

**Zarządzenie Nr 1/2021
Starosty Makowskiego
z dnia 4 stycznia 2021 r.**

**w sprawie sporządzenia Listy jednostek nieodpłatnego poradnictwa dostępnych dla
mieszkańców powiatu makowskiego w 2021 roku**

Na podstawie art. 8a ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej (Dz.U. z 2020 r. poz. 2232) zarządza się, co następuje:

§ 1.

Sporządza się Listę jednostek nieodpłatnego poradnictwa dostępnych dla mieszkańców powiatu makowskiego w 2021 roku, w brzmieniu określonym w załączniku do zarządzenia.

w

§ 2.

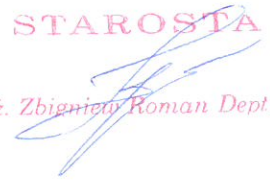
Listę o której mowa w § 1. umieszcza się w Biuletynie Informacji Publicznej Starostwa Powiatowego w Makowie Mazowieckim www.bip.powiat-makowski.pl, na stronie internetowej powiatu makowskiego www.powiat-makowski.pl i stronach internetowych urzędów gmin na obszarze powiatu, co najmniej raz w lokalnych środkach masowego przekazu oraz w sposób zwyczajowo przyjęty na terenie powiatu.

§3.

Wykonanie zarządzenia powierza się inspektorowi w Wieloosobowym stanowisku Pracy ds. Obronnych, Obrony Cywilnej i Zarządzania Kryzysowego oraz Spraw Społecznych.

§4.

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

STAROSTA

inż. Zbigniew Roman Deptuła

Załącznik
do Zarządzenia Nr 1/2021
Starosty Makowskiego
z dnia 4 stycznia 2021 roku

LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA dostępnych dla mieszkańców POWIATU MAKOWSKIEGO w 2021 roku

Lista zawiera dane jednostek nieodpłatnego poradnictwa uporządkowane według tematyki poradnictwa, w tym jednostek publicznych, jednostek niepublicznych działających na zlecenie oraz jednostek prowadzących działalność pożytku publicznego działających na zlecenie, którym powierzono zadania z zakresu poradnictwa specjalistycznego na podstawie odrębnych przepisów.

Dane obejmują informacje o nazwie jednostek, zakresie poradnictwa, adresach i danych kontaktowych, w tym o stronach internetowych i numerach telefonicznych, dniach i godzinach działalności oraz kryteriach dostępu do usługi. W dokumencie ujęto także krajowe infolinie tematyczne, które są ogólnodostępne.

Niniejsza Lista sporządzona została na podstawie art. 8a ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej i będzie aktualizowana.

CZĘŚĆ I: listy (wg art. 8a ust 1 pkt 1):

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
CZĘŚĆ I – ZAKRES PORADNICTWA – PORADNICTWO RODZINNE							
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Makowie Maz.	– wspieranie prawidłowego funkcjonowania rodziny, diagnoza problemów rodzinnych, podziału ról i obowiązków, zasobów rodzinnych, psychoedukacja, terapia rodzinna	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 72 187	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	sekretariat@pcpr-makowmazowiecki.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
ZAKRES PORADNICTWA – PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE							
2.	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Makowie	– poradnictwo psychologiczne dla dzieci, młodzieży, rodziców i nauczycieli (diagnoza, terapia	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 71 501	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	www.poradnia-makow.pl , biuro@poradnia-makow.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego uczniowie i ich rodzice,

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
	Mazowieckim	psychologiczna, terapia EEG Biofeedback)					nauczyciele szkół,
3.	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Zespół Zakładów w Makowie Maz.	– porada psychologiczna dla dorosłych.	ul. Witosa 2, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 500 077 473 tel. 29 71 42 382	Pon 10:30–12:30 Wtorek 10:00-18:00 Środa 11:00-13:30 Czwartek 10:00-18:00 Jedna sobota w miesiącu 08:00-12:00 16:00-20.00	sekretariat@szpital- makow.pl	usługa publiczna i usługa tel. mieszkańcy powiatu makowskiego realizowana po tel. lub bezp.zarejestr
4.	Specjalny Ośrodek Szkolno- Wychowawczy w Makowie Mazowieckim	– diagnozowanie dzieci i młodzieży prowadzone w szczegółowości w celu określenia indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz indywidualnych możliwości psychofizycznych dzieci i młodzieży, – udzielanie dzieciom i młodzieży oraz rodzicom i nauczycielom bezpośredniej pomocy psychologicznej w tym wsparcia w sytuacjach kryzysowych.	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 5, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 71 481	pon. 8.00-15.00 wtorek 8.00 -15.30 środa 8.00 -12.30 czwartek 8.00-15.00 piątek 8.00 -10.00	sosw-mm@wp.pl www.soswmakow.eu	objęci uczniowie, rodzice, absolwenci i nauczyciele. Możliwe są również konsultacje i diagnozy dzieci z zaburzeniami wieku rozwojowego
5.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Makowie Maz.	– działania profilaktyczne zapobiegające potencjalnym zagrożeniom w funkcjonowaniu osoby/grupy osób, identyfikacja problemu oraz poszukiwanie sposobów jego rozwiązania , diagn.	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 72 187	środa 8.00 - 15.00 czwartek 8.00 -15.00 piątek 8.00 -15.00 po uprzednim ustaleniu	sekretariat@pcpr- makowmazowiecki.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
6.	Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego	trudności oraz zasobów jednostki, psychoedukacja, terapia indywidualna – kryzysy psychiczne	Fundacja ITAKA skr. poczt. 127 00-958 Warszawa 66.	800 70 2222 bezpłatna infolinia	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	www.linia wsparcia.pl , porady@linia wsparcia.pl	dla osób będących w kryzysie psychicznym
ZAKRES PORADNICTWA – PORADNICTWO PEDAGOGICZNE							
7.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Makowie Mazowieckim	– poradnictwo pedagogiczne dla dzieci, młodzieży, rodziców i nauczycieli (diagnoza, terapia pedagogiczna)	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 71 501	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	www.poradnia-makow.pl , biuro@poradnia-makow.pl	zgłoszenie telefoniczne, osobiste lub e-mailowe, mieszkańcy powiatu
8.	Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Makowie Mazowieckim	– pomoc pedagogiczna dla uczniów, wychowanków i rodziców /prawnych opiekunów w formie porad i konsultacji, – prowadzenie zajęć profilaktycznych.	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 5, 06-200 Maków Maz.	tel. 29 71 71 481	pon 8:50-13:20 wtorek 8:50-12:30 środa 8:50-12:30 15:30-16:30 Czw 8:00-10:30 11:30-13:20 Piątek 8:50-13:40.	www.sosw.makow.eu , sosw-mm@wp.pl	sześci: niepełnosprawne intelektualnie, z autyzmem, rodzice
ZAKRES PORADNICTWA – PORADNICTWO Z ZAKRESU POMOCY SPOŁECZNEJ							
9.	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Makowie Maz.	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	ul. Polna 1, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 71 251 29 69 11 401	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	mops@makowmazowiecki.pl	mieszkańcy miasta Maków Mazowiecki
10.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Czerwonce	– wsparcie i pomoc osobom w trudnych sytuacjach materialnych, rodzinnych, zdrowotnych	Włociańska 38A 06-232 Czerwonna	tel. 29 71 79 824	poniedziałek – piątek 7.30-15.30	gops@czzerwonna.pl	mieszkańcy gminy Czerwonna
11.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Karniewie	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	ul. Pułtowska 5, 06-425 Karniewo	tel. 29 76 70 420	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	gopskarniewo@poczta.onet.pl	mieszkańcy gminy Karniewo

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
12.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Krasnosielcu	– praca socjalna na rzecz osób potrzebujących wsparcia	ul. Rynek 40, 06-212 Krasnosielc	tel. 29 71 75 072	poniedziałek – piątek 7.00-15.00	opskrasnosielc@post.pl	mieszkańcy gminy Krasnosielc
13.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Młynarzach	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej, praca socjalna z rodzinami wymagającymi wsparcia i kontaktu pracownika socjalnego	ul. Ostrołęcka 7 A 06-231 Młynarze	tel. 29 768 11 26	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	gops-mlynarze@wp.pl	mieszkańcy gminy Młynarze
14.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Płoniawach-Bramura	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	Płoniawy-Bramura 83, 06-210 Płoniawy-Bramura	tel. 29 71 78 962	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	ops@ploniawy-bramura.pl	mieszkańcy gminy Płoniawy-Bramura
15.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Różanie	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	Pl. Obrońców Różana 4, 06-230 Różan	tel. 29 76 69 177	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	www.rozan.naszops.pl	mieszkańcy gminy Różan
16.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzewnie	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	Rzewnie 19, 06-225 Rzewnie	tel. 29 761 34 77	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	opsrozan@hot.pl opsrzewnie@gmail.com ops.ugrzewnie.pl	mieszkańcy gminy Rzewnie
17.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sypniewie	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	ul. Ostrołęcka 27, 06-216 Sypniewo	tel. 29 71 77 437	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	gops@sypniewo.pl	mieszkańcy gminy Sypniewo
18.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Szelkowie	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	Stary Szelków 39, 06-220 Szelków	tel. 29 71 76 730	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	gopsszelkow@wp.pl	mieszkańcy gminy Szelków
19.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Makowie Maz.	– wspieranie rodzin zastępczych w procesie wychowawczym, wspieranie procesu usamodzielniania się pełnoletnich wychow, infor. o dostępnych formach pomocy	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Maz.	tel. 29 71 72 187	pon – pt 8.00 - 16.00 środa -czw-pt 8.00-15.00 (po uprzednim ustaleniu)	sekretariat@pcpr-makowmazowiecki.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
ZAKRES PORADNICTWA – PORADNICTWO W SPRAWIE ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ							
20.	Punkt ds. profilaktyki Uzależnień i Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie Urzędu Miejskiego w Makowie Maz.	- udzielanie pomocy osobom uzależnionym od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, - informacja o placówkach, - udzielanie pomocy członkom rodzin (współuzależnienie)	ul. Moniuszki 6, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 42 131	pn 8.00- 16.00 wt, śr, czw 8.00 – 10.30 i 13.30 – 16.00 pt 8.00 – 15.00	agata.lawrenz@makowmazowiecki.pl	mieszkańcy miasta Maków Mazowiecki
21.	Miejska Komisja ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Makowie Maz.	- udzielanie pomocy osobom uzależnionym i współuzależnionym, - profilaktyka uzależnień.	Urząd Miejski w Makowie Mazowieckim, ul. Moniuszki 6, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 42 131	poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00	agata.lawrenz@makowmazowiecki.pl	mieszkańcy miasta Maków Mazowiecki
22.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych przy UG w Czerwonce	- pomoc osobom uzależnionym i współuzależnionym, - profilaktyka	Włościańska 38, 06-232 Czerwinka	tel. 29 71 79 505 29 71 79 824	pon – pt 7.30-15.30	urzadgminy@czerwinka.pl	mieszkańcy gminy Czerwinka
23.	Punkt Konsultacyjno-Informacyjny ds. Uzależnień w Karniewie	– praca z osobami uzależnionymi od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych	ul. Pułtuska 3, 06-425 Karniewo	505 659 354 (w godz. przyjęć) oraz tel. 29 767 04 35	Każda środa od godz. 14.00	-----	mieszkańcy gminy Karniewo
24.	Urząd Gminy w Krasnosielcu	- monitorowanie problemu osób uzależnionych	ul. Rynek 40 A, 06-212 Krasnosielc	tel. 29 717 52 74	wtorek i piątek 8.00 -14.00	ugkrasnosielc@post.pl	mieszkańcy gminy Krasnosielc
25.	Gminna Komisja ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów	– prowadzenie działań w stosunku do rodzin dotkniętych problemem alkoholowym m. in. Poprzez	06-231 Młynarze, ul. Ostrołęcka 7A	tel. 29 768 11 26	poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00	gops-mlynarze@wp.pl	mieszkańcy gminy Młynarze

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Opłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
	Alkoholowych przy Urzędzie Gminy w Młynarzach	prowadzenie rozmów i pomoc osobom uzależnionym i współuzależnionym					
26.	Urząd Gminy Młynarze Punkt Konsultacyjny dla osób uzależnionych i współuzależnionych	– udzielanie pomocy osobom i rodzinom z problemem alkoholowym	ul. Ostrołęcka 7A, 06-231 Młynarze	tel. 29 768 11 26	Pierwszy wtorek miesiąca w godzinach 8.00 – 10.00	–	mieszkańcy gminy Młynarze
27.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych przy UG Płoniawy-Br.	- motywowanie do podjęcia leczenia, udzielenia informacji o instytucjach wsparcia w zakresie pomocy w leczeniu uzależnień.	Płoniawy-Bramura 83 A, 06-210 Płoniawy- Bramura	tel. 29 71 78 951 lub 961	poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00	–	mieszkańcy gminy Płoniawy- Bramura
28.	Urząd Gminy w Róźnie	Punkt konsultacyjny dla osób uzależnionych i ich rodzin: - konsultacje ze specjalistą uzależnień, - motywacja do podjęcia leczenia odwykowego, - informacja o placówkach leczenia uzależnień. Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Róźnie – motywacja do podjęcia leczenia odwykowego, – działania profilaktyczne mające na celu zapobieganie patologiom społecznym	Plac Obrońców Różana 4, 06-230 Różan	tel. 29 767 91 20 tel. 29 767 91 39	każdy drugi piątek w miesiącu 16.00-19.00 GOUK w Róźnie i każdy trzeci wtorek 8.00-16.00 Urząd Gminy w Róźnie poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00 UG	www.rozan.eur.pl ugrozan@post.pl	mieszkańcy gminy Różan
29.	Gminna Komisja	– pomoc osobom uzależnionym	Rzewnie 19,	tel.	poniedziałek – piątek	—	mieszkańcy gminy

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
	Rozwiązywania problemów alkoholowych przy UG w Rzewnie	i współuzależnionym, informowanie o możliwości uzyskania pomocy w zakresie leczenia osób uzależnionych i współuzależnionych	06-225 Rzewnie	29 761 34 09	8.00 – 16.00		Rzewnie
	Urząd Gminy w Rzewnie Punkt konsultacyjny dla osób uzależnionych i ich rodzin	- konsultacje ze specjalistą uzależnień, - udzielanie pomocy osobom uzależnionym od alkoholu, - informacja o placówkach leczenia uzależnień, - udzielanie pomocy współuzależnionym członkom rodzin	Rzewnie 19, 06-225 Rzewnie	tel. 29 767 30 11	każdy czwarty wtorek miesiąca . 9.00-11.00	www.ugrzewnie.pl	
30.	Gminna Komisja ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych przy Urzędzie Gminy w Sypniewie	– pomoc osobom uzależnionym i współuzależnionym,	ul. Ostrołęcka 27, 06-216 Sypniewo	tel. 29 71 77 438	poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00	-	mieszkańcy gminy Sypniewo
31.	Pełnomocnik Wójta Gminy ds. Profilaktyki Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Narkomanii przy UG w Szelkowie	– pomoc osobom uzależnionym i współuzależnionym	Stary Szelków 39, 06-220 Szelków	tel. 29 71 76 001	Wtorek 8.30 -9.30, 12.30-13.00 środa 8.00.- 8.45, czwartek 8.30.-9.30 piątek 8.00-8.45	-	mieszkańcy gminy Szelków
ZAKRES PORADNICTWA – W SPRAWIE PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE							

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
32.	Komenda Powiatowa Policji Maków Mazowiecki	– przeciwdziałanie i reagowanie na przypadki przemocy w rodzinie	ul. Łąkowa 3, 06-200 Maków Mazowiecki	47 704 72 00 47 704 72 10	całodobowo	kppmakowmaz@ra.policja.gov.pl	ogólnodostępne
33.	Punkt ds. profilaktyki Uzależnień i Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie	Zespół Interdyscyplinarny, - Grupy Robocze, - wsparcie i pomoc dla osób dotkniętych przemocą oraz stosujących przemoc, - prowadzenie procedury Niebieskiej Karty	Urząd Miejski w Makowie Mazowieckim, ul. Moniuszki 6, 06-200 Maków Mazowiecki,	tel. 29 71 42 131	poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00	agata.lawrenz@makowmazowiecki.pl	mieszkańcy miasta Maków Mazowiecki
34.	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Makowie Maz.	– wsparcie i pomoc osobom dotkniętym przemocą i stosującym przemoc, – prowadzenie procedury NK, – informacja o najbliższym miejscu pomocy w prob. przemocy dom., profilaktyka – monitorowanie problemu osób uzależnionych	ul. Polna 1, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 71 251, 29 69 11 401	poniedziałek – piątek 7.30 – 15.30	mops@makowmazowiecki.pl	mieszkańcy gminy Czerwonka
35.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Krasnosielcu	– wsparcie i pomoc osobom dotkniętym przemocą i stosującym przemoc, – prowadzenie procedury NK, – informacja o najbliższym miejscu pomocy w prob. przemocy dom., profilaktyka – monitorowanie problemu osób uzależnionych	Czerwonka Włociańska 38A, 06-232 Czerwonka	tel. 29 71 79 824	poniedziałek – piątek 7.00 -15.00	gops@czerwonka.pl	mieszkańcy gminy Krasnosielc
36.	Zespół Interdyscyplinarny przy Urzędzie Gminy Płoniawy-Br.	– w zakresie przemocy domowej	ul. Rynek 40, 06-212 Krasnosielc	tel. 29 714 00 61	poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00	opskrasnosielc@post.pl	mieszkańcy gminy Płoniawy- Bramura
37.	Urząd Gminy w Młynarzach Zespół	– wsparcie i pomoc osobom dotkniętym przemocą i stosującym przemoc,	Płoniawy-Bramura 83, 06-210 Płoniawy- Bramura	tel. 29 71 78 961 lub 962	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	ops@ploniawy-bramura.pl	mieszkańcy gminy Młynarze

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Opłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
	Interdyscyplinarny w Młynarzach	– prowadzenie procedury NK					
38.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Młynarzach	– praca socjalna z rodzinami objętymi procedurą NK i rodzinami dotkniętymi kryzysem wymagającym wsparcia i pomocy	06-231 Młynarze, ul. Ostrołęcka 7 A	tel. 29 768 11 26	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	gops- mlynarze@wp.pl	mieszkańcy gminy Młynarze
39.	Urząd Gminy w Różanie Gminny Zespół Interdyscyplinarny w Różanie	– diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie	Plac Obrońców Różana 4, 06-230 Różan	tel. 29 76 69 090	poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00	opsrozan@hot.pl	mieszkańcy gminy Różan
40.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzewnie	– wskazania możliwości uzyskania pomocy, praca socjalna, kierowanie do instytucji udzielających pomoc prawną, psychologiczną, poradnictwo medyczne i zawodowe	Rzewnie 19, 06-225 Rzewnie	tel. 29 761 34 77	poniedziałek – piątek 8.00- 16.00	opsrzewnie@gmail.com www.ops.ug.rzewnie .pl	w ramach pracy socjalnej mieszkańcy gminy Rzewnie
41.	Urząd Gminy w Rzewniu Gminny Zespół Interdyscyplinarny w Rzewniu	- diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie, - grup robocze, wsparcie i pomoc dla osób dotkniętych przemocą oraz stosujących przemoc, prowadzenie procedury Niebieskiej Karty	Rzewnie 19, 06-225 Rzewnie	tel. 29 767 30 11	poniedziałek – piątek 8.00- 16.00	www.ugrzewnie.pl	mieszkańcy gminy Rzewnie
42.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Makowie Mazowieckim	– diagnoza, edukacja, poszukiwanie nowych sposobów przezwycięzania trudności, wzmacnianie	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków	tel. 29 71 72 187	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00 w tym: prawnik czwartek 8.00-13.00,	sekretariat@pcpr- makowmazowiecki.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
		,pomoc w pisaniu pism procesowych	Mazowiecki		psycholog: środa- czw- pt 8.00 – 15.00 po uprzednim ustaleniu		
43.	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”	– wsparcie, prawna, – pomoc psychologiczna, – informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej	Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155, 02-326 W-wa	tel. dyżury prawników 22 666 28 50 800 120 002 Bezpłatna infolinia	poniedziałki -wtorki 17.00-21.00 środy 18.00-22.00 Infolinia czynna całodobowo	www.niebieska linia.info biuro@niebieska linia.info	dla osób doświad. przemocy domowej
44.	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Zespół Zakładów w Makowie Maz.	Porada – terapia grupowa i terapia indywidualna dla pacjentów dorosłych uzależnionych od alkoholu	ul. Witosza 2, 06-200 Maków Mazowiecki	29 71-42-284 lub 29 71-42-382	Pon 14:30-21:00 Wtorek 7:30-11:30 Środa 8:00-21:00 Sobota 7:00-08:00 13:00-14:00	sekretariat@szpital- makow.pl	realizowana po zarejes. się tel. lub bezpośrednio w rejestracji Przychodni
ZAKRES PORADNICTWA – W RAMACH INTERWENCJI KRYZYSOWEJ							
45.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Makowie Mazowieckim	– wsparcie, diagnoza, terapia, poradnictwo prawne pisanie pism urzędowych	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 72 187	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	sekretariat@pcpr- makowmazowiecki.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
46.	Centralne Zarządzanie Kryzysowe	– monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Rakowiecka 2A 00-993 Warszawa	całodobowy dyżur: 22 361 69 00 kom. 785 700 177	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu e-mail: dyzurny@rcb.gov.pl	www.rcb.gov.pl dyzurny@rcb.gov.pl poczta@rcb.gov.pl	świadek zagrożenia kryzysowego, osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
ZAKRES PORADNICTWA – PORADNICTWO DLA BEZROBOTNYCH							
47.	Powiatowy Urząd	– poradnictwo zawodowe,	ul. Przasnyska 77B,	tel.	poniedziałek – piątek	http://makowmazow.org	ogólnodostęp

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Opłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
	Pracy w Makowie Mazowieckim	pośrednictwo pracy, zagadnienia związane ze statusem osób bezrobotnych i poszukujących pracy	06-200 Maków Mazowiecki	29 71 72 782	8.00- 16.00	iecki.praca.gov.pl/ http://pupmakowmaz.bip.gov.pl/wama@praca.gov.pl	ne mieszkańcy powiatu makowskiego
48.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Krasnosielcu	– wsparcie (motywowanie) osób bezrobotnych, praca socjalna	ul. Rynek 40, Krasnosielc	tel. 29 71 75 072	poniedziałek – piątek 7.00 -15.00	opskrasnosielc@post.pl	mieszkańcy gminy Krasnosielc
49.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzewnie	– praca socjalna	Rzewnie 19, 06-225 Rzewnie	tel. 29761 30 11	poniedziałek – piątek 8.00- 16.00	opsrzewnie@gmail.com www.ops.ug.rzewnie.pl	mieszkańcy gminy Rzewnie
50.	Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia	– informacje o usługach urzędów pracy	Centrum Informacyjno- Konsultacyjne Służb Zatrudnienia Zielona Linia ul. Trawiasta 20B, 15-161 Białystok	19 524 lub (22) 19524 (z Polski) odpłatne (z zagranicy) Koszt zgodnie z taryfą operatora.	poniedziałek – piątek 8.00- 18.00 (22) 540 99 11	www.zielonalinia.gov.pl biuro@zielonalinia.gov.pl	– zarejestr., – poszukujący pracy, – pracodawcy,
ZAKRES PORADNICTWA – DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM							
51.	Komenda Powiatowa Policji Maków Mazowiecki	– przeciwdziałanie i reagowanie na przypadki przemocy w rodzinie	ul. Łąkowa 3, 06-200 Maków Mazowiecki	47 704 72 00 47 704 72 10	całodobowo	kppmakowmaz@ra.policja.gov.pl	ogólnodostępne
52.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Makowie Maz.	– udzielanie porad prawnych, pisanie pism urzędowych	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 72 187	czwartek 8.00-13.00	sekretariat@pcpr-makowmazowiecki.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
53.	Okręgowy Ośrodek Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przystępnym prowadzi Fundacja Compassio	– wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	Lokalny Punkt Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przystępnym w Makowie Maz. ul. Zachodnia 33	tel. 668 117 419 tel. całodob. 518 755 079 koszt poł. wg. taryfy operatora	Dyżur telefoniczny wtorki 11.00-15.00,	www.funduszsprawiedliwosci.gov.pl	osoby pokrzywdz. Przystępnym i ich osoby bliskie
ZAKRES PORADNICTWA – Z ZAKRESU PRAW KONSUMENTÓW							
54.	Powiatowy Rzecznik Konsumentów	– poradnictwo konsumenckie i informacje prawne w zakresie ochrony interesów konsumentów	Starostwo Powiatowe ul. Rynek 1, 06-200 Maków Maz	tel. 29 71 73 683	pon – wt 8.00 – 15.00 środa 9.30 – 15.30	konsument@powiat-makowski.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
55.	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	– ochrona praw konsumentów	ul. Plac Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa Centrala: tel. +48 22 55 60 800	Infolinia Konsumenta, prowadzona przez Fundację Konsumentów tel. 801 440 220 oraz 22 290 89 16 (od pon- pt) 8:00 - 18:00 koszt poł. wg. taryfy operatora	godziny pracy urzędu poniedziałek – piątek 8.15 – 16.15	www.uokik.gov.pl uokik@uokik.gov.pl porady@dlakonsumentow.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
56.	Fundacja Krajowy Instytut Gospodarki Senioralnej oraz Stowarzyszenie Aquila	– ochrona praw konsumentów	ul. Wilanowska 4 lok.51 00-422 Warszawa	22 299 60 90	Pon- pt 8.00-16.00	www.dlakonsument.a.pl , kontakt@dlakonsument.a.pl	prawo konsumentów
57.	Centrum Informacji	– porady w zakresie usług	ul. Giełdowa 7/9,	Infolinia	pon-piątek 8.15.-	https://cik.uke.gov.pl	mieszkańcy

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Opłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
	Konsumenckiej	pocztowych i telekom.	01-211 Warszawa	22 330 40 00 10.00.-14.00	16.15.godziny pracy urzędu	!	powiatu makowskiego
ZAKRES PORADNICTWA – PRAWA DZIECKA							
58.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Makowie Mazowieckim	– udzielanie porad prawnych i informowanie o obowiązujących przepisach z zakresu prawa rodzinnego i opiekuńczego, zabezpieczenia społecznego.	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 72 187	czwartek 8.00-13.00	sekretariat@pcpr- makowmazowiecki.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
59.	Rzecznik Praw Dziecka	– ochrona praw dziecka	ul. Chocimska 36, 00-791 Warszawa	tel. czynny całodobowy Bezpł.infolinia 800 12 12 12, 22 583 66 00, fax. 22 583 66 96	poniedziałek – piątek 08.15-16.15.	https://brpd.gov.pl/ rpdp@brpd.gov.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
ZAKRES PORADNICTWA – PRAWA PACJENTA							
60.	Narodowy Fundusz Zdrowia Mazowiecki Oddział Wojewódzki w Warszawie Delegatura w Ostrołęce	– zakres pacjent	Tytusa Chatubińskiego 8, 00-613 Warszawa ul. Kościuszki 45 07-410 Ostrołęka	tel. czynny całodobowo poł.bezplatne 800 190 590 (29) 753 90 00 (Ostrołęka) poł. wg taryfy operatora	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	http://www.nfz- warszawa.pl , ostroleka@nfz- warszawa-pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
61.	Rzecznik Praw Pacjenta	– ochrona praw pacjenta	ul. Młynarska 46 01-171 Warszawa	800 190 590 Bezpłatna Infolinia	poniedziałek – piątek 8.00 - 18.00 sobota 8.00-16.00	https://www.bpp.gov v.pl kancelaria@rpp.gov. pl	z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
62.	Pelnomocnik Rządu	– ochrona praw osób	ul. Żurawia 4 A,	801 801 015	poniedziałek – piątek	http://www.niepeln	dla osób

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Opłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
	do Spraw Osób Niepełnosprawnych	niepełnosprawnych	00- 503 Warszawa tel.(22) 461 60 00 KORESPONDENCJA Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	godz. 08.00-17.00	osprawni.gov.pl sekretariat.bon@mr pips.gov.pl	niepełnospra wnych , ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnospra wnych
63.	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania	– ochrona praw dziecka	ul. Chocimska 36, 00-791 Warszawa	tel. czynny całodobowy bezpłatna infolinia 800 12 12 12, (22) 583 66 00, fax. 22 583 66 96	poniedziałek – piątek 08.15-16.15.	https://brpd.gov.pl/ rpd@brpd.gov.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
ZAKRES PORADNICTWA – W ZAKRESIE UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH							
64.	Zakład Ubezpieczeń Społecznych Inspektorat w Makowie Mazowieckim	– pomoc z zakresu ubezpieczeń społecznych	ul. Kopernika 6a 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 717 21 98	pon-pt 7.00-15.00	www.zus.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
65.	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w Centrum Obsługi Telefonicznej lub podczas wizyty osobistej w placówce jak wyżej. nr centrali : (22) 667 10 00.	(22) 560 16 00 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.	pn. – pt.07.00 – 18.00	http://www.zus.pl/o - zus/kontakt/centrum -obsługi- telefonicznej-cot- cot@zus.pl	adresaci porad: ubezpieczeni płatnicy lekarze

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
ZAKRES PORADNICTWA – W ZAKRESIE PRAWA PRACY							
66.	Państwowa Inspekcja Pracy Okręgowy Oddział w Ostrołęce	– porady z zakresu prawa pracy,	07-410 Ostrołęka, ul. Gen. Augusta Emila Fieldorfa „Nila” 15,	tel. 29 764 24 96	poniedziałek - piątek 8.00 – 16.00 (godziny urzędowania)	https://warszawa.pip.gov.pl/pl/kontakt ! otostroleka@warszawa.pip.gov.pl	osoby świadczące pracę
67.	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	– porady z zakresu prawa pracy	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa. tel. 22 391 82 15 fax. 22 391 82 14	801 002 006 (dla tel. stacj.) 459 599 000 (dla tel. kom.) 22 111 35 88 (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) Koszt poł. zg. z taryfą operatora. naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie .	Pon-pt 9.00- 15.00	www.bip.pip.gov.pl , kancelaria@gip.pip.gov.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
ZAKRES PORADNICTWA – W ZAKRESIE PRAWA PODATKOWEGO							
68.	Krajowa Informacja Skarbowa	- informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza	ul. Teodora Sixta 17, 43-300 Bielsko- Biała	801 055 055 z tel. stac. (22) 330 03 30 z tel. kom. + 48 (22)33 00 330 (z tel. zag. koszt zgodnie z taryfą	pn.- pt. 07.00-18.00	www.kis.gov.pl więcej: https://poradnikprzedsiebiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa	z porad może skorzystać każdy podatnik

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
69.	Urząd Skarbowy w Makowie Mazowieckim	– informacje podatkowe	ul. Kopernika 6 C, 06-200 Maków Mazowiecki	operatora tel. 29 765 07 00 29 717 49 74	pon - 8.00- 18.00 wtorek 8.00-15.00	us.makow-mazowiecki@mf.gov.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
ZAKRES PORADNICTWA – DLA OSÓB W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO							
70.	Biuro Rzecznika Finansowego	– prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87 02-001 Warszawa	<u>Ubezpieczenia gospodarcze</u> (22) 333 73 28 <u>Ubezpieczenia Społeczne,</u> <u>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. 08.00-18.00 pn.-pt. 11.00-15.00 pn.-pt. . 08.00-16.00	Porady e-mail: porady@rf.gov.pl (czas oczekiwania na odpowiedź e-mailową ok.2 tygodni) https://rf.gov.pl/kontakt biuro@rf.gov.pl	osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń
71.	Rzecznik Praw Obywatelskich	– ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO Al. Solidarności 77, 00-090 Warszawa	800 676 676 połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych	pon. 10.00-18.00 wt.- pt. . 08.00-16.00	https://www.rpo.gov.pl biurorzecznika@brp.o.gov.pl	może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone
ZAKRES PORADNICTWA – INNE , W ZAKRESIE WYŻEJ NIE WYMIENIONYM							
72.	Urząd Gminy Czerwonka	– poradnictwo prawne	Czerwonka Włociańska Nr38	29 71 79 505	12.00-15.30 każdy piątek (obecnie zdalnie)	urzedgminy@czervonka.pl	mieszkańcy gminy i pracownicy urzędu

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
73.	Urząd Gminy Karniewo	– poradnictwo prawne	ul. Pułtуска 3, 06-425 Karniewo	tel. 29 767 04 36, (w godz.przyjęć) 29 6911013	Każdy pon 12.00.-13.00	-	mieszkańcy gminy Karniewo
74.	Urząd Gminy w Sypniewie	– inne, wyżej nie wymienione	ul. Ostrołęcka 27, 06-216 Sypniewo	tel. 29 71 77 783	każdy piątek 09.00 – 12.00	gmina@sypniewo.pl	mieszkańcy gminy Sypniewo

Część II: NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA oraz NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE na terenie powiatu makowskiego w 2021 roku (wg art. 8a ust 1 pkt 2):

Lp.	PROWADZĄCY	ADRES I DANE KONTAKOWE (STRONY INTERNETOWE I NUMERY TELEFONICZNE)	DNI I GODZINY DZIAŁALNOŚCI	KRYTERIA DOSTĘPU DO USŁUGI INFORMACJE I ZAPISY	UWAGI
Punkty Nieodpłatnej Pomocy Prawnej na terenie powiatu makowskiego w 2021 roku Z porad może skorzystać każda osoba, której nie stać na odpłatną pomoc prawną i która złoży stosowne oświadczenie. Osoby, które ze względu na niepełnosprawność ruchową nie są w stanie przybyć do punktu lub osoby doświadczające trudności w komunikowaniu się mogą otrzymać poradę przez telefon lub przez Internet. Bliższe informacje pod numerem podanym do zapisów. Lokal jest dostępny dla osób niepełnosprawnych na wózkach inwalidzkich					
1.	Punkt Nieodpłatnej Pomocy Prawnej w Makowie Mazowieckim prowadzony przez adwokatów i radców prawnych Nieodpłatna pomoc prawna, w tym mediacja	Starostwo Powiatowe ul. Rynek 1, 06-200 Maków Mazowiecki pok. Nr 7a. www.bip.powiat-makowski.pl www.powiat-makowski.pl (zakładki Nieodpłatna Pomoc Prawna)	Pon. godz. 7.30 – godz. 11.30 (adwokat) wtorek godz. 12.30 – godz. 16.30 (radca prawny) środa godz. 7.30 – godz. 11.30 (radca prawny) czwartek godz. 12.30 – godz. 16.30 (adwokat) piątek godz. 7.30 – godz. 11.30 (radca prawny/ adwokat)	Informacje i Zapisy pod numerem 666 646 591 opcjonalnie email: pprawne@powiat-makowski.pl przy pomocy formularza dostępnego na stronie powiatu makowskiego oraz ON-LINE za pomocą linku dostępnego na stronie powiatu makowskiego i BIP	Specjalizacja brak zapisy przez tel. pon-pt 8.00-16.00

Lp.	PROWADZĄCY	ADRES I DANE KONTAKOWE (STRONY INTERNETOWE I NUMERY TELEFONICZNE)	DNI I GODZINY DZIAŁALNOŚCI	KRYTERIA DOSTĘPU DO USŁUGI INFORMACJE I ZAPISY	UWAGI
2.	Punkt Nieodpłatnej Pomocy Prawnej oraz Nieodpłatnego Poradnictwa Obywatelskiego prowadzony przez organizację pozarządową Fundację TOGATUS PRO BONO, ul. Warmińska 7/1, 10-544 Olsztyn Nieodpłatna pomoc prawna oraz Nieodpłatne poradnictwo Obywatelskie, w tym mediacja	Starostwo Powiatowe ul. Rynek 1, 06-200 Maków Mazowiecki pok. Nr 7a. www.bip.powiat-makowski.pl www.powiat-makowski.pl (zakładki Nieodpłatna Pomoc Prawna)	Pon. godz. 12.30–godz.16.30 (NPP) Wtorek godz. 7.30 – godz. 11.30 (NPP) środa godz. 12.30 – godz. 16.30 (NPP) czwartek godz. 7.30 – godz. 11.30 (NPP) piątek godz. 12.30 – godz. 16.30 (NPO)	Starostwa Powiatowego: Zapisy na bezpłatne usługi Informacje i Zapisy pod numerem 666 646 591 opcjonalnie email: pprawne@powiat-makowski.pl przy pomocy makowski.pl przy pomocy formularza dostępnego na stronie powiatu makowskiego oraz ON-LINE za pomocą linku dostępnego na stronie powiatu makowskiego i BIP Starostwa Powiatowego: Zapisy na bezpłatne usługi	Specjalizacja Brak zapisy przez tel. pon-pt 8.00- 16.00

STAROSTA
Archiwizacja Roman Deptuła