

## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

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

|                       | NAZWA JEDNOSTKI                                   | ZAKRES PORADNICTWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | ADRES                                                                                                 | TELEFON, e-mail, www                                                                                                                                  | DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny                                                                                                    | KRYTERIA DOSTĘPU                                                            |
|-----------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <b>RODZINNE</b>       |                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                       |                                                                                                                                                       |                                                                                                                             |                                                                             |
| 1.                    | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wąbrzeźnie    | PCPR realizuje zadania z zakresu pomocy i integracji społecznej, wsparcia rodziny i pieczy zastępczej oraz rehabilitacji społecznej osób niepełnosprawnych. Działania obejmują środowiskową pomoc społeczną, rehabilitację społeczną osób niepełnosprawnych i pomoc kierowaną do dzieci pozbawionych właściwej opieki rodziców. | 87-200 Wąbrzeźno<br>ul. Wolności 44                                                                   | <b>56 688 24 00</b><br><br>pcpr@wabrezno.pl                                                                                                           | poniedziałek/środa/<br>czwartek – godz.<br>7:30 – 15:30<br>wtorek – godz. 7:30<br>– 16:30<br>piątek – godz. 7:30<br>– 14:30 | mieszkańcy powiatu<br>wąbrzeskiego                                          |
| <b>PSYCHOLOGICZNE</b> |                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                       |                                                                                                                                                       |                                                                                                                             |                                                                             |
| 2.                    | Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Wąbrzeźnie | Sprawuje opiekę psychologiczną, pedagogiczną i logopedyczną na terenie Powiatu Wąbrzeskiego                                                                                                                                                                                                                                     | ul. Wolności 35 w Wąbrzeźnie                                                                          | Tel./ Fax 56-688-21-75<br><br><a href="mailto:poradnia.wabrezno@data.pl">poradnia.wabrezno@data.pl</a>                                                | pon. – pt. 8.00-16.00                                                                                                       | Celem jest niesienie pomocy zarówno dzieciom i młodzieży jak i ich rodzicom |
| 3.                    | Telefon Zaufania Dla Osób Starszych               | Stowarzyszenie mali bracia Ubogich przeciwdziałą marginalizacji osób starszych, łamię stereotypy na temat starości i alarmuje społeczeństwo o trudnej sytuacji seniorów w Polsce.                                                                                                                                               | Ogólnopolskie Stowarzyszenie mali bracia Ubogich<br>ul. Gen. Władysława Andersa 13<br>00-159 Warszawa | 800 70 2222<br>bezpłatna infolinia<br><br>15 841 46 38<br>wg stawek operatora<br><a href="mailto:porady@liniawsparcia.pl">porady@liniawsparcia.pl</a> | 24 godz. przez 7 dni w tygodniu                                                                                             | osamotnione osoby starsze, wolontariusze chcący nieść pomoc                 |

|                                                                                                       |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                           |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                             |                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4.                                                                                                    | Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ) | Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze                                                                                                                                                                                                                                                                          | Fundacja ITAKA<br>skr. pocztowa 127<br>00-958 Warszawa 66 | 800 70 2222<br>bezpłatna infolinia<br><a href="http://www.liniawsparcia.pl">www.liniawsparcia.pl</a><br><a href="mailto:porady@liniawsparcia.pl">porady@liniawsparcia.pl</a> | 24 godz. przez<br>7 dni w tygodniu                                                                                          | Dla osób będących w kryzysie psychicznym                                                                              |
| <b>PEDAGOGICZNE</b>                                                                                   |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                           |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                             |                                                                                                                       |
| 5.                                                                                                    | Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Wąbrzeźnie                      | Sprawuje opiekę psychologiczną, pedagogiczną i logopedyczną na terenie Powiatu Wąbrzeskiego                                                                                                                                                                                                                                     | ul. Wolności 35 w Wąbrzeźnie                              | Tel./ Fax 56-688-21-75<br><a href="mailto:poradnia.wabrzezno@data.pl">poradnia.wabrzezno@data.pl</a>                                                                         | pon. – pt. 8.00-16.00                                                                                                       | Celem jest niesienie pomocy zarówno dzieciom i młodzieży jak i ich rodzicom                                           |
| <b>POMOC SPOŁECZNA</b>                                                                                |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                           |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                             |                                                                                                                       |
| 6.                                                                                                    | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wąbrzeźnie                         | PCPR realizuje zadania z zakresu pomocy i integracji społecznej, wsparcia rodziny i pieczy zastępczej oraz rehabilitacji społecznej osób niepełnosprawnych. Działania obejmują środowiskową pomoc społeczną, rehabilitację społeczną osób niepełnosprawnych i pomoc kierowaną do dzieci pozbawionych właściwej opieki rodziców. | 87-200 Wąbrzeźno<br>ul. Wolności 44                       | 56 688 24 00<br><a href="mailto:pcpr@wabrzezno.pl">pcpr@wabrzezno.pl</a>                                                                                                     | poniedziałek/środa/<br>czwartek – godz.<br>7:30 – 15:30<br>wtorek – godz. 7:30<br>– 16:30<br>piątek – godz. 7:30<br>– 14:30 | Mieszkańcy powiatu wąbrzeskiego                                                                                       |
| <b>ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ<br/>PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ</b> |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                           |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                             |                                                                                                                       |
| 7.                                                                                                    | 1) Wąbrzeskie Centrum Profilaktyki Terapii i Integracji Społecznej     | - dyżur prawnika<br><br>Stowarzyszenie Specjalistyczna Pomoc Rodzinom „Nadzieja”                                                                                                                                                                                                                                                | ul. 1 – go Maja 46,<br>87-200 Wąbrzeźno                   | Tel.: 566871535<br><br><a href="mailto:sekretariat@wabreskiecentrum.pl">sekretariat@wabreskiecentrum.pl</a><br><br>56 687 15 35                                              | Dyżur prawnika w każdy piątek w godzinach: 16.00 – 17.30<br><br>Raz w tygodniu w różnych godzinach                          | Mieszkańcy powiatu wąbrzeskiego - osoby i rodziny uwiękane w przemoc<br>Osoby uzależnione oraz osoby współuzależnione |

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                     |  |                                                                          |                                                                                         |                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                         |                                                                                                                                                                                                                         | Fundacja „Dies Mei” dla osób pokrzywdzonych przestępstwem                           |  | 56 687 15 35                                                             | Poniedziałek -<br>Wtorek<br>w godz.<br>10.00 – 15.00                                    |                                                                                                                                  |
| 2) Punkt Konsultacyjno – informacyjny w Dębowej Łące    | Poradnictwo dla osób i rodzin doświadczających problemów wynikających z dysfunkcji społecznych takich jak: alkoholizm, narkotyki, przemoc.                                                                              | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Dębowej Łące<br>87-207 Dębowa Łąka               |  | Telefon: (56) 688 49 10<br><br>sekretariat@ugdl.pl                       | Każdy pierwszy poniedziałek miesiąca<br>w godz.<br>12:00 -15.00                         | 2) Dla mieszkańców Gminy Dębowa Łąka<br><br>Osoby i rodziny uwiętane w przemoc.<br>Osoby uzależnione oraz osoby współuzależnione |
| 3) Punkt Konsultacyjno – informacyjny w Gminie Książki  | Udzielanie porad i zajęcia w zakresie uzależnień od alkoholu oraz problemów dotyczących przemocy w rodzinie.                                                                                                            | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Książkach<br>ul. Bankowa 4<br>87-222 Książki     |  | tel. 56 6888110<br><br>gops@gminaksiazki.pl                              | W każdy piątek<br>od 9.00 do 13.00                                                      | 3) Dla mieszkańców Gminy Książki<br>Osoby i rodziny uwiętane w przemoc<br>Osoby uzależnione oraz osoby współuzależnione          |
| 4) Punkt Konsultacyjno – informacyjny w Gminie Płużnica | Zajęcia psychoedukacyjne. Konsultacje terapeutyczne indywidualne i grupowe. Wsparcie, pomoc prawna. Zasady interwencji wobec osób nadużywających alkoholu bądź uzależnionych, kierowanie do specjalistycznych placówek. | Płużnickie Centrum Usług Społecznych<br>Płużnica 54<br>87-214 Płużnica              |  | 56 6887509<br><br>pcus@pluznica.pl                                       | W każdą środę<br>miesiąca<br>w godzinach 12.00-15.00                                    | 4) Dla mieszkańców Gminy Płużnica<br>Osoby i rodziny uwiętane w przemoc<br>Osoby uzależnione oraz osoby współuzależnione         |
| 5) Ośrodek Pomocy Społecznej Gminy Ryńsk                | Poradnictwo socjalne                                                                                                                                                                                                    | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Ryńsku<br>ul. Mickiewicza 21<br>87-200 Wąbrzeźno |  | 56 687 75 34<br><a href="mailto:ops@gminarynsk.pl">ops@gminarynsk.pl</a> | Pn. – pt.<br>7.15 – 15.15                                                               | 5) Dla mieszkańców Gminy Płużnica<br>Osoby i rodziny uwiętane w przemoc<br>Osoby uzależnione oraz osoby współuzależnione         |
| 6) Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wąbrzeźnie       | Poradnictwo socjalne w sytuacjach: przemocy domowej.<br>Program psychologiczno-terapeutyczny dla osób stosujących przemoc domową oraz Program korekcyjno-edukacyjny dla osób                                            | Ul. Wolności 44<br>87-200 Wąbrzeźno                                                 |  | 56 688 24 51 wew. 136<br><br>pcpr@wabrzezno.pl                           | (poniedziałek, środa, czwartek: 7:30 - 15:30, wtorek: 7:30 - 16:30, piątek 7:30 - 14:30 |                                                                                                                                  |

|                              |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                    |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                               |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
|                              |                                                                                  | stosujących przemoc domową (realizowane w zależności od potrzeb)                                                                                                                                                                       |                                                                                                    |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                               |
| 8.                           | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wąbrzeźnie<br>Ośrodek Interwencji Kryzysowej | Psychologiczne w sytuacjach: przemocy w rodzinie, kryzysów małżeńskich, przeżyć traumatycznych, sieroctwa, żałoby zachowań samobójczych, klęsk żywiołowych lub innych zdarzeń losowych, kryzysów rozwojowych i problemów wychowawczych | 87-200 Wąbrzeźno<br>ul. Wolności 44                                                                | 56 688 24 00<br><br>pcpr@wabrezno.pl                                                                                                                                                  | Dwa razy w miesiącu (terminy ustalane co miesiąc)                                                                                                                                                                      | Mieszkańcy Powiatu – osoby potrzebujące wsparcia w zakresie działania Ośrodka |
| 9.                           | Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”          | - wsparcie<br>- pomoc psychologiczna,<br>- informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej                                                                                                                       | Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych<br>Al. Jerozolimskie 155<br>02-326 Warszawa | 800 120 002<br><br>Bezpłatna infolinia<br>www.niebieskalinia.info                                                                                                                     | pn. – sob.<br>08.00–22.00<br>ndz. i święta<br>08.00–16.00                                                                                                                                                              | Dla osób doświadczających przemocy domowej                                    |
| 10                           | Telefon STOP (Centrum Praw Kobiet)                                               | Pomoc w sytuacjach przemocy wobec kobiet (w rodzinie, seksualnej, ekonomicznej, molestowania seksualnego, mobbingu, dyskryminacji)                                                                                                     | Fundacja Centrum Praw Kobiet<br>ul. Wilcza 60/19<br>00-679 Warszawa                                | 22) 621 35 37<br>tel. zaufania STOP<br>600 07 07 17<br>tel. interwencyjny<br>pomoc@cpk.org.pl<br>www.cpk.org.pl                                                                       | tel. STOP pn.-pt.<br>10:00-16:00<br><br>tel. interwenc. całą dobę 7 dni w tygodniu                                                                                                                                     | Kobiety doświadczające różnych form przemocy, świadkowie przemocy             |
| <b>INTERWENCJA KRYZYSOWA</b> |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                    |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                               |
| 11.                          | Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego w Wąbrzeźnie                           | Monitorowanie, planowanie, reagowanie i usuwanie skutków zagrożeń na terenie powiatu                                                                                                                                                   | 87-200 Wąbrzeźno<br>ul. Wolności 44                                                                | Nr telefonu:<br>56 688-24-51 wew. 108<br>Tel komórkowy:<br>668 467 855<br><br>e-mail: czk@wabrezno.pl<br><br>Nr telefonu: 56 689-09-00 lub 998<br><br>e-mail:<br>wabrezno@kujawy.psp. | <b>w godzinach pracy urzędu</b><br>(poniedziałek, środa, czwartek: 7:30 - 15:30, wtorek: 7:30 - 16:30, piątek 7:30 - 14:30):<br><br><b>poza godzinami pracy urzędu:</b><br><br>Stanowisko Kierowania Komendy Powiatowe | Każdy mieszkaniec powiatu                                                     |

|                                              |                                                                                    |                                                                                                                              |                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                             |                                                                                                          |
|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                              |                                                                                    |                                                                                                                              |                                                                                               | gov.pl                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Państwowej Straży<br>Pożarnej w<br>Wąbrzeźnie                                                                               |                                                                                                          |
| 12.                                          | Centralne<br>Zarządzanie<br>Kryzysowe<br>Rządowe Centrum<br>Bezpieczeństwa         | Monitorowanie bezpieczeństwa                                                                                                 | Rakowiecka 2A<br>00-993 Warszawa                                                              | Całodobowy dyżur:<br>(22) 361 69 00<br>(22) 785 700 177<br>e-mail:<br><a href="mailto:dyzurny@rcb.gov.pl">dyzurny@rcb.gov.pl</a><br><br><a href="http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/">http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/</a><br><br><a href="mailto:poczta@rcb.gov.pl">poczta@rcb.gov.pl</a> | 24 godziny na dobę<br>przez 7 dni w<br>tygodniu                                                                             | Świadek zagrożenia<br>kryzysowego<br>Osoba poszukująca informacji<br>na temat<br>zarządzania kryzysowego |
| <b>DLA OSÓB BEZROBOTNYCH</b>                 |                                                                                    |                                                                                                                              |                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                             |                                                                                                          |
| 13.                                          | Powiatowy Urząd<br>Pracy w<br>Wąbrzeźnie                                           | Wsparcie osób bezrobotnych<br>i poszukujących pracy<br>w znalezieniu pracy oraz<br>pracodawców<br>w pozyskiwaniu pracowników | 87-200 Wąbrzeźno<br>ul. Wolności 44                                                           | tel: (56) 690 04 00<br>fax: (56) 690 04 29<br><br><a href="mailto:kancelaria@pup-wabrzezno.pl">kancelaria@pup-wabrzezno.pl</a>                                                                                                                                                                          | poniedziałek/środa/<br>czwartek – godz.<br>7:30 – 15:30<br>wtorek – godz. 7:30<br>– 16:30<br>piątek – godz. 7:30<br>– 14:30 | Osoby bezrobotne<br>i poszukujące pracy,<br>pracodawcy, osoby zagrożone<br>bezrobociem                   |
| 14.                                          | Infolinia Urzędów<br>Pracy - Zielona<br>Infolinia                                  | Pod tym numerem udzielane są<br>informacje o usługach urzędów<br>pracy.                                                      | Biuro Komunikacji<br>Elektronicznej<br>Trawiasta 20b<br>15-161 Białystok                      | 19 524<br>(z Polski)<br>+48 22 19524<br>(z zagranicy)<br>Koszt zgodnie z taryfą<br>operatora.<br><br><a href="http://www.zielonalinia.gov.pl">www.zielonalinia.gov.pl</a>                                                                                                                               | pn.- pt.<br>08.00-18.00                                                                                                     | Mogą korzystać:<br>- zarejestrowani<br>-poszukujący pracy<br>- pracodawcy                                |
| <b>DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM</b> |                                                                                    |                                                                                                                              |                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                             |                                                                                                          |
| 15.                                          | Ogólnopolskie<br>Pogotowie dla Ofiar<br>Przemocy w<br>Rodzinie "Niebieska<br>linia | Wsparcie, pomoc psychologiczna,<br>informacja o najbliższym miejscu<br>pomocy w problemach przemocy<br>domowe                | Instytut Psychologii<br>Zdrowia NIEBIESKA<br>LINIA<br>ul. Korotyńskiego 13<br>02-121 Warszawa | (22) 668 70 00 (Poradnia<br>Telefoniczna Niebieskiej<br>Linii)<br><br><a href="mailto:pogotowie@niebieskalinia.pl">pogotowie@niebieskalinia.pl</a><br><br><a href="http://www.niebieskalinia.pl">www.niebieskalinia.pl</a>                                                                              | 7 dni w tygodniu w<br>godzinach od 10.00<br>do 20.00<br>Infolinia czynna<br>codziennie 24<br>godziny na dobę                | Osoby pokrzywdzone<br>przestępstwem i ich najbliżsi<br>oraz świadkowie przestępstw<br>i ich najbliżsi    |

|                           |                                                    |                            |                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                        |                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------|----------------------------------------------------|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                           |                                                    |                            |                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                        |                                                                                                                                                                                          |
| <b>PRAWO KONSUMENCKIE</b> |                                                    |                            |                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                        |                                                                                                                                                                                          |
| 16.                       | Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów                | Ochrona praw konsumenckich | Starostwo Powiatowe<br>Plac Wolności 2ul.<br>Wolności 44<br>87-200 Wąbrzeski               | Tel. 56 688 24-50 wew. 149<br>502 401 116<br>pokój nr 124 I piętro<br><br><a href="mailto:prk@wabrzezno.pl">prk@wabrzezno.pl</a>                                                                                              | pn. 7.20-10.20<br>wt. 7.20-11.20<br>śr. 7.30-16.30<br>cz. 7.30-16.30<br>pt. 7.30-12.30 | Z porad mogą korzystać konsumenci, tj. osoby fizyczne, które dokonują czynności prawnej z przedsiębiorcą dla celów niezwiązanych z prowadzeniem działalności gospodarczej lub zawodowej. |
| 17.                       | Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów            | Ochrona praw konsumenckich | UOKiK<br>Pl. Powstańców<br>Warszawy 1<br>00-950 Warszawa                                   | Infolinia konsumencka (prowadzona przez Federację Konsumentów)<br><br>801 440 220<br>22 290 89 16<br><br>Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora<br><br><a href="https://www.uokik.gov.pl/">https://www.uokik.gov.pl/</a> | pn.- pt.<br>08.00-18.00                                                                | Prawo konsumenckie                                                                                                                                                                       |
| <b>PRAWA DZIECKA</b>      |                                                    |                            |                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                        |                                                                                                                                                                                          |
| 18                        | Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania | ochrona praw dziecka       | Biuro Rzecznika Praw Dziecka<br>ul. Chocimska 6<br>00-791 Warszawa<br>tel.: (22) 583-66-00 | 800-121-212<br>SOS Bezpłatna infolinia – czynna całą dobę<br>tel. (22) 583 66 00<br><br><a href="https://brpd.gov.pl">https://brpd.gov.pl</a><br><br><a href="mailto:rpd@brpd.gov.pl">rpd@brpd.gov.pl</a>                     | Biuro Rzecznika poniedziałek – piątek<br>8:15 – 16:15                                  | sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych.<br>Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.                                                       |

|                       |                                                                                                                 |                                                                                                                           |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                          |                                                                                                                       |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                       |                                                                                                                 |                                                                                                                           |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                          |                                                                                                                       |
| <b>PRAWA PACJENTA</b> |                                                                                                                 |                                                                                                                           |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                          |                                                                                                                       |
| 19.                   | Rzecznik Praw Pacjenta                                                                                          | Ochrona praw pacjenta                                                                                                     | Biuro RPP<br>ul. Młynarska 46.<br>01-171 Warszawa                                                                                       | 800 190 590<br>Bezpłatna infolinia<br><br>Zapisy na poradę osobistą:<br><br>rezerwacja@rpp.gov.pl<br><br>lub (22) 532 82 43<br><br><a href="https://www.bpp.gov.pl">https://www.bpp.gov.pl</a><br><br><a href="mailto:kancelaria@rpp.gov.pl">kancelaria@rpp.gov.pl</a>                                                                                                                                                                      | pn. - pt.<br>08.00-20.00 | Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta                                                    |
| 20.                   | Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala<br><br><br><br><br><br><br>Kujawsko-Pomorski Oddział Wojewódzki w Bydgoszczy | Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego:<br>- prawa pacjenta<br>-leczenie w kraju i poza granicami<br>-kolejki do świadczeń | Narodowy Fundusz Zdrowia<br>Grójecka 186<br>02-390 Warszawa<br><br><br>ul. Łomżyńska 33<br>85-863 Bydgoszcz                             | Infolinia Centralna<br><b>800 392 976 (*)</b><br><b>22 572 60 42 (**)</b><br>(*) połączenia bezpłatne<br>(**) koszt zgodnie z taryfą operatora<br>Także każdy oddział NFZ posiada własną infolinię<br><br><a href="http://www.nfz.gov.pl">http://www.nfz.gov.pl</a><br><br><a href="mailto:infolinia@nfz.gov.pl">infolinia@nfz.gov.pl</a><br><br><a href="mailto:oddzial.bydgoszcz@nfz-bydgoszcz.pl">oddzial.bydgoszcz@nfz-bydgoszcz.pl</a> | pn.- pt.<br>08.00-16.00  | Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym                                        |
| 21.                   | Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych                                                                            | Ochrona praw osób niepełnosprawnych                                                                                       | SIEDZIBA<br>ul. Żurawia 4 A,<br>00- 503 Warszawa<br>Telefon<br>(22) 461 60 00<br>KORESPONDENCJA<br>Nowogrodzka 1/3/5<br>00-513 Warszawa | 801 801 015<br>Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora<br><br><a href="http://www.niepelnosprawni.gov.pl">http://www.niepelnosprawni.gov.pl</a><br><br><a href="mailto:sekretariat.bon@mrpips.gov.pl">sekretariat.bon@mrpips.gov.pl</a>                                                                                                                                                                                                 | pn.-pt.<br>08.00-17.00   | Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych |

|                                      |                                                                           |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                            |                                                                                  |
|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
|                                      |                                                                           |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                            |                                                                                  |
| <b>PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH</b> |                                                                           |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                            |                                                                                  |
| 22.                                  | Centrum Obsługi<br>Telefonicznej<br>Zakładu<br>Ubezpieczeń<br>Społecznych | Zakres informacji:<br>- pomoc techniczna<br>- składki<br>- renty<br>- emerytury | Klienci mogą<br>skorzystać z pomocy<br>pracowników w<br><u>Centrum Obsługi<br/>Telefonicznej</u> lub<br>podczas wizyty<br>osobistej w placówce<br>jak wyżej.<br>Nr centrali :<br>(22) 667 10 00 | (22) 560 16 00<br>Koszt połączenia zgodnie z<br>taryfą operatora.<br><br><a href="http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-">http://www.zus.pl/o-<br/>zus/kontakt/centrum-<br/>obslugi-telefonicznej-cot-</a><br><br><a href="mailto:cot@zus.pl">cot@zus.pl</a>                                                                                                                                             | pn. – pt.<br>07.00 – 18.00 | Adresaci porad:<br>- ubezpieczeni<br>- płatnicy<br>- lekarze                     |
| <b>PRAWO PRACY</b>                   |                                                                           |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                            |                                                                                  |
| 23.                                  | Centrum<br>Poradnictwa<br>Państwowej<br>Inspekcji Pracy (PIP)             | Porady z zakresu prawa pracy.                                                   | Główny Inspektorat<br>Pracy<br>ul. Barska 28/30<br>02-315 Warszawa.<br>tel. 22 391 82 15<br>fax. 22 391 82 14                                                                                   | 801 002 006<br>(dla 8tel. stacj.)<br>459 599 000<br>(dla 8tel. kom.)<br>22 391 83 60<br>(dla obywateli Ukrainy<br>zatrudnionych na terenie<br>RP)<br>Koszt połączenia zgodnie z<br>taryfą operatora. <b>Uwaga!!!</b><br>naliczane są koszty za czas<br>oczekiwania na połączenie<br><br><a href="http://www.bip.pip.gov.pl">www.bip.pip.gov.pl</a> ,<br><br><a href="mailto:kancelaria@gip.pip.gov.pl">kancelaria@gip.pip.gov.pl</a> | pn.-pt. 7:00-18:00         | osoby szukające informacji<br>z zakresu przepisów prawa<br>podatkowego i celnego |
| <b>PRAWO PODATKOWE</b>               |                                                                           |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                            |                                                                                  |
| 24.                                  | Krajowa Informacja<br>Skarbowa                                            | Informacje podatkowe dot. PIT,<br>CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza<br>etc.     | ul. Teodora Sixta 17,<br>43-300 Bielsko-Biała                                                                                                                                                   | 22 330 03 30 (z tel.kom.)<br>801 055 055<br>(z tel.stacjonarnych)<br>+48 22 330 03 30<br>(z zagranicy)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | pn.- pt.<br>07.00-18.00    | Z porad może skorzystać<br>każdy podatnik                                        |

|                                                                  |                                         |                                                                                                                                                         |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                              |                                                               |
|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
|                                                                  |                                         |                                                                                                                                                         |                                                                         | <p>Delegatura KIS w Toruniu<br/>tel. 56 669 57 00<br/><a href="http://www.kis.gov.pl">www.kis.gov.pl</a></p> <p>więcej:<br/><a href="https://poradnikprzedsiebiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa">https://poradnikprzedsiebiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa</a></p>                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                              |                                                               |
| <b>DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO</b> |                                         |                                                                                                                                                         |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                              |                                                               |
| 25.                                                              | Rzecznik Finansowy.<br>(Ubezpieczonych) | Wsparcie klientów w sporach z podmiotami rynku finansowego (poradnictwo, interwencje, postępowania polubowne, wsparcie w trakcie postępowania sądowego) | Biuro Rzecznika Finansowego<br>Al. Jerozolimskie 87<br>02-001 Warszawa. | <p><u>Ubezpieczenia gospodarcze</u><br/>(22) 333 73 28</p> <p><u>Ubezpieczenia Społeczne, OFE ZUS</u><br/>(22) 333 73 26<br/>lub (22) 333 73 27</p> <p><u>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego</u><br/>(22) 333 73 25</p> <p><b>Porady e-mail:</b><br/><a href="mailto:porady@rf.gov.pl">porady@rf.gov.pl</a><br/>(czas oczekiwania na odpowiedź e-mailową ok.2 tygodni)</p> <p><a href="https://rf.gov.pl/kontakt">https://rf.gov.pl/kontakt</a></p> <p><a href="mailto:biuro@rf.gov.pl">biuro@rf.gov.pl</a></p> | <p>pn.-pt.<br/>08.00-18.00</p> <p>pn.-pt.<br/>11.00-15.00</p> <p>pn.-pt.<br/>08.00-16.00</p> | Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń          |
| <b>INNE</b>                                                      |                                         |                                                                                                                                                         |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                              |                                                               |
| 26.                                                              | <b>WWW. OBYWATEL.GOV.PL</b>             |                                                                                                                                                         |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <a href="#">Informacje i usługi przyjazne obywatelom</a><br>portal Ministerstwa Cyfryzacji   |                                                               |
| 27.                                                              | Rzecznik Praw Obywatelskich             | Ochrona praw obywatelskich                                                                                                                              | Biuro RPO<br>Al. Solidarności 77.<br>00-090 Warszawa                    | <p>800 676 676</p> <p>Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych</p> <p><a href="https://www.rpo.gov.pl">https://www.rpo.gov.pl</a><br/><a href="mailto:biurorzecznika@brpo.gov.pl">biurorzecznika@brpo.gov.pl</a></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <p>pon.<br/>10.00-18.00</p> <p>wt.- pt.<br/>08.00-16.00</p>                                  | Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone |

## POWIAT WĄBRZESKI

### NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE (wg art. 8a ust 1 pkt 2)

**ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu: 56 688 24 51 wew. 101**

#### Lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich

Osobom, które ze względu na niepełnosprawność ruchową nie są w stanie przybyć do punktu lub osobom doświadczającym trudności w komunikowaniu może być udzielana nieodpłatna pomoc prawna lub świadczone nieodpłatne poradnictwo obywatelskie także poza punktem albo za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość (np. przez telefon lub przez internet). Porada prawna będzie udzielana w warunkach i na zasadach adekwatnych do niepełnosprawności danej osoby. Bliższe informacje pod numerem telefonu podanym do zapisów.

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

| NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA/MEDIACJA w 2025 |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                          | PROWADZĄCY                                                                                                                                                                                                             | ADRESY<br>DYŻURÓW                                                                 | DNI i GODZINY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | SPECJALIZACJI<br>(nie określono) | DANE KONTAKTOWE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 1                                        | Punkt Radców<br>Prawnych/Adwokatów<br><br><i>Punkt prowadzi<br/>również nieodpłatną<br/>mediację. Nieodpłatna<br/>mediacja ma być<br/>przeprowadzana w<br/>razie potrzeb po<br/>telefonicznym<br/>zarejestrowaniu.</i> | Budynek Starostwa<br>Powiatowego w<br>Wąbrzeźnie<br>(pokój 15)<br>ul. Wolności 44 | <b>Adwokat</b> <ul style="list-style-type: none"><li>– od 01.01.2025 r. do 31.03.2025 r. w każdą środę i piątek, godz. 7:30 - 11:30</li><li>– od 01.04.2025 r. do 30.06.2025 r. w każdy poniedziałek, środę i czwartek, godz. 7:30 - 11:30</li><li>– od 01.07.2025 r. do 30.09.2025 r. w każdą środę i piątek, godz. 7:30 - 11:30</li><li>– od 01.10.2025 r. do 31.12.2025 r. w każdy poniedziałek, środę i czwartek, godz. 7:30 - 11:30</li></ul> <b>Radca prawny / Mediator</b> <ul style="list-style-type: none"><li>– od 01.01.2025 r. do 31.03.2025 r. w każdy poniedziałek, wtorek i czwartek, godz. 7:30 - 11:30</li><li>– od 01.04.2025 r. do 30.06.2025 r. w każdy wtorek i piątek, godz. 7:30 - 11:30</li><li>– od 01.07.2025 r. do 30.09.2025 r. w każdy poniedziałek, wtorek i czwartek, godz. 7:30 - 11:30</li><li>– od 01.10.2025 r. do 31.12.2025 r. w każdy wtorek i piątek, godz. 7:30 - 11:30</li></ul> |                                  | INFORMACJE:<br>pn. – pt. 7:30 - 11:30<br><br>ZAPISY:<br>Tel: 56 688 24 51 wew. 101<br>poniedziałek, środa i czwartek 7:30-15:30<br>wtorek 7:30-16:30<br>piątek 7:30-14:30<br>www.wabrzezno.pl<br><br>e-mail: <a href="mailto:starostwo@wabrzezno.pl">starostwo@wabrzezno.pl</a><br><br><a href="https://np.ms.gov.pl/kujawsko-pomorskie/w%C4%85brzeski">https://np.ms.gov.pl/kujawsko-pomorskie/w%C4%85brzeski</a> |

|                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                  |                                                                                                                                                                                         |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2                                                  | <p>Punkt prowadzony przez organizację pozarządową Porad udzielają radcowie prawni wyznaczeni przez organizację prowadzącą punkt:<br/><b>SURSUM CORDA</b></p> <p><i>Punkt prowadzi również nieodpłatną mediację. Nieodpłatna mediacja ma być przeprowadzana w razie potrzeb po telefonicznym zarejestrowaniu.</i></p> | <p>Budynek Starostwa Powiatowego w Wąbrzeźnie (pokój 15)<br/>ul. Wolności 44</p> | <p>Radcy prawni / Mediator</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Nieodpłatna pomoc prawna: <ul style="list-style-type: none"> <li>pn. - czw.: 11:30 - 15:30</li> </ul> </li> </ul> |  | <p>INFORMACJE:<br/>pn., śr. i czw.: 11:30 - 15:30<br/>wt. 12:30 - 16:30<br/>ZAPISY:<br/>Tel: 56 688 24 51 wew. 101<br/>poniedziałek, środa i czwartek 7:30-15:30<br/>wtorek 7:30-16:30<br/>piątek 7:30-14:30<br/><a href="http://www.wabrzezno.pl">www.wabrzezno.pl</a></p> <p>e-mail <a href="mailto:starostwo@wabrzezno.pl">starostwo@wabrzezno.pl</a></p> <p><a href="https://np.ms.gov.pl/kujawsko-pomorskie/w%C4%85brzeski">https://np.ms.gov.pl/kujawsko-pomorskie/w%C4%85brzeski</a></p> |
| <b>NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE w 2025</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                  |                                                                                                                                                                                         |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 3                                                  | <p>Punkt prowadzony przez organizację pozarządową Porad udzielają radcowie prawni wyznaczeni przez organizację prowadzącą punkt:<br/><b>SURSUM CORDA</b></p>                                                                                                                                                         | <p>Budynek Starostwa Powiatowego w Wąbrzeźnie (pokój 15)<br/>ul. Wolności 44</p> | <p>Radca prawny</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie: <ul style="list-style-type: none"> <li>pt.: 11:30 - 15:30</li> </ul> </li> </ul>       |  | <p>INFORMACJE:<br/>pt. 11:30 - 15:30<br/>ZAPISY:<br/>Tel: 56 688 24 51 wew. 101<br/>poniedziałek, środa i czwartek 7:30-15:30<br/>wtorek 7:30-16:30<br/>piątek 7:30-14:30<br/><a href="http://www.wabrzezno.pl">www.wabrzezno.pl</a></p> <p>e-mail: <a href="mailto:starostwo@wabrzezno.pl">starostwo@wabrzezno.pl</a></p> <p><a href="https://np.ms.gov.pl/kujawsko-pomorskie/w%C4%85brzeski">https://np.ms.gov.pl/kujawsko-pomorskie/w%C4%85brzeski</a></p>                                   |