

## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

Lista jednostek nieodpłatnego poradnictwa, którą zgodnie z art. 8a ust. 1 Ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej (Dz. U. z 2019r. poz. 294) sporządza i aktualizuje Starosta Powiatu Łosickiego. Na poniższym wykazie ujęto dane jednostek nieodpłatnego poradnictwa na terenie Powiatu Łosickiego, a także ogólnokrajowe infolinie tematyczne i inne formy darmowego poradnictwa specjalistycznego - w ramach działań instytucji publicznych lub na ich zlecenie, jako formy poradnictwa również łatwo dostępnego dla mieszkańców powiatu łosickiego.

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

| Lp.                               | NAZWA<br>JEDNOSTKI                                        | ZAKRES<br>PORADNICTWA                                                                                                                                                                                                           | ADRES                               | TELEFON<br>Odpłatność<br>połączeń                                        | DOSTĘPNOŚĆ<br>Dni i godziny                                                                                                | www<br>e-mail                                                                                                                    | KRYTERIA<br>DOSTĘPU                                                                                                                     |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>PORADNICTWO RODZINNE</b>       |                                                           |                                                                                                                                                                                                                                 |                                     |                                                                          |                                                                                                                            |                                                                                                                                  |                                                                                                                                         |
| 1.                                | Powiatowe<br>Centrum Pomocy<br>Rodzinie w Łosicach        | Psychologiczne,<br>zabezpieczenie<br>społeczne,<br>przeciwdziałanie<br>uzależnieniom,<br>przeciwdziałanie<br>przemocy w rodzinie,<br>wsparcie dziecka<br>i rodziny, piecza<br>zastępcza,<br>wsparcie osób<br>niepełnosprawnych. | ul. Narutowicza 6<br>08-200 Łosice  | Tel. 83 357 19 42                                                        | Czwartek<br>14 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup>                                                                            | <a href="mailto:kontakt@pcpr.losice.pl">kontakt@pcpr.losice.pl</a><br><a href="http://www.pcpr.losice.pl">www.pcpr.losice.pl</a> | Mieszkańcy<br>powiatu łosickiego,<br>osoby lub rodziny<br>bez względu<br>na wiek, płeć,<br>wykształcenie<br>czy sytuację<br>materiałną. |
| <b>PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE</b> |                                                           |                                                                                                                                                                                                                                 |                                     |                                                                          |                                                                                                                            |                                                                                                                                  |                                                                                                                                         |
| 2.                                | Poradnia<br>Psychologiczno-<br>Pedagogiczna<br>w Łosicach | Diagnoza i terapia<br>psychologiczna,<br>pedagogiczna,<br>logopedyczna<br>- diagnoza i terapia<br>wyższych funkcji,                                                                                                             | ul. Piłsudskiego 6<br>08-200 Łosice | Tel.<br>83 357 37 88<br>Zgłoszeń dokonywać<br>można również<br>osobiście | Od poniedziałku do<br>piątku<br>14 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup><br><br>Czwartek<br>14 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup> | <a href="mailto:ppplosice@op.pl">ppplosice@op.pl</a><br><br><a href="http://www.poradnia.losice.pl">www.poradnia.losice.pl</a>   | Projekt<br>kompleksowego<br>wsparcia<br>dla rodzin<br>„Za życiem” – dzieci<br>od urodzenia,                                             |

|                                 |                                                                        |                                                                                                                                                                                    |                                                           |                                                                                                                                                |                                                                                                                         |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                 |                                                                        | -interwencja kryzysowa, poradnictwo z zakresu uzależnień i przemocy w rodzinie, - diagnoza i terapia Procesów Integracji Sensorycznej.                                             |                                                           | w sekretariacie Poradni lub przesłać wypełniony formularz zgłoszenia pocztą.                                                                   |                                                                                                                         |                                                                                                                                            | dzieci od 3-18 lat. Pomoc świadczona jest dzieciom, rodzicom i nauczycielom ze szkół i placówek z terenu powiatu łosickiego. Wszystkie formy pomocy świadczone przez Poradnię odbywają się po wcześniejszym złożeniu przez rodziców, prawnych opiekunów lub pełnoletniego ucznia FORMULARZ ZGŁOSZENIA. |
| 3.                              | Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ) | Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze.                                                                                                                            | Fundacja ITAKA<br>skr. pocztowa 127<br>00-958 Warszawa 66 | 800 70 2222<br>bezpłatna infolinia                                                                                                             | 24 godz. przez<br>7 dni w tygodniu                                                                                      | <a href="http://www.linia wsparcia.pl">www.linia wsparcia.pl</a><br><a href="mailto:porady@linia wsparcia.pl">porady@linia wsparcia.pl</a> | Dla osób będących w kryzysie psychicznym.                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>PORADNICTWO PEDAGOGICZNE</b> |                                                                        |                                                                                                                                                                                    |                                                           |                                                                                                                                                |                                                                                                                         |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 4.                              | Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Łosicach                        | Diagnoza i terapia psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna, diagnoza i terapia wyższych funkcji, interwencja kryzysowa, poradnictwo z zakresu uzależnień i przemocy w rodzinie. | ul. Piłsudskiego 6<br>08-200 Łosice                       | Tel.<br>83 357 37 88<br>Zgłoszeń dokonywać można również osobiście w sekretariacie Poradni lub przesłać wypełniony formularz zgłoszenia pocztą | Od poniedziałku do piątku<br>14 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup><br><br>Czwartek<br>14 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup> | <a href="mailto:ppplosice@op.pl">ppplosice@op.pl</a><br><br><a href="http://www.poradnia.losice.pl">www.poradnia.losice.pl</a>             | Pomoc świadczona jest dzieciom, rodzicom i nauczycielom ze szkół i placówek z terenu powiatu łosickiego. Wszystkie formy pomocy świadczone przez Poradnię odbywają się po wcześniejszym złożeniu przez                                                                                                 |

|                        |                                                                                                                                  |                                                                                                                                              |                                           |                              |                                                                                                                       |                            |                                                                                                 |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        |                                                                                                                                  |                                                                                                                                              |                                           |                              |                                                                                                                       |                            | rodziców, prawnych opiekunów lub pełnoletniego ucznia<br>FORMULARZA ZGŁOSZENIA.                 |
| <b>POMOC SPOŁECZNA</b> |                                                                                                                                  |                                                                                                                                              |                                           |                              |                                                                                                                       |                            |                                                                                                 |
| 5.                     | Miejsko -Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Łosicach.<br><br>Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie. | Porady z zakresu pomocy społecznej, uprawnień do świadczeń rodzinnych i opiekuńczych.<br><br>Pomoc osobom pokrzywdzonym i sprawcom przemocy. | ul. Piłsudskiego 6<br>08-200 Łosice       | Tel. 83 357 37 47            | Poniedziałek<br>09 <sup>00</sup> – 17 <sup>00</sup><br><br>Od wtorku do piątku<br>07 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup> | mgops_losice@interia.pl    | Mieszkańcy Miasta i Gminy Łosice<br><br>Osoby dotknięte przemocą w rodzinie i sprawcy przemocy. |
| 6.                     | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Olszance                                                                                      | Porady z zakresu pomocy społecznej, uprawnień do świadczeń rodzinnych i opiekuńczych.                                                        | Olszanka 42<br>08-207 Olszanka            | Tel. 83 357 51 19            | Od poniedziałku do piątku<br>07 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>                                                      | ops.olszanka@poczta.fm     | Mieszkańcy Gminy Olszanka                                                                       |
| 7.                     | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Huszlewie                                                                                     | Porady z zakresu pomocy społecznej, uprawnień do świadczeń rodzinnych i opiekuńczych.                                                        | Huszlew 77<br>08-206 Huszlew              | Tel. 83 358 01 96            | Od poniedziałku do piątku<br>07 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>                                                      | gopshuszlew@poczta.onet.pl | Mieszkańcy Gminy Huszlew                                                                        |
| 8.                     | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Starej Kornicy                                                                                | Porady z zakresu pomocy społecznej, uprawnień do świadczeń rodzinnych i opiekuńczych.                                                        | Stara Kornica 191<br>08-205 Stara Kornica | Tel. 83 358 78 22<br>wew. 25 | Od poniedziałku do piątku<br>07 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>                                                      | gops@kornica.org           | Mieszkańcy Gminy Stara Kornica                                                                  |
| 9.                     | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Platerowie                                                                                    | Porady z zakresu pomocy społecznej, uprawnień do świadczeń rodzinnych i opiekuńczych.                                                        | ul. Dworcowa 21<br>08-210 Platerów        | Tel. 83 357 84 11            | Od poniedziałku do piątku<br>07 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup>                                                      | gops.platerow@wp.pl        | Mieszkańcy Gminy Platerów,<br>osoby dotknięte przemocą w rodzinie                               |

|                                                                 |                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                  |                                          |                                                                                                                       |                        |                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                 | Zespół Interdyscyplinarny w Platerowie                                                                         | Porady i pomoc dla osób pokrzywdzonych i sprawców przemocy.                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                  |                                          |                                                                                                                       |                        | i sprawcy przemocy.                                                                                                                                                                         |
| 10.                                                             | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sarnakach<br><br>Dzienny Dom Senior Plus<br><br>Środowiskowy Dom Samopomocy | Porady z zakresu pomocy społecznej, uprawnień do świadczeń rodzinnych i opiekuńczych, KDR, dłużnicy alimentacyjni.<br><br>Pomoc dla osób nieaktywnych zawodowo powyżej 60 +<br><br>Pomoc dla osób powyżej 18 roku życia upośledzonych. | 08-220 Sarnaki<br>ul. Berka Joselewicza 3<br><br>Nowe Hołowczyce 79<br>08-220 Sarnaki<br><br>Nowe Litewniki 40<br>08-220 Sarnaki | Tel. 83 359 92 44<br>lub<br>83 359 91 98 | Od poniedziałku do piątku<br>07 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup>                                                      | gops@sarnaki.pl        | Mieszkańcy Gminy Sarnaki<br><br>Kobiety i mężczyźni z terenu Gminy Sarnaki pow. 60+<br><br>Osoby upośledzone umysłowo lub chore psychicznie pow. 18 roku życia z terenu Powiatu Łosickiego. |
| <b>ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ</b> |                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                  |                                          |                                                                                                                       |                        |                                                                                                                                                                                             |
| 11.                                                             | Miejsko-Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Łosicach                                         | Porady z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych, uzależnień i współuzależnieni.                                                                                                                                                  | ul. Piłsudskiego 6<br>08-200 Łosice                                                                                              | Tel. 83 357 35 42                        | Poniedziałek<br>09 <sup>00</sup> – 17 <sup>00</sup><br><br>Od wtorku do piątku<br>07 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup> | umiglosice@pro.onet.pl | Usługa dostępna dla potrzebujących, osób lub rodzin bez względu na wiek, płeć, wykształcenie, czy sytuację materialną.                                                                      |
| 12.                                                             | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Olszance                                                 | Porady z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych, uzależnień i współuzależnieni.                                                                                                                                                  | Olszanka 42<br>08-207 Olszanka                                                                                                   | Tel. 83 357 51 19                        | Od poniedziałku do piątku<br>07 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>                                                      | ops.olszanka@poczta.fm | Usługa dostępna dla potrzebujących, osób lub rodzin bez względu na wiek, płeć, wykształcenie,                                                                                               |

|     |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                     |                                           |                               |                                                                  |                            |                                                                                                                                                                                                |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     | Zespół Interdyscyplinarny                                                                                                                      | Porady z zakresu przemocy w rodzinie                                                                                                                                |                                           |                               |                                                                  |                            | czy sytuację materialną.<br><br>Dla osób dotkniętych przemocą w rodzinie i sprawców przemocy.                                                                                                  |
| 13. | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Huszlewie<br><br>Zespół Interdyscyplinarny w Huszlewie                                   | Porady z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych, uzależnień i współuzależnieni.<br><br>Porady z zakresu przemocy w rodzinie                                   | Huszlew 77<br>08-206Huszlew               | Tel. 83 358 01 96             | Od poniedziałku do piątku<br>07 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup> | gopshuszlew@poczta.onet.pl | Usługa dostępna dla potrzebujących, osób lub rodzin bez względu na wiek, płeć, wykształcenie, czy sytuację materialną.<br><br>Dla osób dotkniętych przemocą w rodzinie oraz sprawców przemocy. |
| 14. | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Starej Kornicy<br><br>Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie | Porady z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych, uzależnień i współuzależnieni.<br><br>Porady i pomoc dla osób pokrzywdzonych i sprawców przemocy w rodzinie. | Stara Kornica 191<br>08-205 Stara Kornica | Tel. 83/ 358 78 22<br>wew. 25 | Od poniedziałku do piątku<br>07 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup> | gmina@kornica.org          | Usługa dostępna dla potrzebujących, osób lub rodzin bez względu na wiek, płeć, wykształcenie, czy sytuację materialną.<br><br>Dla osób dotkniętych przemocą w rodzinie oraz sprawców przemocy. |

|     |                                                                                                  |                                                                                                                                                                     |                                                                                    |                                               |                                                                                                   |                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                          |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 15. | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Platerowie                                 | Porady z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych, uzależnień i współuzależnieni.                                                                               | ul. 3 Maja 5<br>8-210 Platerów                                                     | Sekretariat/<br>Tel. 83 357 84 47             | Od poniedziałku do<br>piątku<br>07 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>                               | platerow@platerow.com                                                                                              | Usługa dostępna dla potrzebujących, osób lub rodzin bez względu na wiek, płeć, wykształcenie, czy sytuację materialną.                                                                   |
| 16. | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Sarnakach<br><br>Zespół Interdyscyplinarny | Porady z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych, uzależnień i współuzależnieni.<br><br>Porady i pomoc dla osób pokrzywdzonych i sprawców przemocy w rodzinie. | ul. Berka Joselewicza 3<br>08-220 Sarnaki                                          | Tel. 83 359 91 98<br>lub<br>Tel. 83/359 92 44 | Od poniedziałku do<br>piątku<br>07 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup><br>Wtorek do 17 <sup>00</sup> | <a href="mailto:sarnakigw@op.pl">sarnakigw@op.pl</a><br><a href="mailto:urząd.gminy4@wp.pl">urząd.gminy4@wp.pl</a> | Usługa dostępna dla potrzebujących, osób lub rodzin bez względu na wiek, płeć, wykształcenie, czy sytuację materialną.<br><br>Dla osób dotkniętych przemocą w rodzinie oraz sprawców.    |
| 17. | Anonimowi Alkoholicy                                                                             | Porady z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych.                                                                                                              | Fundacja Biuro Służby Krajowej AA w Polsce<br>ul. Chmielna 20<br>00 – 020 Warszawa | Infolinia 801 033 242                         | Infolinia czynna codziennie w godz.<br>08 <sup>00</sup> – 22 <sup>00</sup>                        | <a href="mailto:aa@aa.org.pl">aa@aa.org.pl</a>                                                                     | Infolinia skierowana jest do osób z problemem alkoholowym, osób zainteresowanych tym problemem, np. członków rodziny alkoholika lub osób zawodowo zajmujących się problemem alkoholowym. |
| 18. | Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania                                             | Wsparcie w przypadku, gdy problemem są narkotyki i uzależnienie od narkotyków.                                                                                      | Poradnia internetowa                                                               | Infolinia 801 199 990                         | Infolinia czynna codziennie w godz.<br>16 <sup>00</sup> – 21 <sup>00</sup>                        | <a href="http://www.narkomania.org.pl">www.narkomania.org.pl</a>                                                   | Infolinia skierowana jest dla osób zagrożonych                                                                                                                                           |

|                                          |                                                                                     |                                                                                                                                                   |                                                                                                             |                                                                                                   |                                                                                                                                                  |                                                                                                                          |                                                                                                               |
|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                          |                                                                                     |                                                                                                                                                   |                                                                                                             |                                                                                                   |                                                                                                                                                  |                                                                                                                          | uzależnieniem,<br>uzależnionych<br>i ich bliskich.                                                            |
| <b>PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ</b> |                                                                                     |                                                                                                                                                   |                                                                                                             |                                                                                                   |                                                                                                                                                  |                                                                                                                          |                                                                                                               |
| 19.                                      | Ogólnopolskie<br>Pogotowie dla Ofiar<br>Przemocy<br>w Rodzinie<br>„Niebieska linia” | Wsparcie, pomoc<br>psychologiczna,<br>informacja<br>o najbliższym miejscu<br>pomocy w problemach<br>przemocy domowej.                             | Państwowa Agencja<br>Rozwiązywania<br>Problemów<br>Alkoholowych<br>Al. Jerozolimskie 155<br>02-326 Warszawa | 800 120 002<br><br>Bezpłatna infolinia                                                            | Od poniedziałku do<br>soboty<br>w godz.<br>08 <sup>00</sup> – 22 <sup>00</sup><br>W niedzielę<br>i święta<br>08 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup> | <a href="http://www.niebieskalinia.info">www.niebieskalinia.info</a><br><br>biuro@niebieskalinia                         | Dla osób<br>doświadczających<br>przemocy<br>domowej.                                                          |
| <b>INTERWENCJA KRYZYSOWA</b>             |                                                                                     |                                                                                                                                                   |                                                                                                             |                                                                                                   |                                                                                                                                                  |                                                                                                                          |                                                                                                               |
| 20.                                      | Centralne<br>Zarządzanie<br>Kryzysowe                                               | Monitorowanie<br>bezpieczeństwa.                                                                                                                  | Rządowe Centrum<br>Bezpieczeństwa<br>Ul. Rakowiecka 2A<br>00-993 Warszawa                                   | Całodobowy dyżur:<br>22/361 69 00<br>22/785700177e-mail:<br>dyzurny@rcb.gov.pl                    | 24 godz. na dobę<br>przez 7 dni<br>w tygodniu                                                                                                    | <a href="http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/">http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/</a><br><br>poczta@rcb.gov.pl | Świadek zagrożenia<br>kryzysowego.<br>Osoba poszukująca<br>informacji na temat<br>zarządzania<br>kryzysowego. |
| <b>DLA OSÓB BEZROBOTNYCH</b>             |                                                                                     |                                                                                                                                                   |                                                                                                             |                                                                                                   |                                                                                                                                                  |                                                                                                                          |                                                                                                               |
| 21.                                      | Powiatowy Urząd<br>Pracy w Łosicach                                                 | Informacje zawodowe<br>w zakresie sytuacji na<br>rynku pracy, ofert<br>poszukiwania pracy<br>i innych form wsparcia<br>świadczone przez<br>urząd. | Ul. Narutowicza 6<br>08-200 Łosice                                                                          | Tel. 83/ 357 19 56                                                                                | Od poniedziałku<br>do piątku<br>8 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup>                                                                               | <a href="http://losice.praca.gov.pl">http://losice.praca.gov.pl</a><br><br>walo@praca.gov.pl                             | Usługa dostępna dla<br>osób bezrobotnych,<br>poszukujących<br>pracy,<br>pracodawców.                          |
| 22.                                      | Infolinia Urzędów<br>Pracy<br>Zielona infolinia                                     | Pod tym numerem<br>udzielane są informacje<br>o usługach urzędów<br>pracy.                                                                        | Urząd Pracy<br>Ul. Ciepła 20<br>15-472 Białystok                                                            | 19 524<br>(z całej Polski)<br>+482219524<br>(z zagranicy)<br>Koszt zgodnie z taryfą<br>operatora. | Od poniedziałku do<br>piątku<br>08 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup>                                                                              | <a href="http://www.zielonalinia.gov.pl">www.zielonalinia.gov.pl</a><br><br>biuro@zielonalinia.gov.pl                    | Usługa dostępna dla<br>osób bezrobotnych,<br>poszukujących<br>pracy,<br>pracodawców.                          |

## DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

|     |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                       |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                       |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 23. | Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem                                             | Centrum Pomocy Interdyscyplinarnej „Caritas”.                                                                                                                                                                                                                                       | Ul. Narutowicza 2B<br>08-200 Łosice   | Tel. 500 566 924                                                                                                                             | W poniedziałek,<br>wtorek, czwartek,<br>i piątek<br>08 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup><br>środa<br>12 <sup>00</sup> – 20 <sup>00</sup><br>Sobota<br>08 <sup>00</sup> – 12 <sup>00</sup>                                                                                                                  | <a href="mailto:losice.oppp@caritas.pl">losice.oppp@caritas.pl</a>                                                                                                                                                                                                                                    | Usługa dostępna dla potrzebujących, pokrzywdzonych osób lub rodzin bez względu na wiek, płeć, wykształcenie, czy sytuację materialną. |
| 24. | Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem Stowarzyszenia Caritas Diecezji Siedleckiej | Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe                                                                                                                                                                                                                           | Ul. Budowlana 1,<br>08-110 Siedlce    | Tel. 500 566 881                                                                                                                             | Poniedziałek<br>08 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup><br>Wtorek<br>08 <sup>00</sup> – 20 <sup>00</sup><br>Środa<br>08 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup><br>Czwartek<br>08 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup><br>Piątek<br>08 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup><br>Sobota<br>10 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup> | <a href="http://www.pokrzywdzeni.gov.pl">www.pokrzywdzeni.gov.pl</a><br><br>funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl                                                                                                                                                                                          | Z pomocy mogą skorzystać osoby pokrzywdzone i ich osoby bliskie.                                                                      |
| 25. | Centrum Praw Kobiet                                                                  | Wsparcie :<br>- kobiet doznających różnych form przemocy, w tym przemocy domowej, molestowania seksualnego w miejscu pracy, mobbingu,<br>- świadków przemocy,<br>- przedstawicieli służb i organizacji pozarządowych pracujących w obszarze przeciwdziałania przemocy wobec kobiet. | Ul. Wilcza 60/19<br>00 – 679 Warszawa | Tel.22/622 25 17<br>Telefon interwencyjny 600 070 717 jest czynny całą dobę, 7 dni w tygodniu - połączenie płatne zgodnie z taryfą operatora | Telefon zaufania STOP 22/621 35 37 czynny od poniedziałku do piątku 10 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup> w czwartki działa, jako telefon, pod którym udzielane są porady prawne, w pozostałe dni można porozmawiać z psychologiem                                                                          | <a href="http://www.cpk.org.pl">www.cpk.org.pl</a><br>sekretariat@cpk.org.pl<br>porady.prawne@cpk.org.pl<br>porady.psychologiczne@cpk.org.pl<br>pomoc@cpk.org.pl<br>warsztaty_szkolenia@cpk.org.pl<br><a href="https://www.facebook.com/Centrum.Praw.Kobiet">www.facebook.com/Centrum.Praw.Kobiet</a> | Pomoc dla kobiet, których prawa są łamane, a w szczególności kobiet doświadczających różnych form przemocy.                           |

| PRAWO KONSUMENCKIE |                                                 |                                                                                                                             |                                                                 |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                        |                                                                                               |                                                                                 |
|--------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 26.                | Powiatowy Rzecznik Konsumentów w Łosicach       | Ochrona praw konsumenckich.                                                                                                 | Starostwo Powiatowe<br>ul. Narutowicza 6<br>08-200 Łosice       | Tel. 83/357 19 37                                                                                                                                         | Poniedziałek<br>08 <sup>00</sup> – 15 <sup>30</sup><br>Środa<br>08 <sup>00</sup> – 15 <sup>30</sup><br>czwartek<br>08 <sup>00</sup> – 13 <sup>00</sup> | rzecznik@losice.pl                                                                            | Mieszkańcy powiatu łosickiego.                                                  |
| 27.                | Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów         | Ochrona praw konsumenckich.                                                                                                 | UOKiK<br>Pl. Powstańców<br>Warszawy 1<br>00-950 Warszawa        | Infolinia konsumencka<br>(prowadzona przez Federację Konsumentów)<br>801 440 220<br>22 290 89 16<br>Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.          | Od poniedziałku do piątku<br>08 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup>                                                                                       | <a href="https://www.uokik.gov.pl/">https://www.uokik.gov.pl/</a><br>poradt@dlakonsumentow.pl | Prawo konsumenckie.                                                             |
| PRAWA PACJENTA     |                                                 |                                                                                                                             |                                                                 |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                        |                                                                                               |                                                                                 |
| 28.                | Rzecznik Praw Pacjenta                          | Ochrona praw pacjenta.                                                                                                      | Biuro RPP<br>Ul. Młynarska 46<br>01-171 Warszawa                | 800 190 590<br>Bezpłatna infolinia<br>Zapisy na poradę osobistą :<br><a href="mailto:rezerwacja@rpp.gov.pl">rezerwacja@rpp.gov.pl</a><br>lub 22/532 82 43 | Od poniedziałku do piątku<br>08 <sup>00</sup> – 20 <sup>00</sup>                                                                                       | <a href="https://www.bpp.gov.pl">https://www.bpp.gov.pl</a><br>kancelaria@rpp.gov.pl          | Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta.             |
| 29.                | Narodowy Fundusz Zdrowia-Centrała               | Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego:<br>-prawa pacjenta,<br>-leczenie w kraju i poza granicami,<br>-kolejki do świadczeń. | Narodowy Fundusz Zdrowia<br>Ul. Grójecka 186<br>02-390 Warszawa | Infolinia Centralna<br>800 392 976<br>22/572 60 42                                                                                                        | Od poniedziałku do piątku<br>08 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup>                                                                                       | <a href="http://www.nfz.gov.pl">http://www.nfz.gov.pl</a><br>infolinia@mzf.gov.pl             | Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym. |
| 30.                | Narodowy Fundusz Zdrowia Delegatura w Siedlcach | Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego:<br>- prawa pacjenta,                                                                 | Ul. Piłsudskiego 4<br>08 – 110 Siedlce                          | Tel. 25/785 12 00<br>Fax.25/785 12 38                                                                                                                     | Poniedziałek,<br>Wtorek, Środa,<br>Piątek<br>08 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup><br>czwartek                                                           | siedlce@nfz-warszawa.pl                                                                       | Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym. |

|                                      |                                                              |                                                                              |                                                                                                                                           |                                                                                             |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                          |
|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                      |                                                              | - leczenie w kraju i poza granicami,<br>- kolejki do świadczeń.              |                                                                                                                                           |                                                                                             | 08 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup>                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                          |
| 31.                                  | Rzecznik Praw osób Niepełnosprawnych                         | Ochrona praw osób niepełnosprawnych.                                         | Ul. Żurawia 4A<br>00-503 Warszawa<br>22/461 60 00<br>Korespondencja<br>Nowogrodzka 1/3/5<br>00-513 Warszawa                               | Tel. 801 801 015<br>Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.                            | Od poniedziałku do piątku<br>08 <sup>00</sup> – 17 <sup>00</sup>                                                                                                                              | <a href="http://www.niepelnosprawni.gov.pl">http://www.niepelnosprawni.gov.pl</a><br>sekretariat.bon@mrpips.gov.pl                                                                                | Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych.                   |
| 32.                                  | Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania           | Ochrona praw dziecka.                                                        | Biuro RPD<br>Ul. Przemysłowa 30/32<br>00-450 Warszawa<br>22/583 66 00<br>Od poniedziałku do piątku<br>08 <sup>15</sup> – 16 <sup>15</sup> | 800 121 212<br>Bezpłatna infolinia                                                          | Od poniedziałku do piątku<br>08 <sup>15</sup> – 20 <sup>00</sup><br>(dzwoniąc po godz. 16 <sup>15</sup> i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią) | <a href="http://brpd.gov.pl">http://brpd.gov.pl</a><br>rdp@brpd.gov.pl                                                                                                                            | Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem przemocy. |
| <b>PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH</b> |                                                              |                                                                              |                                                                                                                                           |                                                                                             |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                          |
| 33.                                  | Centrum Obsługi Telefonicznej Zakład Ubezpieczeń Społecznych | Zakres informacji:<br>-pomoc techniczna<br>-składki<br>-renty<br>-emerytury. | Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w Centrum Obsługi Telefonicznej lub podczas wizyty w placówce jw.<br>22/667 10 00            | Tel. 22/560 16 00<br>Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.                           | Od poniedziałku do piątku<br>07 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup>                                                                                                                              | <a href="http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-">http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-</a><br><a href="mailto:cot@zus.pl">cot@zus.pl</a> | - ubezpieczeni<br>-płatnicy<br>-lekarze                                                                                                  |
| 34.                                  | Zakład Ubezpieczeń Społecznych w Siedlcach                   | Zakres informacji:<br>-pomoc techniczna<br>-składki<br>-renty<br>-emerytury. | Ul. Browarna 12<br>08 – 110 Siedlce                                                                                                       | Tel. 25/640 16 00<br>Fax. 25/640 17 10 - 11<br>Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. | Poniedziałek<br>08 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup><br>wtorek – piątek<br>08 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup>                                                                                 |                                                                                                                                                                                                   | - ubezpieczeni<br>-płatnicy<br>-lekarze                                                                                                  |

| PRAWO PRACY     |                                                      |                                                                   |                                                                               |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                   |
|-----------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 35.             | Okręgowa Inspekcja Pracy w Siedlcach                 | Porady z zakresu prawa pracy.                                     | ul. Brzeska 97<br>08-100 Siedlce                                              | Tel. 25/632 27 68;<br>Tel. 25/632 80 50                                                                                                                                                                 | Od poniedziałku do<br>piątku<br>08 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup>                                          | <a href="http://www.pip.gov.pl">http://www.pip.gov.pl</a>                                                                                                                                                                          | Może skorzystać każdy pracownik, gdzie nie są przestrzegane przepisy prawa pracy. |
| 36.             | Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP) | Porady z zakresu prawa pracy.                                     | Główny Inspektor Pracy<br>Ul. Barska 28/30<br>02-315 Warszawa<br>22/391 82 15 | 801 002 006<br>(dla tel. stac.)<br>459 599 000<br>(dla tel. kom.)<br><br>22/391 83 60<br>Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. Uwaga!!<br>Naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie. | Tylko<br>Telefonicznie                                                                                       | <a href="http://www.bip.pip.gov.pl">www.bip.pip.gov.pl</a><br><br>kancelaria@gip.pip.gov.pl                                                                                                                                        | Może skorzystać każdy pracownik, gdzie nie są przestrzegane przepisy prawa pracy. |
| PRAWO PODATKOWE |                                                      |                                                                   |                                                                               |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                   |
| 37.             | Urząd Skarbowy w Łosicach                            | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza. | Ul.11 Listopada 1<br>08-200 Łosice                                            | Tel. 83/359 00 32                                                                                                                                                                                       | Poniedziałek<br>07 <sup>30</sup> – 18 <sup>00</sup><br>wtorek -piątek<br>07 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup> | <a href="mailto:us.losice@mf.gov.pl">us.losice@mf.gov.pl</a>                                                                                                                                                                       | Z porad może skorzystać każdy podatnik.                                           |
| 38.             | Krajowa Informacja Skarbowa                          | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza. | Ul. Teodora Sixta 17,<br>43-300 Bielsko Biała                                 | 01 055 055<br>Z tel. stacjonarnego<br>22/ 330 03 30<br>Z tel. kom.<br>48/22/33 00 330<br>Z tel. zag.<br>Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.                                                    | Od poniedziałku do piątku<br>07 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup>                                             | <a href="http://www.kis.gov.pl">www.kis.gov.pl</a><br>więcej:<br><a href="https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa">https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa</a> | Z porad może skorzystać każdy podatnik.                                           |

| DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO |                                        |                               |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                         |
|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 39.                                                       | Rzecznik Finansowy<br>(Ubezpieczonych) | Prawa Ubezpieczonych          | Biuro Rzecznika<br>Finansowego<br>Al. Jerozolimskie 87<br>02-001 Warszawa | <u>Ubezpieczenia<br/>gospodarcze</u><br>22/333 73 28<br><u>Ubezpieczenia<br/>Społeczne,<br/>OFE ZUS</u><br>22/333 73 26<br>22/333 73 27<br><u>Ubezpieczenia<br/>bankowe i rynku<br/>kapitałowego</u><br>22/333 73 25 | Od poniedziałku do<br>piątku<br>08 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup><br><br>Od poniedziałku<br>do piątku<br>11 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup><br><br>Od poniedziałku<br>do piątku<br>08 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup> | Porady e-mail:<br><a href="mailto:porady@rf.gov.pl">porady@rf.gov.pl</a><br>(czas oczekiwania na odpowiedź e-<br>mail ok. 2 tygodni)<br><br><a href="https://rf.gov.pl/kontakt">https://rf.gov.pl/kontakt</a><br><br>biuro@rf.gov.pl | Osoby<br>ubezpieczone<br>i w sporze<br>dotyczącym<br>ubezpieczeń.       |
| INNE                                                      |                                        |                               |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                         |
|                                                           | <b>WWW.OBYWATEL.GOV.PL</b>             |                               |                                                                           | Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal<br>Ministerstwa Cyfryzacji.                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                         |
| 40.                                                       | Rzecznik Praw<br>Obywatelskich         | Ochrona praw<br>obywatelskich | Biuro RPO<br>Al. Solidarności 77,<br>00-090 Warszawa                      | 8000 676 676<br>Połączenia bezpłatne<br>z tel. stacjonarnego i<br>komórkowego.                                                                                                                                       | Poniedziałek.<br>10 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup><br><br>Od wtorku<br>do piątku<br>08 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup>                                                                                                 | <a href="https://www.rpo.gov.pl">https://www.rpo.gov.pl</a><br><br>biurorzecznika@brpo.gov.pl                                                                                                                                        | Może zgłosić się<br>każdy, kto uważa,<br>że jego prawa<br>są naruszone. |