt;br/&gt;powiat.pl/">https://www.zuromin- powiat.pl/</a>
		Lubowidz, ul. Zielona 10	Wt. godz. 8-12	-	tak		
		Biezuń, ul. Warszawska 2	Śr. godz. 8-12	-	tak		
		Lutocin, ul. Poniatowskiego 1	Czw. godz. 8-12	-	tak		
		Siemiątkowo, ul Wł. Reymonta 3A	Pt. godz. 7:30-11:30	-	tak		