POWIAT WOŁOMIŃSKI

Informator

o jednostkach nieodpłatnego poradnictwa dostępnego dla mieszkańców powiatu wołomińskiego









2022

www.powiat-wolominski.pl

Szanowni Państwo,

przekazujemy na Państwa ręce Informator zawierający listę jednostek nieodpłatnego poradnictwa na terenie powiatu wołomińskiego. Oferta dostępnych form wsparcia na terenie naszego powiatu jest bardzo bogata i dostosowana do potrzeb mieszkańców. Zależy nam, aby każdy mieszkaniec miał zapewniony dostęp do profesjonalnej oraz dostosowanej do indywidualnych potrzeb odbiorcy pomocy.

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



Poradnik zawiera także wykaz krajowych infolinii tematycznych i innych form porad świadczonych za pośrednictwem komunikacji elektronicznej jako form poradnictwa również łatwo dostępnego dla mieszkańców naszego powiatu.

Zachęcam do lektury.

Starosta Wołomiński

Adam Lubiak

SPIS TREŚCI

1. Poradnictwo rodzinne 3
2. Poradnictwo psychologiczne 6
3. Poradnictwo pedagogiczne 7
4. Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej....7
5. Poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień 8
6. Poradnictwo w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie 11
7. Poradnictwo w ramach interwencji kryzysowej 13
8. Poradnictwo dla bezrobotnych....14
9. Poradnictwo dla osób pokrzywdzonych przestępstwem 16
10. Poradnictwo z zakresu prawa konsumentów 17
11. Poradnictwo z zakresu praw dziecka 18
12. Poradnictwo z zakresu praw pacjenta 19
13. Poradnictwo z zakresu ubezpieczeń społecznych 20
14. Poradnictwo z zakresu prawa pracy 21
15. Poradnictwo z zakresu prawa podatkowego 21
16. Poradnictwo dla osób w sporze z podmiotami rynku finansowego 22
17. Nieodpłatna pomoc prawna 22
18. Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie 24
19. Nieodpłatna mediacja 25
20. Inne:
    - Rzecznik praw obywatelskich 26
    - Informacje i usługi przyjazne obywatelom 26
    - Telefony zaufania 27



1 PORADNICTWO RODZINNE

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

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

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. T. Kościuszki 14, 05-252 Dąbrówka**	• poniedziałek: 9.00 – 18.00 • wtorek – czwartek: 7.30 – 15.30 • piątek: 7.30 – 14.30	29 757-80-85 731-907-002 gops@dabrowka.net.pl www.bip.dabrowka.net.pl
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Jana Pawła II 17, 05-280 Jadów** od strony podwórka	• poniedziałek, środa, czwartek: 8.00 – 16.00 • wtorek: 7.00 – 17.00 • piątek: 8.00 – 14.00 w piątek nie przyjmuje się interesantów w sprawie świadczeń rodzinnych	25 675-41-09 gopsjadow@wp.pl www.jadow.az.pl
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Żymirskiego 38, 05-205 Klembów**	• poniedziałek: 8.00 – 17.00 • wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00 • piątek: dzień wewnętrzny	29 777-92-40 gops@klembow.pl www.gops.klembow.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Żymirskiego 2, 05-230 Kobyłka** windą przez Ośrodek Zdrowia	• poniedziałek: 8.00 – 17.00 • wtorek: 8.00 – 16.00 • czwartek: 8.00 – 16.00 • piątek: 8.00 – 15.00	22 763-42-72 świadczenia rodzinne, fundusz alimentacyjny, becikowe, 500+: 22 763-42-61 ops.kobylka@interia.pl www.opskobylka.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Kościuszki 39A, 05-270 Marki** Świadczenia rodzinne: **ul. Lisa Kuli 5A**	• poniedziałek, wtorek, czwartek, piątek: 8.00 – 16.00 • środa: 8.00 – 18.00	22 771-30-23 22 761-91-77 - świadczenia rodzinne ops@marki.pl www.opsmarki.pl
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Krótka 1, 05-326 Poświętne**	• poniedziałek: 7.30 – 15.30 • wtorek: 10.00 – 18.00 • czwartek – piątek: 7.30 – 15.30	25 752-03-15 gops@ugposwietne.pl www.gops.poswietne.bip-e.pl

Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Weteranów 31, 05-250 Radzymin**	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	22 786-54-86 ops@radzymin.pl www.ops.radzymin.pl
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Norwida 6, 05-282 Strachówka**	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	25 676-06-73 strachowka@ops.pl www.strachowka.com.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Warszawska 10, 05-240 Tłuszcz**  **świadczenia rodzinne: ul. Powstańców 27**	• poniedziałek: 8.00 – 16.00 • wtorek: 8.00 – 18.00 • środa: 8.00 – 16.00 • piątek: 8.00 – 14.00	29 777-52-90 29 642-99-23 - świadczenia rodzinne osrodek@ops.tluszcz.pl www.opstluszcz.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	**al. Armii Krajowej 34, 05-200 Wołomin**	• poniedziałek: 8.00 – 17.00 • wtorek: 8.00 – 16.00 • czwartek: 8.00 – 16.00 • piątek: 8.00 – 15.00	22 787-27-01 776-50-23 ops@ops.wolomin.pl www.ops.wolomin.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Wojska Polskiego 1, 05-091 Ząbki** 	• poniedziałek: 10.00 – 18.00 • wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00 • piątek: 7.00 – 15.00	22 510-98-03 (do 22) ops@zabki.pl ops-zabki@wp.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Literacka 20, 05-220 Zielonka** 	• poniedziałek: 9.00 – 17.00 • wtorek – piątek: 8.00 – 16.00	22 761-00-47 ops_zielonka@o2.pl www.zielonka.pl
Specjalistyczna Poradnia Rodzinna przy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie	**ul. Legionów 85, 05-200 Wołomin** I piętro	Prawnik: • wtorek: 15.00 – 20.00 Psycholog: • poniedziałek: 7.00 – 18.00 • wtorek: 8.00 – 16.00 • środa: 8.00 – 18.00 • czwartek: 8.00 – 18.00 • piątek: 8.00 – 18.00	664-022-974 Rejestracja od pon. do pt. w godzinach: 8.00 – 18.00 spr@pcprwolomin.pl www.wolomin.naszepcpr.pl
Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej	**ul. Poniatowskiego 29, 05-220 Zielonka** 	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 20.00 • Hostel – 7 dni w tygodniu całą dobę, zgodnie z potrzebami osób korzystających z pomocy	22 771-83-84 504-221-017 - tel. interwencyjny (24h) Porady za pośrednictwem e-maila: psychologpoikzielonka@gmail.com poik@powiat-wolominski.pl www.poik-zielonka.pl
Poradnia Psychologiczno -Pedagogiczna	**ul. Kościelna 1A, 05-240 Tłuszcz** 	• poniedziałek: 8.00 – 17.30 • wtorek: 8.00 – 18.00 • środa, czwartek: 8.00 – 19.00 • piątek: 8.00 – 17.00	29 757-38-97 ppptluszcz@op.pl www.ppptluszcz.pl
Poradnia Psychologiczno -Pedagogiczna	**ul. Legionów 85, 05-200 Wołomin**	• poniedziałek: 9.00 – 17.00 • wtorek – czwartek: 8.15 – 16.15	22 776-27-85 pppwolomin@wp.pl www.ppp.wolomin.pl

Poradnia Psychologiczno -Pedagogiczna	**ul. Inżynierska 1, 05-220 Zielonka**  **Filia w Ząbkach: ul. Batorego 62A, 05-091 Ząbki** 	Zielonka: • poniedziałek – czwartek: 8.00 – 16.00 Pracownicy poradni: • poniedziałek – czwartek: 8.00 – 19.00 Ząbki – sekretariat: • poniedziałek, środa, czwartek 8.00-16.00 • wtorek: 8.00-17.00 • piątek 8.00-15.00 Pracownicy poradni: • poniedziałek – czwartek: 8.00 – 17.00 • piątek: 8.00 – 15.30	22 760-24-97 pppzielonka@wp.pl www.pppzielonka.pl 22 308-85-55 filia@pppzielonka.pl
Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego dla gmin: Jadów, Strachówka, Tłuszcz **Prowadzący: Stowarzyszenie Miłośników Urli z Urli**	**ul. Wczasowa 2, 05-281 Urle** 	• środa: 10.00 – 18.00 • czwartek: 10.00 – 18.00 • piątek: 10.00 – 18.00 Zakres poradnictwa: pedagogiczne, psychologiczne, socjalne, psychoterapeutyczne, terapeuty ds. uzależnień	tel.: 25 754-96-41 zapisy telefonicznie w godzinach pracy punktu lub za pośrednictwem e-maila smu.urle@o2.pl www.urle.waw.pl
Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego dla gmin: Kobyłka, Poświętne, Wołomin **Prowadzący: Fundacja Ogarnij Emocje z Wołomina**	**ul. Żelazna pawilon 1b 05-200 Wołomin piętro**	• wtorek: 11.00 – 17.00 • środa: 11.00 – 17.00 • czwartek: 11.00 – 17.00 Zakres poradnictwa: pedagogiczne, psychologiczne, socjalne, psychoterapeutyczne,	795-990-820 zapisy telefonicznie w dni powszednie w godzinach 11.00 – 17.00 lub za pośrednictwem e-maila ogarnij-emocje@wp.pl
Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego dla gmin: Marki, Ząbki, Zielonka **Prowadzący: Stowarzyszenie PRO – Pracownia Rozwoju Osobowości z Ząbek**	**ul.. Słowackiego 21, 05-091 Ząbki Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji** 	• poniedziałek: 13.00 – 17.00 • środa: 9.00 – 13.00 • piątek: 9.00 – 13.00 • Spotkania ze specjalistami poniedziałek – piątek: 8.00 – 20.00 Zakres poradnictwa: pedagogiczne, psychiatryczne, psychologiczne, socjalne	660-907-563 zapisy telefonicznie w godzinach pracy dyspozytora lub za pośrednictwem e-maila kontakt@propracownia.pl www.stowarzyszeniepro.pl

2 PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE



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

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

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Poradnia Psychologiczno -Pedagogiczna	DANE TELEADRESOWE PLACÓWEK PODANO W PUNKCIE 1. PORADNICTWO RODZINNE		
Specjalistyczna Poradnia Rodzinna przy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie			
Punkty specjalistycznego poradnictwa rodzinnego			
Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej	**ul. Poniatowskiego 29, 05-220 Zielonka**	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 20.00 • hostel – 7 dni w tygodniu całą dobę, zgodnie z potrzebami osób korzystających z pomocy	22 771-83-84 504-221-017 – tel. interwencyjny (24h) psychologpoikzielonka@gmail.com poik@powiat-wolominski.pl www.poik-zielonka.pl
Gmina Kobyłka Punkt psychoterapeutyczny	**ul. Wołomińska 1b, 05-230 Kobyłka** budynek parterowy przy Urzędzie Miasta	• czwartek: 9.00 – 20.00 • piątek: 15.00 – 20.00	22 760-70-38 w godzinach pracy punktu
Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)	**Fundacja ITAKA skrytka pocztowa 127, 00-958 Warszawa 66**	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	800-702-222 (infolinia bezpłatna) porady@liniawsparcia.pl www.liniawsparcia.pl



3 PORADNICTWO PEDAGOGICZNE

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

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

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godz.dyżurów	Telefon, e-mail, www
Poradnie Psychologiczno-Pedagogiczne	DANE TELEADRESOWE PLACÓWEK PODANO W PUNKCIE 1. PORADNICTWO RODZINNE		
Specjalistyczna Poradnia Rodzinna przy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie			
Punkty specjalistycznego poradnictwa rodzinnego			



4 PORADNICTWO Z ZAKRESU POMOCY POŁECZNEJ

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

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

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Ośrodki Pomocy Społecznej	DANE TELEADRESOWE PLACÓWEK PODANO W PUNKCIE 1. PORADNICTWO RODZINNE		
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej			
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	**ul. Legionów 78, 05-200 Wołominie**	• poniedziałek: 9.00 – 17.00 • wtorek – piątek: 8.00 – 16.00	22 776-44-95 (96) sekretariat@pcprwolomin.pl www.wolomin.naszepcpr.pl

5 PORADNICTWO W SPRAWIE ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ



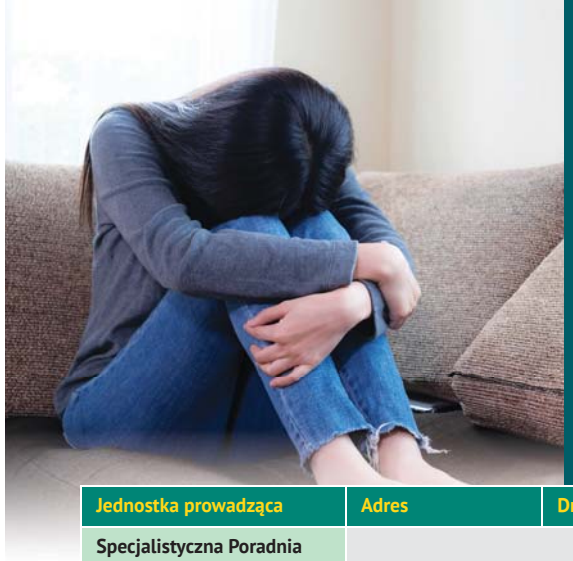
Zakres poradnictwa:
Przeciwdziałanie powstawaniu i usuwanie następstw nadużywania alkoholu poprzez oddziaływanie na osoby nadużywające alkoholu oraz udzielanie pomocy ich rodzinom. Przeciwdziałanie następstwom innych uzależnień, oddziaływanie na osoby uzależnione i udzielanie pomocy ich rodzinom.

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

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Ośrodek Pomocy Społecznej	DANE TELEADRESOWE PLACÓWEK PODANO W PUNKCIE 1. PORADNICTWO RODZINNE		
Gmina Kobyłka Punkt konsultacyjny dla: • **osób wymagających wsparcia w zakresie uzależnień** • **osób będących ofiarami przemocy domowej**	**ul. Wołomińska 1B, 05-230 Kobyłka** budynek parterowy przy Urzędzie Miasta	• poniedziałek: 17.30 – 19.30	22 760-70-38 mkrpa@kobylka.pl zapisy bezpośrednio pod wskazanym nr telefonu
Ośrodek Profilaktyki i Terapii Uzależnień SP ZOZ	**ul. Powstańców 12, 05-200 Wołomin**	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 20.00	22 787-85-43, 22 776-44-88 sekretariat@optu-wolomin.pl www.optu-wolomin.pl
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	**ul. Kościuszki 14, 05-252 Dąbrówka** budynek na tyłach budynku Urzędu Gminy	Dyżury przewodniczącego: • środa i czwartek: 10.00 – 14.00 Konsultant ds. uzależnień: • czwartek: 16.00 – 19.00 naprzemiennie w Dąbrówce lub Przychodni ELLE MED Kuligów, ul. Warszawska 5 Psycholog • w co drugi poniedziałek miesiąca 13.00 – 19.00 Specjalista z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie 2 x w miesiącu Dąbrówka, ul. Kościuszki 14	29 642-90-01 spotkania z konsultantem po wcześniejszym umówieniu terminu z przewodniczącą 606-442-272 po wcześniejszym umówieniu terminu Umawianie terminu wizyty pod numerem 29 757-80-25
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	**ul. Jana Pawła II 17, 05-280 Jadów** w siedzibie Ośrodka Pomocy Społecznej	• poniedziałek, środa, czwartek: 8.00 – 16.00 • środa: 7.00 – 17.00 • piątek: 8.00 – 14.00	22 785-44-10 – przewodnicząca komisji www.gmina.jadow.az.pl

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	**ul. Żymirskiego 1A, 05-205 Klembów**	• wtorek: 9.00 – 14.00	29 753-88-41
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	**ul. Wołomińska 1b, 05-230 Kobyłka** wejście po prawej stronie bankomatu	• dyżury Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych odbywają się według ustalonego harmonogramu, dostępnego na stronie www.zielonka.pl • punkt konsultacyjny dla osób z uzależnieniami czynny jest w każdy poniedziałek: 17.30 – 19.30	Dyżury Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych odbywają się według ustalonego harmonogramu, dostępnego na stronie www.zielonka.pl Punkt konsultacyjny dla osób z uzależnieniami czynny jest w każdy poniedziałek: 17.30 – 19.30
Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	**ul. Kościuszki 39A 05-270 Marki**	Dyżury członków GKRPA (Zespół ds. leczenia odwykowego i pomocy rodzinie): • 1 i 3 środa każdego miesiąca w godz.: 16.30 – 20.30 Jednostka specjalistycznego poradnictwa MPPDiR: tel.: 725-700-750 Punkt Informacyjno-Konsultacyjny przy ul. Kościuszki 39A: tel.: 515-305-294 Poradnictwo psychologiczne: środa: 9.00 – 16.00 Psychoterapia indywidualna, par i małżeństw, leczenie traum: • czwartek: 14.00 – 19.00 Psycholog dziecięcy: • środa: 14.00 – 20.00 Konsultacje specjalisty ds. przeciwdziałania przemocy i terapia dla osób doznających przemocy: środa: 16.00 – 20.00 Porady prawne: • czwartek: 15.00 – 20.00 Poradnictwo i konsultacje specjalisty psychoterapii uzależnień: • piątek: 15.00 – 19.00	609-771-310 gkrpa@marki.pl
Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	**ul. Krótka 1, 05-326 Poświętne**	Informacje, składanie wniosków – w godzinach pracy GOPS Poświętne. Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych zbiera się 1 raz w miesiącu.	25 752-03-15, 25 752-03-90 lub 80 wew. 22 tel. kom.: 731-775-277 gops@ugposwietne.pl
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	**ul. Letnia 15, 05-250 Radzymin**	Dyżur przewodniczącej: • środa: 15.30 – 18.30 Dla osób nie radzących sobie z emocjami: • poniedziałek: 17.00 – 20.00 Dla osób uzależnionych i współuzależnionych: • wtorek: 12.00 – 19.00 Porady i konsultacje • dwie soboty w miesiącu: 8.00 – 14.00 Wspólnota Anonimowych Alkoholików AA „Oko Opatrzności” • poniedziałek: 18.00 – 20.00 • czwartek, niedziela: 17.00 – 19.00 • wtorek: 17.00 – 19.00	22 243-05-47 Przewodnicząca GKPPA: 22 667-68-55, 698-573-803

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	**ul. Norwida 6, 05-282 Strachówka**	W godzinach pracy Urzędu Gminy Strachówka	tel.: do Urzędu Gminy 25 756-28-28 gkrpa.strachowka@wp.pl
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	**ul. Warszawska 10, 05-240 Tłuszcz**	Koordynator ds. Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii Urząd Miejski w Tłuszczu ul. Warszawska 10, pokój nr 46, • poniedziałek, czwartek: 9.00 – 13.00, • wtorek: 9.00 – 17.00 Punkt konsultacyjny w Tłuszczu ul. Powstańców 27: psycholog (psychoterapeuta) • środa: 11.30 – 18.30 Psycholog: • wtorek: 12.00 – 19.00 • Prawnik: czwartek: 15.00 – 17.00 Wsparcie dla osób współuzależnionych, DDA (indywidualne, grupa): • poniedziałek 17.00 – 20.00	29 757-30-16 wew. 226 a.jaworska@tluszcz.pl 693-998-931 571-347-575 512-086-629 694-660-689
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	**ul. Powstańców 12, 05-200 Wołomin**	Spotkania komisji raz w miesiącu	22 787-27-01, 22 776-50-23 gkrpa@ops.wolomin.pl www.ops.wolomin.pl
Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	**ul. 3 Maja 14/16, 05-091 Ząbki**	Dla osób z problemem alkoholowym i ich rodzin: • środa – czwartek: 16.00 – 18.00 dla osób z problemem narkotykowym i ich rodzin: • piątek: 15.00 – 17.00 Grupa edukacyjno-terapeutyczna dla osób współuzależnionych: • poniedziałek: 17.00 – 20.00	22 781-63-61
Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	**ul. Literacka 20, 05-220 Zielonka** w Ośrodku Pomocy Społecznej pokój nr 9	• czwartek: 12.00 – 18.00 • piątek: 9.00 – 12.00	22 781-03-51 wew. 19
Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania	**Krajowe Biuro do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii ul. Dereniowa 52/54, 02-776 Warszawa**	• czynny codziennie: 16.00 – 21.00	800-199-990 infolinia bezpłatna kbpn@kbpn.gov.pl www.kbnp@kbnp.gov.pl www.narkomania.gov.pl



6 PORADNICTWO W SPRAWIE PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE

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

Kryterium dostępu:
Osoby doświadczające przemocy domowej.

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Specjalistyczna Poradnia Rodzinna przy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie	DANE TELEADRESOWE PLACÓWEK PODANO W PUNKCIE 1. PORADNICTWO RODZINNE		
Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej			
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny	**ul. T. Kościuszki 14, 05-252 Dąbrówka**	• poniedziałek: 9.00 – 18.00 • wtorek – czwartek: 7.30 – 15.30 • piątek: 7.30 – 14.30	29 757-80-25 731-907-002 ewelina.sadlik@dabrowka.net.pl gops@dabrowka.net.pl www.bip.dabrowka.net.pl
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny	**ul. Jana Pawła II 17, 05-280 Jadów** od strony podwórka	• poniedziałek, środa, czwartek: 8.00 – 16.00 • wtorek: 7.00 – 17.00 • piątek: 8.00 – 14.00 w piątek nie przyjmuje się interesantów w sprawie świadczeń rodzinnych	25 675-41-09 gopsjadow@wp.pl www.jadow.az.pl
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny	**ul. Żymirskiego 38, 05-205 Klembów**	• poniedziałek: 8.00 – 17.00 • wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00 • piątek: dzień wewnętrzny	29 777-92-40 gops@klembow.pl www.gops.klembow.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny	**ul. Żymirskiego 2, 05-230 Kobyłka** windą przez Ośrodek Zdrowia	• poniedziałek: 8.00 – 17.00 • wtorek: 8.00 – 16.00 • czwartek: 8.00 – 16.00 • piątek: 8:00 – 15.00	22 763-42-72 świadczenia rodzinne, fundusz alimentacyjny, becikowe, 500+: 22 763-42-61 ops.kobylka@interia.pl www.opskobylka.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny	**ul. Kościuszki 39A, 05-270 Marki** świadczenia rodzinne: ul. Lisa Kuli 5A	• poniedziałek, wtorek, czwartek, piątek: 8.00 – 16.00 • środa: 8.00 – 18.00	22 771-30-23 22 761-91-77 – świadczenia rodzinne. ops@marki.pl www.opsmarki.pl

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny	**ul. Krótka 1, 05-326 Poświętne**	• poniedziałek: 7.30 – 15.30 • wtorek: 10.00 – 18.00 • czwartek – piątek: 7.30 – 15.30	25 752-03-15 gops@ugposwietne.pl www.gops.poswietne.bip-e.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny	**ul. Weteranów 31, 05-250 Radzymin**	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	22 786-54-86 ops@radzymin.pl www.ops.radzymin.pl
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny	**ul. Norwida 6, 05-282 Strachówka**	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	25 676-06-73 strachowka@ops.pl www.strachowka.com.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny	**ul. Warszawska 10, 05-240 Tłuszcz** świadczenia rodzinne: **ul. Powstańców 27**	• poniedziałek: 8.00 – 16.00 • wtorek: 8.00 – 18.00 • środa: 8.00 – 16.00 • piątek: 8.00 – 14.00	29 777-52-90 29 642-99-23 – świadczenia rodzinne osrodek@ops.tluszcz.pl www.opstluszcz.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny	**al Armii Krajowej 34, 05-200 Wołomin**	• poniedziałek: 8.00 – 17.00 • wtorek: 8.00 – 16.00 • czwartek: 8.00 – 16.00 • piątek: 8.00 – 15.00 Punkt Informacyjno-Konsultacyjny dot. przemocy w rodzinie • poniedziałek – czwartek: 14.00-16.00	22 787-27-01, 776-50-23, 572-106-341 Punkt Informacyjno-Konsultacyjny dot. przemocy w rodzinie ops@ops.wolomin.pl www.ops.wolomin.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny	**ul. Wojska Polskiego 1, 05-091 Ząbki**	• poniedziałek: 10.00 – 18.00 • wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00 • piątek: 7.00 – 15.00	22 510-98-03 (do 22) ops@zabki.pl ops-zabki@wp.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny	**ul. Literacka 20, 05-220 Zielonka**	• poniedziałek: 9.00 – 17.00 • wtorek – piątek: 8.00 – 16.00	22 761-00-47 ops_zielonka@o2.pl www.zielonka.pl
Gmina Kobyłka Punkt konsultacyjny dla: - osób wymagających wsparcia w zakresie uzależnień - osób będących ofiarami przemocy domowej	**ul. Wołomińska 1b, 05-230 Kobyłka** budynek parterowy przy Urzędzie Miasta	• poniedziałek: 17.30 – 19.30	22 760-70-38 mkrpa@kobylka.pl zapisy bezpośrednio pod wskazanym nr telefonu
Wydział Prewencji Komendy Powiatowej Policji	**ul. Legionów 31a, 05-200 Wołomin**	• 24 godzin na dobę przez 7 dni • w tygodniu	22 776-45-08, 47 724-77-21 (do 23)
Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia	**Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155, 02-326 Warszawa**	• godziny pracy sekretariatu: • poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	800-120-002 infolinia bezpłatna telefon infolinii czynny całą dobę www.niebieskalinia.info info@niebieskalinia.org



7 PORADNICTWO W RAMACH INTERWENCJI KRYZYSOWEJ

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

Kryterium dostępu:
Osoby i rodziny dotknięte sytuacją kryzysową w formie wsparcia bezpłatnego.

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Ośrodki Pomocy Społecznej **Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej**	DANE TELEADRESOWE PLACÓWEK PODANO W PUNKCIE 1. PORADNICTWO RODZINNE		
Wydział Zarządzania Kryzysowego Starostwa Powiatowego	**ul. Sasina 15, 05-200 Wołomin**	• poniedziałek: 8.00 – 17.00 • wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00 • piątek: 8.00 – 15.00	22 776-03-00 (02) pczk@powiat-wolominski.pl

Zakres poradnictwa:
Monitorowanie bezpieczeństwa.

Kryterium dostępu:
Osoba będąca świadkiem zagrożenia kryzysowego, osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Centralne Zarządzanie Kryzysowe	**Rządowe Centrum Bezpieczeństwa ul. Rakowiecka 2A, 00-993 Warszawa**	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	całodobowy dyżur: 22 361-69-00 785-700-177 dyzurny@rcb.gov.pl www.rcl.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe poczta@rcb.gov.pl

8 PORADNICTWO DLA BEZROBOTNYCH

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

Kryterium dostępu:
Osoby bezrobotne, poszukujące pracy, pracodawcy.



Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Powiatowy Urząd Pracy dla gmin: Kobyłka, Poświętne, Wołomin, Ząbki, Zielonka	**ul. Warszawska 5a, 05-200 Wołomin**	Godziny otwarcia: • poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00 Godziny przyjmowania interesantów: • poniedziałek – piątek: 8.30 – 14.30 Klub Pracy czynny: • poniedziałek - piątek: 12:00 – 14.30	22 787-46-20 22 787-54-64 wawo@praca.gov.pl www.wolomin.praca.gov.pl
Powiatowy Urząd Pracy, Filia w Radzyminie dla gmin: Dąbrówka, Marki, Radzymin	**ul. Komunalna 8A, 05-250 Radzymin**	Godziny otwarcia: • poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00 Godziny przyjmowania interesantów: • poniedziałek – piątek: 8.30 – 14.30	22 786-52-72 22 786-55-15 wawora@praca.gov.pl www.wolomin.praca.gov.pl
Powiatowy Urząd Pracy Filia w Tłuszczu dla gmin: Jadów, Klembów, Strachówka, Tłuszcz.	**ul. Warszawska 10, 05-240 Tłuszcz**	Godziny otwarcia: • poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00 Godziny przyjmowania interesantów: • poniedziałek – piątek: 8.30 – 14.30	29 757-21-43 wawotl@praca.gov.pl wolomin.praca.gov.pl
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. T. Kościuszki 14, 05-252 Dąbrówka**	• poniedziałek: 9.00 – 18.00 • wtorek – czwartek: 7.30 – 15.30 • piątek: 7.30 – 14.30	29 757-80-85 731-907-002 gops@dabrowka.net.pl www.bip.dabrowka.net.pl
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Jana Pawła II 17, 05-280 Jadów** od strony podwórka	• poniedziałek, wtorek, czwartek: 8.00 – 16.00 • środa: 7.00 – 17.00 • piątek: 8.00 – 14.00 W piątek nie przyjmuje się interesantów w sprawie świadczeń rodzinnych	25 675-41-09 gopsjadow@wp.pl www.jadow.az.pl
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Żymirskiego 38, 05-205 Klembów**	• poniedziałek: 8.00 – 17.00 • wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00 • piątek: dzień wewnętrzny	29 777-92-40 gops@klembow.pl www.gops.klembow.pl

Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Żymirskiego 2, 05-230 Kobyłka** windą przez Ośrodek Zdrowia	• poniedziałek: 8.00 – 17.00 • wtorek: 8.00 – 16.00 • czwartek: 8.00 – 16.00 • piątek: 8:00 – 15.00	22 763-42-72 świadczenia rodzinne, fundusz alimentacyjny, becikowe, 500+: 22 763-42-61 ops.kobylka@interia.pl www.opskobylka.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Kościuszki 39A, 05-270 Marki** **świadczenia rodzinne: ul. Lisa Kuli 5A**	• poniedziałek, wtorek, czwartek, piątek: 8.00 – 16.00 • środa: 8.00 – 18.00	22 771-30-23 22 761–91-77 – świadczenia rodzinne ops@marki.pl www.opsmarki.pl
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Krótka 1, 05-326 Poświętne**	• poniedziałek: 7.30 – 15.30 • wtorek: 10.00 – 18.00 • czwartek – piątek: 7.30 – 15.30	25 752-03-15 gops@ugposwietne.pl www.gops.poswietne.bip-e.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Weteranów 31, 05-250 Radzymin**	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	22 786-54-86 ops@radzymin.pl www.ops.radzymin.pl
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Norwida 6, 05-282 Strachówka**	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	25 676-06-73 strachowka@ops.pl www.strachowka.com.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Warszawska 10, 05-240 Tłuszcz** **świadczenia rodzinne: ul. Powstańców 27**	• poniedziałek: 8.00 – 16.00 • wtorek: 8.00 – 18.00 • środa: 8.00 – 16.00 • piątek: 8.00 – 14.00	29 777-52-90 29 642-99-23 – świadczenia rodzinne osrodek@ops.tluszcz.pl www.opstluszcz.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	**al Armii Krajowej 34, 05-200 Wołomin**	• poniedziałek: 8.00 – 17.00 • wtorek: 8.00 – 16.00 • czwartek: 8.00 – 16.00 • piątek: 8.00 – 15.00	22 787-27-01, 22 776-50-23 ops@ops.wolomin.pl www.ops.wolomin.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Wojska Polskiego 1, 05-091 Ząbki**	• poniedziałek: 10.00 – 18.00 • wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00 • piątek: 7.00 – 15.00	22 510-98-03 (do 22) ops@zabki.pl ops-zabki@wp.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	**ul. Literacka 20, 05-220 Zielonka**	• poniedziałek: 9.00 – 17.00 • wtorek – piątek: 8.00 – 16.00	22 761-00-47 ops_zielonka@o2.pl www.zielonka.pl
Infolinia Urzędów Pracy – Zielona Linia (informacje o usługach urzędów pracy)	Centrum Informacyjno-Konsultacyjne Służb Zatrudnienia Zielona Linia **ul. Trawiasta 20b 15-161 Białystok**	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 18.00	19-524 z Polski + 48 22 19-524 z zagranicy kontakt@zielonalinia.gov.pl www.zielonalinia.gov.pl

9 PORADNICTWO DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

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

Kryterium dostępu:
Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie.



Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Komenda Powiatowa Policji	**ul. Wileńska 43a, 05-200 Wołomin**	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	22 776-20-21 komendant.wolomin@ksp.policja.gov.pl www.kppwolomin.policja.waw.pl Profilaktyka społeczna: 22 724-77-21 (do 23) wew. 112, 113 Policyjny Telefon Zaufania: 800-120-226
Komisariat Policji	**ul. Poniatowskiego 25, 05-280 Jadów**	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	25 675-40-07 47 724-78-77
Komisariat Policji	**ul. ks. Marmo 13, 05-230 Kobyłka**	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	22 786-36-60 47 724-78-46 47 734-78-47
Komisariat Policji	**ul. Sportowa 5, 05-270 Marki**	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	tel. miejski: 22 781-23-20 761-80-80 604-77-61
Komisariat Policji	**ul. R. Traugutta 17, 05-250 Radzymin**	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	22 786-50-07
Punkt Obsługi Interesanta dla mieszkańców Gminy Dąbrówka	**ul. Kościuszki 14, 05-252 Dąbrówka**	• poniedziałki i piątki: 10.00 – 13.00	dyżur dzielnicowego KP Radzymin 600-997-212
Komisariat Policji	**ul. Szkolna 6, 05-240 Tłuszcz**	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	29 757-31-85 7 724-77-02
Komisariat Policji	**ul. Górnośląska 30, 05-091 Ząbki**	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	22 762-10-80 47 724-78-21
Komisariat Policji	**ul. Piastowska 17, 05-220 Zielonka**	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	22 781-00-07 22 781-01-13 47 724-78-01
Dom Samotnej Matki w Zielonce prowadzony przez CARITAS Diecezji Warszawsko -Praskiej	**ul. Kilińskiego 63, 05-220 Zielonka**	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu Kontakt, przyjęcia: • poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	22 781-09-79 797-542-148 dsm.zielonka@caritas.pl
Informacja o Ośrodkach Pomocy Pokrzywdzonym Przestępstwem	**Departament Funduszu Sprawiedliwości Ministerstwa Sprawiedliwości Al. Ujazdowskie 11, 00-567 Warszawa**	• poniedziałek – piątek: 8.15 – 16.15	Linia Pomocy Pokrzywdzonym: 222-309-900 funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl www.pokrzywdzeni.gov.pl

Osoby pokrzywdzone przestępstwem mogą także skorzystać z:

2. PORADNICTWA PSYCHOLOGICZNEGO ..... str. 6
4. PORADNICTWA Z ZAKRESU POMOCY SPOŁECZNEJ ..... str. 7
6. PORADNICTWA W SPRAWIE PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE ..... str. 11
7. PORADNICTWA W RAMACH INTERWENCJI KRYZYSOWEJ ..... str. 13
11. PORADNICTWA Z ZAKRESU PRAW DZIECKA ..... str. 18
17. NIEODPŁATNEJ POMOCY PRAWNEJ ..... str. 22
18. NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA OBYWATELSKIEGO ..... str. 26



10 PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAW KONSUMENTÓW

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

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

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Powiatowy Rzecznik Konsumentów	**ul. Prądzyńskiego 3, 05-200 Wołomin** winda na II piętro pokój 201	Rzecznik telefonicznie udziela porad konsumenckich: • poniedziałek: 10.00 – 17.00, • wtorek, środa, czwartek i piątek: 8.00 – 15.00 Rzecznik osobiście udziela porad konsumenckich: • poniedziałek: 10.30 – 17.00 • czwartek: 9.00 – 15.00 Po wcześniejszym umówieniu spotkania tel.: 22 346-11-21	22 346-11-21 rpk@powiat-wolominski.pl Rzecznik nie udziela porad za pośrednictwem e-maila.

Wojewódzki Inspektorat Inspekcji Handlowej	**ul. Sienkiewicza 3, 00-015 Warszawa**	• poniedziałek – piątek: 8.15 – 16.15 Dyżur: • środa: 16.15 – 18.00	22 826-18-30 22 826-21-95 ih_warszawa@wiih.org.pl www.wiih.org.pl
Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	**Pl. Powstańców Warszawy 1, 00-950 Warszawa**	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 18.00	Infolinia konsumencka prowadzona przez Federacje Konsumentów 22 290-89-16 801-440-220 porady@dlakonsumentow.pl www.uokik.gov.pl

11 PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAW DZIECKA



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

Kryterium dostępu:
Osoba, która doświadcza przemocy lub jest jej świadkiem.

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Rzecznik Praw Dziecka – Dziecięcy Telefon Zaufania	**ul. Chocimska 6, 00-791 Warszawa**	• poniedziałek – piątek: 8.15 – 16.15 dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie – doradcy oddzwonią	800-121-212 (infolinia bezpłatna) rpd@brpd.gov.pl www.brpd.gov.pl
Ogólnopolski telefon zaufania dla dzieci i młodzieży	**Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę** **Siedziba:** ul. Walecznych 59, 03-926 Warszawa **Biuro:** ul. Mazowiecka 12/25, 00-048 Warszawa	• poniedziałek – niedziela: 8.00 – 8.00	116-111 (połączenia bezpłatne) www.116111.pl
Stowarzyszenie Qźnia	**ul. Zaciszna 22 05-230 Kobyłka**	• wtorek: 11.00 – 15.30 • czwartek: 10.00 – 14.30	515-769-628 specjalista@qznia.org.pl



12 PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAW PACJENTA

Zakres poradnictwa:
Ochrona praw pacjenta.

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

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Szpital Matki Bożej Nieustającej Pomocy Pełnomocnik Dyrektora ds. Pacjentów i Komunikacji Społecznej	**ul. Gdyńska 1/3, 05-200 Wołomin**	Rejestracja osobista i telefoniczna czynna: 7.45 – 14.35 Rejestracja osobista czynna dodatkowo w trakcie przyjmowania przez lekarzy specjalistów w godzinach popołudniowych nie dłużej niż do 20.00	22 763-32-59 rzecznik@szpitalwolomin.pl Centrala: 22 763-33-00
Rzecznik Praw Pacjenta	**Biuro Rzecznika Praw Pacjenta ul. Młynarska 46, 01-171 Warszawa**	Telefoniczna Informacja Pacjenta: 800-190-590 (połączenie bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych) Czynna: • poniedziałek – piątek: 8.00 - 18.00 • sobota: 8:00 – 16:00	22 532-82-50 kancelaria@rpp.gov.pl www.gov.pl/web/rpp/

Zakres poradnictwa:
Ochrona osób niepełnosprawnych.

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

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	**ul. Legionów 78, 05-200 Wołominie**	• poniedziałek: 9.00 – 17.00 • wtorek – piątek: 8.00 – 16.00	22 776-44-95 (96) sekretariat@pcprwolomin.pl www.wolomin.naszepcpr.pl
Powiatowy Zespół do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności	**Starostwo Powiatu Wołomińskiego ul. Prądzyńskiego 3 05-200 Wołomin** przyziemie/wejście D	• poniedziałek: 8.00 – 17.00 • wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00 • piątek: 8.00 – 15.00 Obsługa interesantów – pokój nr 02	22 346-11-65 22 346-11-43 pzon@powiat-wolominski.pl www.bip.powiat-wolominski.pl
Pełnomocnik Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych Biuro Pełnomocnika Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych	**Siedziba:** ul. Żurawia 4A, 00-530 Warszawa **Korespondencja:** ul. Nowogrodzka 1/3/5, 00-513 Warszawa	• poniedziałek – piątek: 8.15 – 16.15	22 461-60-00 801-801-015 sekretariat.bon@mrpips.gov.pl www.niepelnosprawni.gov.pl

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

Kryterium dostępu:
Osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym.

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Narodowy Fundusz Zdrowia Mazowiecki Oddział Wojewódzki	**ul. Chałubińskiego 8, 00-613 Warszawa**	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	Infolinia: 800-190-590 kancelaria@nfz-warszawa.pl www.nfz-warszawa.pl
Narodowy Fundusz Zdrowia – Centrala	**ul. Rakowiecka 26/30, 02-528 Warszawa**	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	Infolinia Centralna: 800-190-590 (infolinia bezpłatna) 22 574-19-73 Departament Obsługi Klientów

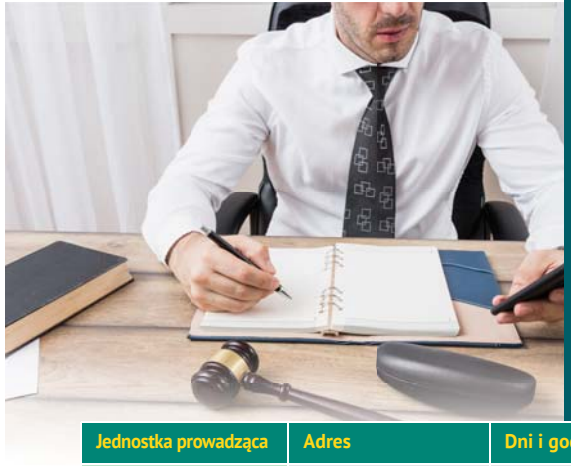
13 PORADNICTWO Z ZAKRESU UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH



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

Kryterium dostępu:
Adresatami porad są ubezpieczeni, płatnicy, lekarze.

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Zakład Ubezpieczeń Społecznych	**ul. Reja 20, 05-200 Wołomin**	Godziny obsługi klientów • poniedziałek – piątek: 8.00 – 17.00 Godziny urzędowania • poniedziałek – piątek: 8.00 – 15.00 Konsultanci COT są dostępni: • poniedziałek – piątek: 7.00 – 18.00	Centrum Obsługi Telefonicznej 22 560-16-00 Komunikaty informacyjne 24 godz. na dobę przez 7 dni w tygodniu cot@zus.pl www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot



14 PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAWA PRACY

Zakres poradnictwa:
Poradnictwo z zakresu prawa pracy.

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

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Okręgowy Inspektorat Pracy w Warszawie	**ul. Płocka 11/13, 01-231 Warszawa**	• poniedziałek – piątek: 9.00 – 16.00	Kancelaria: 22 425-11-94 Porady prawne: 459-599-000 (z tel. komórkowych) 801-002-006 (z tel. stacjonarnych) kancelaria@warszawa.pip.gov.pl www.warszawa.pip.gov.pl/pl/
Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy	**Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30, 02-315 Warszawa**	• poniedziałek – piątek: 9.00 – 16.00	22 391-82-15 Porady prawne: 459-599-000 (z tel. komórkowych) 801-002-006 (z tel. stacjonarnych) kancelaria@gip.pip.gov.pl www.pip.gov.pl/pl www.pip.gov.pl/pl/porady-prawne



15 PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAWA PODATKOWEGO

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

Kryterium dostępu:
Z porad może skorzystać każdy podatnik.

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

16 PORADNICTWO DLA OSÓB W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO



Zakres poradnictwa:
Prawa ubezpieczonych.

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

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Rzecznik Finansowy (Ubezpieczonych)	**Biuro Rzecznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87, 02-001 Warszawa**	• 22 333-73-28 – w godzinach 9.00 – 14.00 dyżur telefoniczny ekspertów z zakresu ubezpieczeń gospodarczych, w szczególności ubezpieczeń komunikacyjnych (OC, AC, assistance), na życie, NNW, domów i mieszkań, turystyczne, kredytów, małych i średnich przedsiębiorstw, rolnych • tel.: 22 333-73-25 – w godzinach 8.00 – 16.00 dyżur telefoniczny ekspertów z zakresu problemów z bankami i na rynku kapitałowym • tel.: 508-810-370 – w godzinach 12.00 – 14.00 dyżur telefoniczny ekspertów dla członków OFE, uczestników Pracowniczych Programów Emerytalnych oraz osób korzystających z IKE	Poradę eksperta można uzyskać również drogą e-mailową pisząc na adres: porady@rf.gov.pl biuro@rf.gov.pl www.rf.gov.pl/kontakt W związku z koronawirusem COVID-19, zostały uruchomione specjalne numery telefonów i adres e-mail: Infolinia czynna w godz.: 9.00 – 16.00 Sprawy ubezpieczeniowo-emerytalne: 22 333-73-37 Sprawy bankowo-kapitałowe: 22 333-73-38 poradyCOVID@rf.gov.pl

17 NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA



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

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

ZAPISY NA WIZYTY POD NUMEREM TELEFONU:
735-736-797 w poniedziałek: 8.00 – 17.00,
wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00, piątek: 8.00 – 15.00,
e-mail: npp.zapisy@powiat-wolominski.pl, www.: www.bip.powiat-wolominski.pl zakładka NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE.

Osoby, które ze względu na niepełnosprawność ruchową nie są w stanie przybyć do punktu lub osoby doświadczające trudności w komunikowaniu się mogą otrzymać poradę przez telefon lub Internet. Bliższe informacje pod numerem podanym do zapisów.

Jednostka prowadząca	Adres punktu	Dni i godziny dyżurów	Telefon punktu, e-mail, www
Powiat Wołomiński ul. Prądzyńskiego 3, 05-200 Wołomin	**GMINA KOBYŁKA al. Jana Pawła II 22, 05-230 Kobyłka** Miejski Ośrodek Kultury wejście A, parter	• poniedziałek: 8.00 – 12.00 • wtorek: 8.00 – 12.00 • środa: 12.00 – 16.00 • czwartek: 8.00 – 12.00 • piątek: 12.00 – 16.00	735-736-797
Powiat Wołomiński ul. Prądzyńskiego 3, 05-200 Wołomin	**GMINA MARKI ul. Okólna 14, 05-270 Marki** Szkoła Podstawowa Nr 1 parter, sala „Biuro"	• poniedziałek: 16.30 – 20.30 • wtorek: 16.30 – 20.30 • środa: 16.30 – 20.30 • czwartek: 16.30 – 20.30 • piątek: 16.30 – 20.30	735-736-797
Punkt powierzony do prowadzenia Fundacji „Spektrum"	**GMINA RADZYMIN ul. Letnia 15, 05-250 Radzymin**	• poniedziałek: 10.00 – 14.00 • wtorek: 8.00 – 12.00 • środa: 10.00 – 14.00 • czwartek: 12.30 – 16.30 • piątek: 16.00 – 20.00	735-736-797 cpspektrum@gmail.com www.fundacjaspektrum.pl
Punkt powierzony do prowadzenia Fundacji „Spektrum"	**GMINA STRACHÓWKA ul. Norwida 6, 05-282 Strachówka** Urząd Gminy I piętro, pokój nr 16	• poniedziałek: 14.30 – 18.30 • wtorek: 12.30 – 16.30 • środa: 14.30 – 18.30 • czwartek: 8.00 – 12.00 • piątek: 11.30 – 15.30	735-736-797 cpspektrum@gmail.com www.fundacjaspektrum.pl
Powiat Wołomiński ul. Prądzyńskiego 3, 05-200 Wołomin	**GMINA TŁUSZCZ ul. Warszawska 10, 05-240 Tłuszcz** Urząd Miasta parter, pokój nr 8	• poniedziałek: 8.00 – 12.00 • wtorek: 14.00 – 18.00 • środa: 11.00 – 15.00 • czwartek: 11.00 – 15.00 • piątek: 11.00 – 15.00	735-736-797
Powiat Wołomiński ul. Prądzyńskiego 3, 05-200 Wołomin	**GMINA WOŁOMIN ul. 1 Maja 36, 05-200 Wołomin** parter, pokój nr 9 wejście – furtka z prawej strony budynku	• poniedziałek: 13.00 – 17.00 • wtorek: 12.00 – 16.00 • środa: 12.00 – 16.00 • czwartek: 12.00 – 16.00 • piątek: 12.00 – 16.00	735-736-797
Powiat Wołomiński ul. Prądzyńskiego 3, 05-200 Wołomin	**GMINA ZIELONKA ul. Lipowa 5, 05-220 Zielonka** Urząd Miasta parter, pokój nr 2	• poniedziałek: 16.00 – 20.00 • wtorek: 16.00 – 20.00 • środa: 16.00 – 20.00 • czwartek: 16.00 – 20.00 • piątek: 16.00 – 20.00	735-736-797

18 NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE



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

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

ZAPISY NA WIZYTY POD NUMEREM TELEFONU:
735-736-797 w poniedziałek: 8.00 – 17.00,
wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00, piątek: 8.00 – 15.00,
e-mail: npp.zapisy@powiat-wolominski.pl, www.: www.bip.powiat-wolominski.pl zakładka NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE.

Osoby, które ze względu na niepełnosprawność ruchową nie są w stanie przybyć do punktu lub osoby doświadczające trudności w komunikowaniu się mogą otrzymać poradę przez telefon lub Internet. Bliższe informacje pod numerem podanym do zapisów.

Jednostka prowadząca	Adres punktu	Dni i godziny dyżurów	Telefon punktu, e-mail, www
Punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Experto Pro Bono, z siedzibą: ul. Legionów 10, 22-400 Zamość	**GMINA DĄBRÓWKA** **ul. Kościuszki 12,** **05-254 Dąbrówka** budynek przy budynku Urzędu Gminy, parter	• poniedziałek 14.00 – 18.00 • środa 15.00 – 19.00	2735-736-797 www.fundacjaepb.pl biuro@fundacjaepb.pl
Punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Experto Pro Bono	**GMINA JADÓW** **pl. Dreszera 17,** **05-280 Jadów** Biblioteka Publiczna Gminy Jadów, I piętro	• poniedziałek: 9.00 – 13.00 • wtorek: 9.00 – 13.00 • środa: 9.00 – 13.00 • czwartek: 11.00 – 15.00 • piątek: 11.00 – 15.00	735-736-797 www.fundacjaepb.pl biuro@fundacjaepb.pl
Punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Experto Pro Bono	**GMINA KLEMBÓW** **ul. Żymirskiego 1A,** **05-205 Klembów** parter	• poniedziałek: 12.15 – 16.15 • czwartek: 13.00 – 17.00 • piątek: 7.45 – 11.45	735-736-797 www.fundacjaepb.pl biuro@fundacjaepb.pl
Punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Experto Pro Bono	**GMINA POŚWIĘTNE** **ul. Krótka 1,** **05-326 Poświętne** parter, pokój nr 6	• wtorek: 12.30 – 16.30 • środa: 7.30 – 11.30	735-736-797 www.fundacjaepb.pl biuro@fundacjaepb.pl
Punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Experto Pro Bono	**GMINA ZĄBKI** **ul. Kościelna 2,** **05-091 Ząbki** Szkoła Podstawowa Nr 3 parter, sala lekcyjna nr 07	• wtorek: 17.00 – 21.00 • czwartek: 17.00 – 21.00 • piątek: 16.00 – 20.00	735-736-797 www.fundacjaepb.pl biuro@fundacjaepb.pl



19 NIEODPŁATNA MEDIACJA

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

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

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

Jednostka prowadząca	Adres punktu	Dni i godziny dyżurów	Telefon punktu, e-mail, www
DANE TELEADRESOWE PLACÓWEK PODANO W PUNKTACH 17. NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA 18. NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE			
Sąd Rejonowy	**ul. Prądzyńskiego 3a,** **05-200 Wołomin** Dyżur mediatora w Punkcie Informacyjnym ds. Mediacji na terenie Sądu pokój nr 234, II piętro sprawy cywilne, karne, rodzinne i nieletnich	• każdy II poniedziałek miesiąca: 10.00 – 12.00 • każda II środa miesiąca: 11.00 – 15.30 • każdy II piątek miesiąca: 10.00 – 15.30	tel. 22 787-28-49 boi@wolomin.sr.gov.pl

20 INNE
RZECZNIK PRAW OBYWATELSKICH

Zakres poradnictwa:
Ochrona praw obywatelskich.

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



Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Rzecznik Praw Obywatelskich	**Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich Al. Solidarności 77, 00-090 Warszawa**	Przyjęcia interesantów: • poniedziałek: 10.00 – 18.00 • wtorek – piątek: 8.00 – 16.00	infolinia 800-676-676 (połączenia bezpłatne) centrala 22 551-77-00 biurorzecznika@brpo.gov.pl www.rpo.gov.pl Swoją sprawę można te zgłosić do RPO za pośrednictwem formularza kontaktowego na stronie: www.rpo.gov.pl/content/kontakt (punkt 2/4)

INFORMACJE I USŁUGI PRZYJAZNE OBYWATELOM

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Cyfryzacja KPRM	**ul. Królewska 27, 00-060 Warszawa**		Informacje i usługi przyjazne obywatelom na portalu: www.obywatel.gov.pl

TELEFONY ZAUFANIA

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

POWIAT
WOŁOMIŃSKI



Starostwo Powiatowe w Wołominie

ul. Prądzyńskiego 3, 05-200 Wołomin
tel. 22 346-11-00
fax: 22 776-50-93

kancelaria@powiat-wolominski.pl
www.powiat-wolominski.pl
Powiat.Wolominski
Starosta Wołomiński