



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

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

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

SPIS TREŚCI

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



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 22 763-42-72 świadczenia rodzinne, fundusz alimentacyjny, becikowe, 500+: tel.: 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	tel.: 22 771-30-23 tel.: 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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 29 777-52-90 tel.: 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 – 16.00	tel.: 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	tel.: 22 510-98-03 (do 22) ops@zabki.pl ops-zabki@wp.pl



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Literacka 20, 05-220 Zielonka ♿	poniedziałek: 9.00 – 17.00 wtorek – piątek: 8.00 – 16.00	tel.: 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	tel.: 664-022-974 rejestracja od poniedziałku do piątku 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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 22 776-27-85 pppwolomin@wp.pl www.ppp.wolomin.pl
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	ul. Inżynierska 1 05-220 Zielonka ♿ Filia w Ząbkach: ul. Batoiego 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	tel.: 22 760-24-97 pppzzielonka@wp.pl www.pppzieolonka.pl tel.: 22 308-85-55 filia@pppzzielonka.pl

2. PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE

Zakres poradnictwa:

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

Kryteria dostępu:

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

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	ul. Kościelna 1A, 05-240 Tłuszcz ♿	poniedziałek – czwartek: 8.00 – 18.00 piątek: 8.00 – 17.00	tel.: 29 757-38-97 ppptluszcz@op.pl www.ppptluszcz.pl



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	ul. Legionów 85, 05-200 Wołomin	poniedziałek: 9.00 – 17.00 wtorek – czwartek: 8.15 – 16.15	tel.: 22 776-27-85 pppwołomin@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	tel.: 22 760-24-97 pppzielonka@wp.pl www.pppzieolotka.pl tel.: 22 308- 85-55 filia@pppzielonka.pl
Specjalistyczna Poradnia Rodzinna przy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie	ul. Legionów 85, 05-200 Wołomin	prawnik: wtorek: 15.00 – 20.00 psycholog: poniedziałek: 7.00 – 18.00 wtorek: 8.00 – 16.00 środa – piątek: 8.00 – 18.00	tel.: 664-022-974 rejestracja od poniedziałku do piątku w godzinach: 8.00 – 18.00 spr@pcprwołomin.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	tel.: 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
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	tel.: 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 godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	ul. Kościelna 1A, 05-240 Tuszcz 	poniedziałek – czwartek: 8.00 – 18.00 piątek: 8.00 – 17.00	tel.: 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	tel.: 22 776-27-85 pppwołomin@wp.pl www.ppp.wolomin.pl



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

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	tel.: 22 760-24-97 pppzielonka@wp.pl www.pppzieolonka.pl tel.: 22 308- 85-55 filia@pppzielonka.pl
---	--	---	---

4. PORADNICTWO Z ZAKRESU POMOCY SPOŁECZNEJ

Zakres poradnictwa:

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

Kryteria dostępu:

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

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. T. Kościuszki 14, 05-252 Dąbrowka 	poniedziałek: 9.00 – 18.00 wtorek – czwartek: 7.30 – 15.30 piątek: 7.30 – 14.30	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 22 763-42-72 świadczenia rodzinne, fundusz alimentacyjny, becikowe, 500+: tel.: 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	tel.: 22 771-30-23 tel.: 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	tel.: 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	tel.: 22 786-54-86 ops@radzymin.pl www.ops.radzymin.pl



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Norwida 6, 05-282 Strachówka	poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	tel.: 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	tel.: 29 777-52-90 tel.: 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 – 16.00	tel.: 22 787-27-01, 776-50-23 ops@ops.wolomin.pl www.ops.wolomin.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Wojska Polskiego 1, 05-091 Zabki 	poniedziałek: 10.00 – 18.00 wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00 piątek: 7.00 – 15.00	tel.: 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	tel.: 22 781-03-51 ops_zielonka@o2.pl www.zielonka.pl
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	ul. Legionów 78, 05-200 Wołomin	poniedziałek: 9.00 – 17.00 wtorek – piątek: 8.00 – 16.00	tel.: 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
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. T. Kościuszki 14, 05-252 Dąbrowka 	poniedziałek: 9.00 – 18.00 wtorek – czwartek: 7.30 – 15.30 piątek: 7.30 – 14.30	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 22 763-42-72 świadczenia rodzinne, fundusz alimentacyjny, becikowe, 500+: tel.: 22 763-42-61 ops.kobylka@interia.pl www.opskobylka.pl



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

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	tel.: 22 771-30-23 tel.: 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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 29 777-52-90 tel.: 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 – 16.00	tel.: 22 787-27-01, 22 776-50-23 ops@ops.wolomin.pl www.ops.wolomin.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Wojska Polskiego 12, 05-091 Żabki	poniedziałek: 10.00 – 18.00 wtorek: 8.00 – 16.00 piątek: 7.00 – 15.00	tel.: 22 510-98-03 (do 22) ops@zabki.pl ops-zabki@wp.pl www.zabki.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Literacka 20, 05-220 Zielonka ♿	poniedziałek: 9.00 – 17.00 wtorek – piątek: 8.00 – 16.00	tel.: 22 781-03-51 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	tel.: 22 760-70-38 mkrpa@kobylka.pl zapisy bezpośrednio pod wskazanym nr telefonu
Ośrodek Profilaktyki i Terapii Uzależnień	ul. Powstańców 12, 05-200 Wołomin ♿	poniedziałek – piątek: 8.00 – 20.00	tel.: 22 787-85-43, 22 776-44-88 sekretariat@optu-wolomin.pl www.optu-wolomin.pl/kontakt
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	tel.: 29 642-90-01 spotkania z konsultantem po wcześniejszym umówieniu terminu z przewodniczącą tel.: 606-442-272 po wcześniejszym umówieniu terminu umawianie terminu wizyty pod numerem tel.: 29 757-80-25



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	ul. Jana Pawła II 17, 05-280 Jadów ♿ w siedzibie Ośrodka Pomocy Społecznej	poniedziałek, wtorek, czwartek: 8.00 – 16.00 środa: 7.00 – 17.00 piątek: 8.00 – 14.00	tel.: 22 785-44-10 – przewodnicząca komisji gopsjadow@wp.pl
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	ul. Żymirskiego 1A, 05-205 Klembów ♿	wtorek: 9.00 – 14.00	tel.: 29 753-88-41
Miejska 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	tel.: 22 760-70-28 mkrpa@kobylka.pl
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	tel.: 609-771-310 gkrpa@marki.pl
Gminna 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.	tel.: 25 752-03-15, 25 752-03-90 lub 80 wew. 22 tel. kom.: 731-775-277 gops@ugposwietne.pl



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

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	tel.: 22 243-05-47 Przewodnicząca GKPPA: tel.: 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 ♿	dni i godziny dyżurów zdalnych: psycholog czwartek: 12.00 – 19.00 tel.: 693-998-931 psycholog wtorek: 12.00 – 19.00 tel.: 571-347-575 prawnik czwartek: 15.00 – 17.00 tel.: 512-086-629 Koordynator ds. Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii Urząd Miejski w Tłuszczu ul. Warszawska 10, pokój nr 52, tel.: 29-757-30-16 wew. 226 poniedziałek, czwartek: 9.00 – 13.00, wtorek: 9.00 – 17.00	tel.: 29 757-30-16 a.jaworska@tluszcz.pl
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	ul. Powstańców 12, 05-200 Wołomin ♿	spotkania komisji raz w miesiącu: poniedziałek – piątek: 8.00 – 20.00	tel.: 22 787-85-43 wew. 22, 22 776-44-88 wew. 22 sekretariat@optu-wolomin.pl www.optu-wolomin.pl/kontakt
Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	ul. 3 Maja 14/16, 05-091 Żąbki	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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 800-199-990 infolinia bezpłatna kbpn@kbpn.gov.pl www.kbnp@kbnp.gov.pl www.narkomania.gov.pl



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

6. PORADNICTWO W SPRAWIE PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE

Zakres poradnictwa:

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

Kryterium dostępu:

Osoby doświadczające przemocy domowej.

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny	ul. T. Kościuszki 14, 05-252 Dąbrowka 	poniedziałek: 9.00 – 18.00 wtorek – czwartek: 7.30 – 15.30 piątek: 7.30 – 14.30	tel.: 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, 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 rodziny	tel.: 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	tel.: 29 777-92-40 gops@klembow.pl www.gops.klembow.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny	ul. Żymirskiego 2, 05-230 Kobylka  windą przez Ośrodek Zdrowia	poniedziałek: 8.00 – 17.00 wtorek: 8.00 – 16.00 czwartek: 8.00 – 16.00 piątek: 8.00 – 15.00	tel.: 22 763-42-72 świadczenia rodzinne, fundusz alimentacyjny, becikowe, 500+: tel.: 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	tel.: 22 771-30-23 tel.: 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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 29 777-52-90 tel.: 29 642-99-23 – świadczenia rodzinne osrodek@ops.tluszcz.pl www.opstluszcz.pl



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

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 – 16.00	tel.: 22 787-27-01, 776-50-23 ops@ops.wolomin.pl www.ops.wolomin.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej Zespół Interdyscyplinarny	ul. Wojska Polskiego 1, 05-091 Żabki ♿	poniedziałek: 10.00 – 18.00 wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00 piątek: 7.00 – 15.00	tel.: 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	tel.: 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	prawnik: wtorek: 15.00 – 20.00 psycholog: poniedziałek: 7.00 – 18.00 wtorek: 8.00 – 16.00 środa – piątek: 8.00 – 18.00	tel.: 664-022-974 rejestracja od poniedziałku do piątku 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	tel.: 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
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	tel.: 22 760-70-38 mkrpa@kobyłka.pl zapisy bezpośrednio pod wskazany nr telefonu
Wydział Prewencji Komendy Powiatowej Policji	ul. Legionów 31a, 05-200 Wołomin ♿	24 godzin na dobę przez 7 dni w tygodniu	tel.: 22 776-45-08, 47 724-77-21 (do 23)
Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”	Państwowa Agencja Rozwiązywania Probleatów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155, 02-326 Warszawa	godziny pracy sekretariatu: poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	tel.: 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
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. T. Kościuszki 14, 05-252 Dąbrowka ♿	poniedziałek: 9.00 – 18.00 wtorek – czwartek: 7.30 – 15.30 piątek: 7.30 – 14.30	tel.: 29 757-80-25, 731-907-002 gops@dabrowka.net.pl www.bip.dabrowka.net.pl



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 22 763-42-72 świadczenia rodzinne, fundusz alimentacyjny, becikowe, 500+: tel.: 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	tel.: 22 771-30-23 tel.: 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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 29 777-52-90 tel.: 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 – 16.00	tel.: 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	tel.: 22 510-98-03 (do 22) ops@zabki.pl ops-zabki@wp.pl www.zabki.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Literacka 20, 05-220 Zielonka ♿	poniedziałek: 9.00 – 17.00 wtorek – piątek: 8.00 – 16.00	tel.: 22 761-00-47 ops_zielonka@o2.pl zielonka.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	tel.: 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
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	tel.: 22 776-03-00 (02) pczk@powiat-wolominski.pl



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

Zakres poradnictwa:

Monitorowanie bezpieczeństwa.

Kryterium dostępu:

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

Centralne Zarządzanie Kryzysowe	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa ul. Rakowiecka 2A, 00-993 Warszawa	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	całodobowy dyżur: tel.: 22 361-69-00, 785-700-177 e-mail: 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	tel.: 22 787-46-20, 22 787 54-64 wawo@praca.gov.pl https://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	tel.: 22 786-52-72, 22 786 55-15 wawora@praca.gov.pl https://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	tel.: 29 757 21-43 wawotl@praca.gov.pl https://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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 22 763-42-72 świadczenia rodzinne, fundusz alimentacyjny, becikowe, 500+: tel.: 22 763-42-61 ops.kobylka@interia.pl www.opskobylka.pl



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

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	tel.: 22 771-30-23 tel.: 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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 29 777-52-90 tel.: 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 – 16.00	tel.: 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 Żabki ♿	poniedziałek: 10.00 – 18.00 wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00 piątek: 7.00 – 15.00	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 22 776-20-21 komendant.wolomin@ksp.policja.gov.pl www.kppwolomin.policja.waw.pl profilaktyka społeczna: tel.: 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	tel.: 25 675-40-07, 47 724-78-77



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

Komisariat Policji	ul. ks. Marmo 13, 05-230 Kobyłka ♿	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	tel.: 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, 22 761-80-80, 47 724-77-61
Komisariat Policji	ul. R. Traugutta 17 05-250 Radzymin	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	tel.: 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 z KP Radzymin tel.: 600-997-212
Komisariat Policji	ul. Szkolna 6, 05-240 Tłuszcz ♿	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	tel.: 29 757-31-85, 47 724-77-02
Komisariat Policji	ul. Górnioślaska 30, 05-091 Ząbki ♿	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	tel.: 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	tel.: 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	tel.: 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, 00-950 Warszawa	poniedziałek – piątek: 8.15 – 16.15	Linia Pomocy Pokrzywdzonym: tel.: 222-309-900 funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl www.pokrzywdzeni.gov.pl

Osoby pokrzywdzone przestępstwem mogą także skorzystać z:

2. PORADNICTWA PSYCHOLOGICZNEGO

– STRONA 3

4. PORADNICTWA Z ZAKRESU POMOCY SPOŁECZNEJ

– STRONA 5

6. PORADNICTWA W SPRAWIE PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE

– STRONA 10

7. PORADNICTWA W RAMACH INTERWENCJI KRYZYSOWEJ

– STRONA 11

11. PORADNICTWA Z ZAKRESU PRAW DZIECKA

– STRONA 16

17. NIEODPŁATNEJ POMOCY PRAWNEJ

– STRONA 19

18. NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA OBYWATELSKIEGO

– STRONA 21

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.



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Powiatowy Rzecznik Konsumentów	ul. Prądyńskiego 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	tel.: 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	tel.: 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 Federację Konsumentów tel.: 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	tel.: 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	tel.: 116-111 połączenia bezpłatne www.116111.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.



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Szpital Matki Bożej Nieustającej Pomocy Pełnomocnik Dyrektora do Spraw 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	tel.: 22 763-32-59 rzecznik@szpitalwolomin.pl tel. centrala: 22 763-31-00
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	tel: 22 532-82-50 kancelaria@rpp.gov.pl https://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	tel.: 22 776-44-95 (96) sekretariat@pcprwolomin.pl www.wolomin.naszepcpr.pl
Powiatowy Zespół do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności	Starostwo Powiatu Wołomińskiego ul. Prądyńskiego 3 05-200 Wołomin przysiemie / wejście D	poniedziałek: 8.00 – 17.00 wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00 piątek: 8.00 – 15.00 obsługa interesantów – pokój nr 02	tel.: 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	tel.: 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: tel.: 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: tel.: 800-190-590 infolinia bezpłatna tel.: 22 574 19 73 Departament Obsługi Klientów



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

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 (pielęgniacyjni, 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 od 22.11.2021 r. do 31.03.2022 r. Godziny urzędowania poniedziałek – piątek: 8.00 – 15.00 konsultanci COT są dostępni: poniedziałek – piątek: 7.00 – 18.00	Centrum Obsługi Telefonicznej tel.: 22 560-16-00 komunikaty informacyjne 24 godziny 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: tel.: 22 425-11-94 porady prawne: tel.: 459-599-000 z telefonów komórkowych, tel.: 801-002-006 z telefonów 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	tel.: 22 391-82-15 porady prawne: tel.: 459-599-000 z telefonów komórkowych, tel.: 801-002-006 z telefonów 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.



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

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	tel.: 22 787-75-82 (do 84) us.wolomin@mf.gov.pl www.mazowieckie.kas.gov.pl/urza-d-skarbowy-w-wolominie
Krajowa Informacja Skarbowa	ul. Teodora Sixta 17, 43-300 Bielsko-Biała	poniedziałek – piątek: 8.00 – 18.00	tel.: 801-055-055 z telefonów stacjonarnych tel.: 22 330-03-30 z telefonów 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 godzinach: 8.00 – 16.00 sprawy ubezpieczeniowo-emerytalne: tel.: 22 333-73-37 sprawy bankowo-kapitałowe: tel.: 22 333-73-38 e-mail: 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 sądownoadministracyjnym lub
2. wskazanie osobie uprawnionej sposobu rozwiązania jej problemu prawnego, lub
3. sporządzenie projektu pisma w sprawach, o których mowa w pkt 1 i 2, z wyłączeniem pism procesowych w toczącym się postępowaniu przygotowawczym lub sądowym i pism w toczącym się postępowaniu sądownoadministracyjnym, lub
4. nieodpłatną mediację, lub
5. sporządzenie projektu pisma o zwolnienie od kosztów sądowych lub ustanowienie pełnomocnika z urzędu w postępowaniu sądowym lub ustanowienie adwokata, radcy prawnego, doradcy podatkowego lub rzecznika patentowego w postępowaniu sądownoadministracyjnym oraz poinformowanie o kosztach postępowania i ryzyku finansowym związanym ze skierowaniem sprawy na drogę sądową.



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

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: 12.00 – 17.00, środę 11.00 – 15.00, piątek 8.00 – 12.00,

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. Prądyńskiego 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	tel.: 531-755-107
Powiat Wołomiński ul. Prądyńskiego 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	tel.: 667-607-450
punkt powierzony do prowadzenia Fundacji „Spektrum”, z siedzibą: al. Armii Krajowej 16A, 05-200 Wołomin cpspektrum@gmail.com www.fundacjaspektrum.pl	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	tel.: 22 667-68-56
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	tel.: 25 756-28-42
Powiat Wołomiński ul. Prądyńskiego 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	tel.: 29 642-30-55
Powiat Wołomiński ul. Prądyńskiego 3, 05-200 Wołomin	GMINA WOŁOMIN Wołomin, ul. 1 Maja 36 parter, pokój nr 9 wejście – furka 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	tel.: 663-537-319



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

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	tel.: 22 761-39-38
---	---	--	--------------------

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: 12.00 – 17.00, środę 11.00 – 15.00, piątek 8.00 – 12.00,

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 www.fundacjaepb.pl biuro@fundacjaepb.pl	GMINA DĄBRÓWKA ul. Kościuszki 12, 05-254 Dąbrówka budynek przy budynku Urzędu Gminy, parter 	poniedziałek 14.00 – 18.00 środa 15.00 – 19.00	tel.: 29 642-82-65
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	tel.: 535-115-570
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	tel.: 29 753-88-41
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	tel.: 25 752-03-90 (80) wew. 20
punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Experto Pro Bono	GMINA ZĄBKI ul. Kościelna 2 Szkoła Podstawowa Nr 3 parter, sala lekcyjna nr 07 	wtorek: 17.00 – 21.00 czwartek: 17.00 – 21.00 piątek: 16.00 – 20.00	tel. 22 487-52-08



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

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
punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Experto Pro Bono, z siedzibą: ul. Legionów 10, 22-400 Zamość telefon: 696 481 090 www.fundacjaepb.pl biuro@fundacjaepb.pl poradnictwo świadczone przez doradcę obywatelskiego	GMINA DĄBRÓWKA ul. Kościuszki 12, 05-254 Dąbrówka budynek przy budynku Urzędu Gminy, parter 	poniedziałek: 14.00 – 18.00 środa: 15.00 – 19.00	tel.: 29 642-82-65
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	tel.: 535-115-570
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	tel.: 29 753-88-41
Powiat Wołomiński ul. Prądyńskiego 3, 05-200 Wołomin	GMINA KOBYŁKA al. Jana Pawła II 22, 05-230 Kobylka Miejski Ośrodek Kultury wejście A, parter 	poniedziałek: 12.00 – 16.00 wtorek: 12.00 – 16.00 środa: 11.00 – 15.00 czwartek: 11.00 – 15.00 piątek: 11.00 – 15.00	tel.: 531-755-107
Powiat Wołomiński ul. Prądyńskiego 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	tel.: 667-607-450



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

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	tel.: 25 752-03-90 (80) wew. 20
punkt powierzony do prowadzenia Fundacji „Spektrum”, z siedzibą: al. Armii Krajowej 16A, 05-200 Wołomin cpspektrum@gmail.com www.fundacjaspektrum.pl	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	tel.: 22 667-68-56
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	tel.: 25 756-28-42
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	tel.: 29 642-30-55
Powiat Wołomiński ul. Prądzyńskiego 3, 05-200 Wołomin	GMINA WOŁOMIN Wołomin, ul. 1 Maja 36 parter, pokój nr 9 wejście – furka 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	tel.: 663-537-319
punkt powierzony do prowadzenia Fundacji Experto Pro Bono	GMINA ZĄBKI ul. Kościelna 2 Szkoła Podstawowa Nr 3 parter, sala lekcyjna nr 07 ♿	wtorek: 17.00 – 21.00 czwartek: 17.00 – 21.00 piątek: 16.00 – 20.00	tel.: 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	tel.: 22 761-39-38

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
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



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

20. INNE

RZECZNIK PRAW OBYWATELSKICH

Zakres poradnictwa:

Ochrona praw obywatelskich.

Kryterium dostępu:

Do Rzecznika może się zgłosić każdy, kto uważa, że państwo naruszyło jego prawa, że jest nierówno traktowany z powodu tego kim jest, osoba pozbawiona wolności chcąc poskarżyć się na 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 tel.: 800-676-676 połączenia bezpłatne tel. centrala: 22 551-77-00 biurorzecznika@brpo.gov.pl www.rpo.gov.pl Swoją sprawę można też zgłosić do RPO za pośrednictwem formularza kontaktowego na stronie: www.rpo.gov.pl/content/kontakt (punkt 2/4)

INFORMACJE I USŁUGI PRZYJAZNE OBYWATEŁOM

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 stronie www.pomaraneczowalinia.pl.



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO 2022

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.uzaleznieniebehawioralne.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.