



INFORMATOR

o jednostkach nieodpłatnego poradnictwa dostępnego
dla mieszkańców powiatu wołomińskiego



Szanowni Mieszkańcy,

Każdy z nas może znaleźć się w sytuacji wymagającej pomocy lub chcąc pomóc bliskiej osobie, poszukuje informacji o dostępnych formach poradnictwa. Dlatego zdecydowaliśmy się przygotować i przekazać na Państwa ręce Informator o jednostkach nieodpłatnego poradnictwa działających na terenie Powiatu Wołomińskiego.

Na terenie naszego Powiatu dostępnych jest wiele form wsparcia dla mieszkańców m.in. poradnictwo rodzinne, psychologiczne, czy z zakresu prawa konsumentów. Dane zawarte w niniejszym Informatorze 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 danej usługi. Lista zawiera także wykaz krajowych infolinii tematycznych i innych form porad świadczonych za pośrednictwem komunikacji elektronicznej jako form poradnictwa również łatwo dostępne dla mieszkańców naszego powiatu.

Robert Szydlik

Robert Szydlik

Wicestarosta Wołomiński

Adam Lubiak

Adam Lubiak

Starosta Wołomiński

SPIS TREŚCI

1. Poradnictwo rodzinne	3
2. Poradnictwo psychologiczne	6
3. Poradnictwo pedagogiczne	7
4. Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	7
5. Poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień	8
6. Poradnictwo w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	10
7. Poradnictwo w ramach interwencji kryzysowej	11
8. Poradnictwo dla bezrobotnych	12
9. Poradnictwo dla osób pokrzywdzonych przestępstwem	13
10. Poradnictwo z zakresu prawa konsumentów	14
11. Poradnictwo z zakresu praw dziecka	15
12. Poradnictwo z zakresu praw pacjenta	16
13. Poradnictwo z zakresu ubezpieczeń społecznych	17
14. Poradnictwo z zakresu prawa pracy	18
15. Poradnictwo z zakresu prawa podatkowego	18
16. Poradnictwo dla osób w sporze z podmiotami rynku finansowego	19
17. Nieodpłatna pomoc prawna	20
18. Nieodpłatna mediacja	22
19. Inne: rzecznik praw obywatelskich oraz telefony zaufania	22



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 Dąbrowka 	- poniedziałek: 9.00 – 18.00 - wtorek – czwartek: 7.30 – 15.30 - piątek: 7.30 – 14.30	☎ 29 757-80-85 ✉ 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: 8.00 – 18.00 - piątek: 8.00 – 14.00 (w piątek nie przyjmuje się interesantów w sprawie świadczeń rodzinnych)	☎ 25 675-41-09 ✉ gopsjadow@wp.pl 🌐 www.jadow.az.pl
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Żymirskiego 38, 05-205 Kłembów	- poniedziałek: 8.00 – 17.00 - wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00	☎ 29 777-92-40 ✉ gops@klembow.pl 🌐 www.gops.klembow.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	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	☎ 22 763-42-72 Świadczenia rodzinne, fundusz alimentacyjny, becikowe, 500+: ☎ 22 763-42-61 ✉ ops.kobylka@interia.pl 🌐 www.opskobylka.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Kościuszki 39A, 05-270 Marki  Świadczenia rodzinne: ul. Lisa Kuły 5A	- poniedziałek, wtorek, czwartek, piątek: 8.00 – 16.00 - środa: 10.00 – 18.00	☎ 22 771-30-23 ✉ ops@marki.pl 🌐 www.opsmarki.pl
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Krótka 1, 05-326 Poświętne	- poniedziałek: 7.30 – 15.00 - wtorek: 7.30 – 17.30 - czwartek – piątek: 7.30 – 15.00	☎ 25 752-03-15 ✉ gops@ugposwietne.pl 🌐 www.gops.poswietne.bip-e.pl

Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Konstytucji 3 Maja 19, 05-250 Radzymin	poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	☎ 22 786-54-86 ✉ ops@radzymin.pl 🌐 www.ops.radzymin.pl
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Norwida 6, 05-282 Strachówka	poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	☎ 25 676-06-73 ✉ strachowka@ops.pl 🌐 www.strachowka.com.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Warszawska 10, 05-240 Tłuszcz 	- poniedziałek: 8.00 – 16.00 - wtorek: 8.00 – 18.00 - środa: 8.00 – 16.00 - piątek: 8.00 – 14.00	☎ 29 777-52-90 ✉ osrodek@ops.tluszcz.pl 🌐 www.opstluszcz.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	al. Armii Krajowej 34, 05-200 Wołomin	- poniedziałek: 8.00 – 17.00 - wtorek: 8.00 – 16.00 - czwartek: 8.00 – 16.00 - piątek: 8.00 – 15.00	☎ 22 787-27-01, ☎ 776-50-23 ✉ ops@ops.wolomin.pl 🌐 www.ops.wolomin.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Wojska Polskiego 1, 05-091 Żabki 	- poniedziałek: 10.00 – 18.00 - wtorek – czwartek: 8.00 – 16.00 - piątek: 7.00 – 15.00	☎ 22 510-98-07 (do 14) ✉ ops@zabki.pl ✉ ops-zabki@wp.pl 🌐 www.zabki.pl
Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Literacka 20, 05-220 Zielonka 	- poniedziałek: 9.00 – 16.30 - wtorek – piątek: 8.00 – 15.30	☎ 22 781-03-51 ✉ ops_zielonka@o2.pl 🌐 www.gopszielonki.naszops.pl/kontakt
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: 7.30 – 19.00 - środa: 8.00 – 18.00 - czwartek: 7.30 – 20.00 - piątek: 7.30 – 16.00	☎ 664-022-974 Rejestracja w godzinach: 8.00 – 16.00 ✉ spr@pcprwolomin.pl 🌐 www.wolomin.naszepcpr.pl
Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej	ul. Poniatowskiego 29, 05-220 Zielonka	poniedziałek – piątek: 8.00 – 20.00 • Hostel – 7 dni w tygodniu całą dobę, zgodnie z potrzebami osób korzystających z pomocy	☎ 22 771-83-84, ☎ 504-221-017 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, wtorek, piątek: 8.00 – 17.00 - środa: 8.00 – 18.00 - czwartek: 8.00 – 19.00	☎ 29 757-38-97 ✉ ppptluszcz@op.pl 🌐 www.ppptluszcz.pl
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	ul. Legionów 85, 05-200 Wołomin	- poniedziałek: 9.00 – 17.00 - wtorek – czwartek: 8.15 – 16.15	☎ 22 776-27-85 ✉ pppwolomin@wp.pl 🌐 www.ppp.wolomin.pl
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	ul. Inżynierska 1, 05-220 Zielonka 	- poniedziałek: 8.00 – 16.00 - wtorek: 8.00 – 16.30 - środa: 8.00 – 16.00 - czwartek: 8.00 – 17.00	☎ 22 760-24-97 ✉ pppzielonka@wp.pl 🌐 www.pppzielonka.pl

Agnieszka Adamczyk-Musiak Poradnia Psychologiczna "Uśmiech" z Warszawy	ul. Wojska Polskiego 1, 05-091 Żąbki 	• poniedziałek: 14.30 – 16.30 Poradnictwo dla mieszkańców Gminy Żąbki w siedzibie Ośrodka Pomocy Społecznej	Zapisy w Ośrodku Pomocy Społecznej w Żąbkach ☎ 22 510-98-07
Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego dla gmin: Dąbrówka, Klembów, Radzymin Prowadzący: Lokalna Grupa Działania "Równiny Wołomińskiej" z Tłuszcza	ul. Stary Rynek 23, 05-250 Radzymin 	• wtorek: 8.00 – 15.00 • środa: 8.00 – 15.00 • czwartek: 8.00 – 15.00 Zakres poradnictwa: pedagogiczne, psychologiczne, socjalne	☎ 608-468-590 ✉ poradnictworodzinne@lgdrw.pl 🌐 www.poradnictworodzinne-radzymin.pl (zapisy w godzinach pracy dysponenta)
Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego dla gmin: Jadów, Strachówka, Tłuszcz Prowadzący: Lokalna Grupa Działania "Równiny Wołomińskiej" z Tłuszcza	ul. Warszawska 4, 05-240 Tłuszcz III piętro	• poniedziałek: 8.00 – 16.00 • wtorek: 8.00 – 17.00 • środa: 8.00 – 16.00 • czwartek: 8.00 – 16.00 • piątek: 8.00 – 15.00 Zakres poradnictwa: pedagogiczne, psychologiczne, socjalne i rodzinne	☎ 29 649-18-31, ☎ 608-468-590 ✉ biuro@lgdrw.pl 🌐 www.poradnictworodzinne-tluszcz.pl (zapisy w godzinach pracy dysponenta)
Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego dla gmin: Kobyłka, Poświętne, Wołomin Prowadzący: Lokalna Grupa Działania "Równiny Wołomińskiej" z Tłuszcza	ul. Wileńska 36A, 05-200 Wołomin poddasze	Dyżur dysponenta: • wtorek: 16.00 – 20.00 • środa: 16.00 – 20.00 • czwartek: 16.00 – 20.00 Zakres poradnictwa: pedagogiczne, psychologiczne, socjalne i rodzinne	☎ 22 760-80-25, ☎ 664-183-296 ✉ biuro@lgdrw.pl 🌐 www.poradnictworodzinne.wołomin.pl (zapisy w godzinach pracy dysponenta)
Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego dla gmin: Marki, Żąbki, Zielonka Prowadzący: Stowarzyszenie PRO – Pracownia Rozwoju Osobowości z Żąbek	ul. Słowackiego 21, 05-091 Żąbki Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji 	Kontakt telefoniczny: • poniedziałek: 12.00 – 16.00 • środa: 9.00 – 13.00 • piątek: 9.00 – 12.00 Spotkania ze specjalistami po umówieniu wizyty: • poniedziałek – piątek: 8.00 – 20.00 Zakres poradnictwa: pedagogiczne, psychologiczne, psychiatryczne, socjalne	☎ 660-907-563 ✉ kontakt@pracownia.pl 🌐 www.stowarzyszeniepro.pl (zapisy w godzinach pracy dysponenta)



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
Poradnie Psychologiczno -Pedagogiczne	DANE TELEADRESOWE PLACÓWEK PODANO W PUNKCIE 1. PORADNICTWO RODZINNE		
Specjalistyczna Poradnia Rodzinna przy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie			
Punkty specjalistycznego poradnictwa rodzinnego			
Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)	Fundacja ITAKA skrytka pocztowa 127 00-958 Warszawa 66	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	☎ 800-702-222 (infolinia bezpłatna) ✉ porady@liniawsparcia.pl 🌐 www.liniawsparcia.pl



3. PORADNICTWO PEDAGOGICZNE

Zakres poradnictwa:

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

Kryteria dostępu:

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

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



4. PORADNICTWO Z ZAKRESU POMOCY 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
Ośrodki Pomocy Społecznej	DANE TELEADRESOWE PLACÓWEK PODANO W PUNKCIE 1. PORADNICTWO RODZINNE		
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	ul. Legionów 78, 05-200 Wołomin	- poniedziałek: 9.00 – 17.00 - wtorek – piątek: 8.00 – 16.00	☎ 22 776-44-95 (96) ✉ sekretariat@pcprwolomin.pl 🌐 www.wolomin.naszepcpr.pl
Mazowiecka Fundacja Pomocy Społecznej Rodzina	ul. Okopowa 2d, 05-200 Wołomin	poniedziałek – piątek: 9.00 – 18.00	☎ 503-185-041 ✉ fundacjarodzina@fundacjarodzina.org.pl 🌐 www.fundacjarodzina.org.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
Ośrodki Pomocy Społecznej	DANE TELEADRESOWE PLACÓWEK PODANO W PUNKCIE 1. PORADNICTWO RODZINNE		
Ośrodek Profilaktyki i Terapii Uzależnień	ul. Powstańców 12, 05-200 Wołomin ♿	poniedziałek – piątek: 8.00 – 20.00	☎ 22 787-85-43, ☎ 776-44-88 ✉ sekretariat@optu-wolomin.pl 🌐 www.optu-wolomin.pl/kontakt
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	ul. Kościuszki 12, 05-252 Dąbrówka ♿ budynek na tyłach budynku Urzędu Gminy	Dyżury przewodniczącego: środa, czwartek: 10.00 – 14.00	☎ 29 642-90-01

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	ul. Letnia 15, 05-250 Radzymin 	• środa: 15.30 – 18.30 Dla osób nie radzących sobie z emocjami: • poniedziałek: 17.00 – 20.00 • czwartek: 17.00 – 20.00 Dla osób uzależnionych i współuzależnionych: • wtorek: 12.00 – 19.00 • piątek: 14.00 – 19.00 Porady i konsultacje: • środa: 12.00 – 15.00 • sobota (dwie soboty w miesiącu): 8.00 – 15.00	 22 243-05-47
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	ul. Norwida 6, 05-282 Strachówka	• W miarę potrzeb	Tel.: do Urzędu Gminy  25 756-28-28  gkrpa.strachowka@wp.pl
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	ul. Warszawska 10, 05-240 Tłuszcz 	• poniedziałek: 9.00 – 13.00 • wtorek: 9.00 – 17.00 • czwartek: 9.00 – 13.00	 29 757-30-16 wew. 234  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	 22 787-85-43 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 Wykłady na temat uzależnienia i współuzależnienia: • druga i czwarta środa miesiąca: 18.00 – 20.00 Grupa edukacyjno-terapeutyczna dla osób współuzależnionych: • piątek: 17.15 – 20.00	 22 781-63-61
Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	ul. Literacka 20, 05-220 Zielonka w Ośrodku Pomocy Społecznej pokój 9 	• czwartek: 12.00 – 18.00 • piątek: 9.00 – 12.00	 22 781-03-51 wew. 19
Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania	Krajowe Biuro Do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii ul. Dereniowa 52/54, 02-776 Warszawa	• Czynny codziennie: 16.00 – 21.00	 800-199-990 (infolinia bezpłatna)  kbpn@kbpn.gov.pl  www.kbpn@kbpn.gov.pl  www.narkomania.gov.pl



6. PORADNICTWO W SPRAWIE PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE

Zakres poradnictwa:

Interwencja kryzysowa i wsparcie m.in.: w postaci poradnictwa medycznego, psychologicznego, prawnego, socjalnego, zawodowego i rodzinnego, ochrona przed przemocą dla osób doznających lub narażonych na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, narażonych na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, naruszenie

godności, nietykalności cielesnej, wolności, powodujące szkody na ich zdrowiu psychicznym i fizycznym, wywołujące cierpienia oraz krzywdy moralne.

Kryterium dostępu:

Osoby doświadczające przemocy domowej.

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Ośrodki Pomocy Społecznej Zespoły Interdyscyplinarne	DANE TELEADRESOWE PLACÓWEK PODANO W PUNKCIE 1. PORADNICTWO RODZINNE		
Specjalistyczna Poradnia Rodzinną przy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie			
Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej			
Wydział Prewencji Komendy Powiatowej Policji	ul. Legionów 31a, 05-200 Wołomin 	• 24 godzin na dobę przez 7 dni w tygodniu	☎ 22 776-45-08 lub 09
Agnieszka Adamczyk-Musiak Poradnia Psychologiczna "Uśmiech" w Warszawie	ul. Wojska Polskiego 1, 05-091 Żąbki 	• poniedziałek: 14.30 – 16.30 Poradnictwo dla mieszkań- ców Gminy Żąbki w siedzibie Ośrodka Pomocy Społecznej	Zapisy w Ośrodku Pomocy Społecznej w Żąbkach ☎ 22 510-98-07
Powiatowskie Towarzystwo Społeczne z Warszawy projekt „Rodzina wolna od przemocy” realizowany w latach 2019 - 2020	Poradnictwo udzie- lane w miejscach i terminach uzgod- nionych z beneficjentami projektu	Kontakt telefoniczny: • poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00 Beneficjenci projektu: rodziny z gmin Dąbrowka, Klembów, z terenów wiejs- kich gminy Radzymin	Zapisy tel.: ☎ 22 622-13-15 ✉ biuro_pts@wp.pl 🌐 www.tpowa.pl (zakładka Aktualnie pro- wadzone programy)
Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”	Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155, 02-326 Warszawa	• poniedziałek – sobota: 8.00 – 22.00 • niedziele i święta: 8.00 – 16.00	☎ 800-120-002 (infolinia bezpłatna) ✉ niebieskalinia@niebie- skalinia.info 🌐 www.niebieskalinia.info



7. PORADNICTWO W RAMACH INTERWENCJI KRYZYSOWEJ

Zakres poradnictwa:

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

Kryterium dostępu:

Osoby i rodziny dotknięte sytuacją kryzysową w formie wsparcia bezpłatnego.

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Ośrodki Pomocy Społecznej	DANE TELEADRESOWE PLACÓWEK PODANO W PUNKCIE 1. PORADNICTWO RODZINNE		
Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej			
Wydział Zarządzania Kryzysowego Starostwa Powiatowego	ul. Sasina 15, 05-200 Wołomin 	- poniedziałek: 8.00 – 18.00 - wtorek – piątek: 8.00 – 16.00	☎ 22 787-77-69, ☎ 776-03-00 ✉ wzsk@powiat-wolominski.pl

Zakres poradnictwa:

Monitorowanie bezpieczeństwa.

Kryterium dostępu:

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

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Centralne Zarządzanie Kryzysowe	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa ul. Rakowiecka 2A, 00-993 Warszawa	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	Całodobowy dyżur: ☎ 22 361-69-00, ☎ 785-700-177 ✉ dzysurny@rcb.gov.pl 🌐 www.rcl.gov.pl/zarządzanie-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	 22 787-46-20,  787-54-64  wawo@praca.gov.pl  www.pup.wołomin.pl
Powiatowy Urząd Pracy, Filia w Radzyminie dla gmin: Dąbrówka, Marki, Radzymin	ul. Komunalna 8A, 05-250 Radzymin 	Godziny otwarcia: • poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00 Godziny przyjmowania interesantów: • poniedziałek – piątek: 8.30 – 14.30	 22 786-52-72,  786-55-15  wawora@praca.gov.pl
Powiatowy Urząd Pracy Filia w Tłuszczu dla gmin: Jadów, Klembów, Strachówka, Tłuszcz.	ul. Warszawska 10, 05-240 Tłuszcz 	Godziny otwarcia: • poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00 Godziny przyjmowania interesantów: • poniedziałek – piątek: 8.30 – 14.30	 29 757-21-43  wawotl@praca.gov.pl
Ośrodki Pomocy Społecznej	DANE TELEADRESOWE PLACÓWEK PODANO W PUNKCIE 1. PORADNICTWO RODZINNE		
Infolinia Urzędów Pracy – Zielona Linia (informacje o usługach urzędów pracy)	Urząd Pracy ul. Ciepła 20, 15-472 Białystok 	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 18.00	tel.: 19-524 z Polski, + 48 22 19-524 z zagranicy  biuro@zielonalinia.gov.pl  www.zielonalinia.gov.pl



9. PORADNICTWO DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

Zakres poradnictwa:

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

Kryterium dostępu:

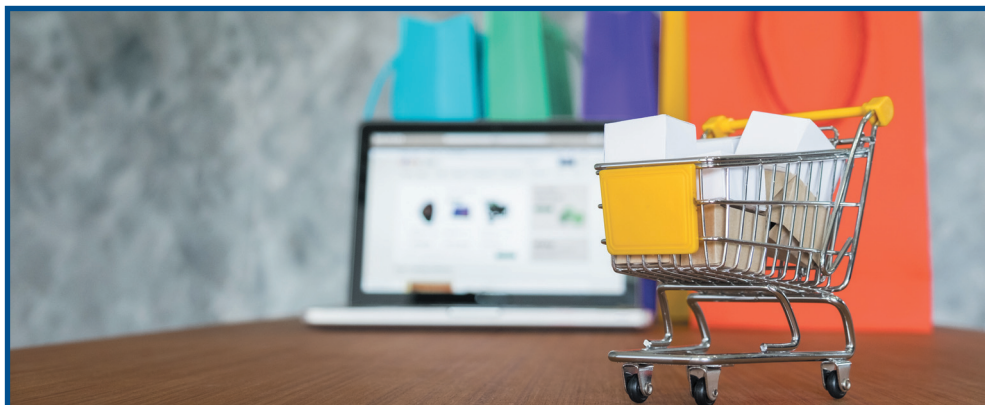
Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie.

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Komenda Powiatowa Policji	ul. Wileńska 43a, 05-200 Wołomin 	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	☎ 22 776-20-21 ✉ komendant.wolomin@ksp.policja.gov.pl 🌐 www.kppwolomin.policja.waw.pl Profilaktyka społeczna: ☎ 22 776-45-08 wew. 122 Policyjny Telefon Zaufania: ☎ 800-120-226
Komisariat Policji	ul. Poniatowskiego 25, 05-280 Jadów	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	☎ 25 675-40-07, ☎ 604-78-77
Komisariat Policji	ul. ks. Marmó 13, 05-230 Kobyłka 	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	☎ 22 786-36-60, ☎ 604-78-46, ☎ 604-78-47
Komisariat Policji	ul. Sportowa 5, 05-270 Marki 	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	Tel. miejski: ☎ 22 781-23-20, ☎ 761-80-80, ☎ 604-77-61
Komisariat Policji	ul. Konstytucji 3 Maja 22, 05-250 Radzymin	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	☎ 22 786-50-07, ☎ 604-77-80, ☎ 604-77-82
Komisariat Policji	ul. Szkolna 6, 05-240 Tłuszcz 	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	☎ 29 757-31-85, ☎ 604-77-02

Komisariat Policji	ul. Górnośląska 30, 05-091 Ząbki ♿	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	☎ 22 781-62-57, ☎ 604-78-21, ☎ 604-78-22
Komisariat Policji	ul. Piastowska 17, 05-220 Zielonka ♿	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	☎ 22 781-00-07, ☎ 781 01 13, ☎ 604-78-01
Dom Samotnej Matki w Zielonce prowadzony przez CARITAS Diecezji Warszawsko-Praskiej	ul. Kilińskiego 63, 05-220 Zielonka	• 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu Kontakt, przyjęcia: • poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	☎ 22 781-09-79 ✉ dsm.zielonka@caritas.pl
Informacja o Ośrodkach Pomocy Pokrzywdzonym Przestępstwem	Departament Funduszu Sprawiedliwości Ministerstwa Sprawiedliwości Al. Ujazdowskie 11, 00-567 Warszawa	• poniedziałek – piątek: 8.15 – 16.15	Linia Pomocy Pokrzywdzonym: ☎ 222-309-900 ✉ funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl 🌐 www.pokrzywdzeni.gov.pl

Osoby pokrzywdzone przestępstwem mogą także skorzystać z:

1. Poradnictwa psychologicznego
2. Poradnictwa z zakresu pomocy społecznej
3. Poradnictwa w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie
4. Poradnictwa w ramach interwencji kryzysowej
5. Poradnictwa z zakresu praw dziecka
6. Nieodpłatnej pomocy prawnej



10. PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAWA KONSUMENTÓW

Zakres poradnictwa:

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

Kryterium dostępu:

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

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Powiatowy Rzecznik Konsumentów	ul. Prądyżńskiego 3, 05-200 Wołomin ♿ windy na II piętro	• poniedziałek: 10.00 – 18.00 • wtorek – piątek: 8.00 – 16.00	☎ 22 787 43-01, wew. 121 ✉ rpk@powiat-wolominski.pl Rzecznik nie udziela porad za pośrednictwem e-maila.

Wojewódzki Inspektorat Inspekcji Handlowej	ul. Sienkiewicza 3, 00-015 Warszawa	- poniedziałek – piątek: 8.15 – 16.15 Dyżur: - środa: 16.15 – 18.00	☎ 22 826-18-30, ☎ 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 ☎ 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. Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa	poniedziałek – piątek: 8.15 – 20.00 (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, doradcy oddzwonią)	☎ 800-121-212 (infolinia bezpłatna) ✉ rpd@brpd.gov.pl 🌐 www.brpd.gov.pl
Ogólnopolski telefon zaufania dla dzieci i młodzieży Przeznaczony dla osób w wieku od 7 lat do 18 lat	Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę Siedziba: ul. Walecznych 59 03-926 Warszawa Biuro: ul. Mazowiecka 12/25, 00-048 Warszawa	poniedziałek – niedziela: 12.00 – 2.00	☎ 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.

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Szpital Matki Bożej Nieustającej Pomocy Pełnomocnik Dyrektora ds. Pacjentów i Komunikacji Społecznej	ul. Gdýńska 1/3, 05-200 Wołomin budynek Administracji, pokój nr 6 	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 15.35	☎ 22 763-33-21 ✉ rzecznik@szpitalwolomin.pl Tel. centrala: ☎ 22 763-33-00
Rzecznik Praw Pacjenta	Biurowiec Rzecznika Praw Pacjenta ul. Młynarska 46, 01-171 Warszawa	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 20.00	☎ 800-190-590 (infolinia bezpłatna) ✉ kancelaria@rpp.gov.pl 🌐 www.bpp.gov.pl

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
Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Siedziba: ul. Żurawia 4A, 00-530 Warszawa Korespondencja: ul. Nowogrodzka 1/3/5, 00-513 Warszawa	• poniedziałek – piątek: 8.00 – 17.00	☎ 22 461-60-00 ☎ 801-801-015 ✉ sekretariat.bon@mrpips.gov.pl 🌐 www.niepelnosprawni.gov.pl
Wojewódzki Zespół Do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności	ul. Gen. Andersa 30, 00-210 Warszawa		☎ 22 536 05 40, ✉ sekretariatwzon@mazowieckie.pl
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	ul. Legionów 78, 05-200 Wołominie	• poniedziałek: 9.00 – 17.00 • wtorek – piątek: 8.00 – 16.00	☎ 22 776-44-95 (96) ✉ sekretariat@pcprwolomin.pl 🌐 www.wolomin.naszecpr.pl
Powiatowy Zespół do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności	ul. Prądzyńskiego 1, 05-200 Wołominie parter, okienko 07	• poniedziałek: 10.00 – 18.00 • wtorek – piątek: 8.00 – 16.00	☎ 22 787-43-01 (03, 04) wew. 165 ✉ 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: 8.00 – 17.00	☎ 22 461-60-00 ☎ 801-801-015 ✉ sekretariat.bon@mrpips.gov.pl 🌐 www.niepelnosprawni.gov.pl
---	---	---	--

Zakres poradnictwa:

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

Kryterium dostępu:

Osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym.

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Narodowy Fundusz Zdrowia Mazowiecki Oddział Wojewódzki	ul. Chałubińskiego 8, 00-613 Warszawa	poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	Infolinia: ☎ 800-190-590 ✉ kancelaria@nlfz-warszawa.pl 🌐 www.nlfz-warszawa.pl
Narodowy Fundusz Zdrowia – Centrala	ul. Grójecka 186, 02-390 Warszawa	poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	Infolinia Centralna: ☎ 800-392-976 (infolinia bezpłatna) ☎ 22 572-60-42 (koszt zgodnie z taryfą operatora)



13. PORADNICTWO Z ZAKRESU UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

Zakres poradnictwa:

Emerytury, renty (z tytułu niezdolności do pracy, rodzinna, socjalna), emerytury i renty dla osób pracujących /zamieszkałych za granicą, świadczenia wypadkowe, świadczenia przedemerytalne, dodatki do świadczeń emerytalno-rentowych (pielęgnacyjny, dla sierot zupełnych, kombatancki oraz dodatek kompensacyjny, za tajne nauczanie, weterana poszkodowanego, świadczenie pieniężne dla byłych żołnierzy przymusowo zatrudnianych, świadczenia pieniężne dla osób deportowanych, świadczenia pieniężne dla osób będących cywilnymi niewidomymi ofiarami

działań wojennych, ryczałt energetyczny, ekwiwalent pieniężny z tytułu prawa do bezpłatnego węgla, ekwiwalent pieniężny z tytułu prawa do bezpłatnego węgla dla osób uprawnionych z przedsiębiorstw robót górniczych, ekwiwalent pieniężny dla byłych pracowników kolejowych), zasiłki (chorobowy, świadczenie rehabilitacyjne, opiekuńczy, wyrównawczy, macierzyński, pogrzebowy), zasiłki dla osób pracujących / zamieszkałych za granicą.

Kryterium dostępu:

Adresatami porad są ubezpieczeni, płatnicy, lekarze.

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Zakład Ubezpieczeń Społecznych	ul. Mieszka I 9, 05-200 Wołomin	- poniedziałek: 8.00 – 18.00 - wtorek – piątek: 8.00 – 15.00 Konsultanci COT są dostępni: - poniedziałek – piątek: 7.00 – 18.00	Centrum Obsługi Telefonicznej ☎ 22 560-16-00 Komunikaty informacyjne 24 godz. na dobę przez 7 dni w tygodniu ✉ cot@zus.pl 🌐 www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot



14. PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAWA PRACY

Zakres poradnictwa:

Poradnictwo z zakresu prawa pracy.

Kryterium dostępu:

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

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Okręgowy Inspektorat Pracy w Warszawie	ul. Płocka 11/13, 01-231 Warszawa	poniedziałek – piątek: 9.00 – 15.00	☎ 22 425-11-94 - Porady prawne: ☎ 459-599-000 (z tel. komórkowych) ☎ 801-002-006 (z tel. stacjonarnych) ✉ kancelaria@warszawa.pip.gov.pl 🌐 www.warszawa.pip.tgov.pl/pl/
Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30, 02-315 Warszawa	poniedziałek – piątek: 9.00 – 15.00	☎ 22 391-82-15 - Porady prawne: ☎ 459-599-000 (z tel. komórkowych) ☎ 801-002-006 (z tel. stacjonarnych) ✉ kancelaria@gip.pip.gov.pl 🌐 www.pip.gov.pl/pl 🌐 www.pip.gov.pl/pl/porady-prawne



15. PORADNICTWO Z ZAKRESU PRAWA PODATKOWEGO

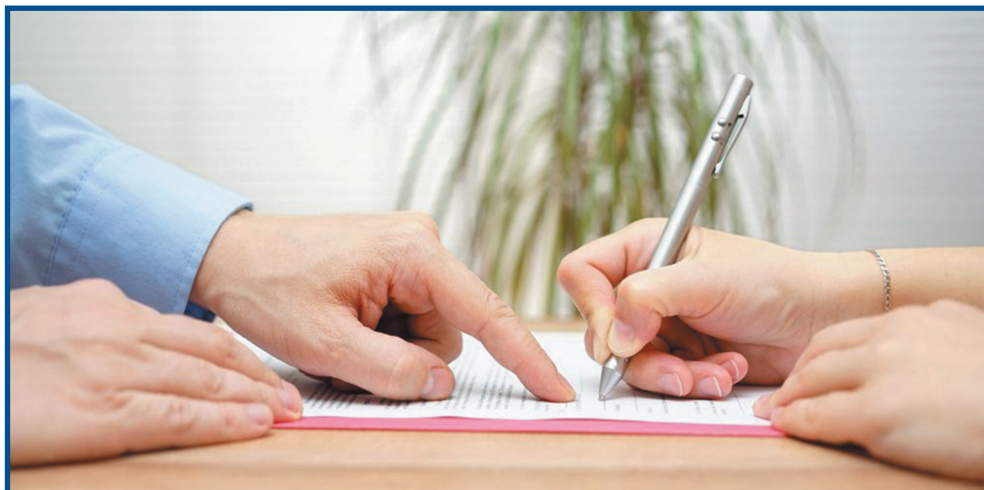
Zakres poradnictwa:

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

Kryterium dostępu:

Z porad może skorzystać każdy podatnik.

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Urząd Skarbowy w Wołominie	ul. Przejazd 2, 05-200 Wołomin	- poniedziałek: 8.00 – 18.00 - wtorek – piątek: 8.00 – 16.00	☎ 22 787-75-82 (do 84) ✉ us.wolomin@mf.gov.pl 🌐 www.mazowieckie.kas.gov.pl/urząd-skarbowy-w-wolominie
Krajowa Informacja Skarbowa	ul. Teodora Sixta 17, 43-300 Bielsko-Biała	poniedziałek – piątek: 7.00 – 18.00	☎ 801-055-055 (z tel. stacjonarnych) ☎ 22 330-03-30 (z tel. komórkowych) 🌐 www.kis.gov.pl



16. PORADNICTWO DLA OSÓB W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

Zakres poradnictwa:
Prawa ubezpieczonych.

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

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Rzecznik Finansowy (Ubezpieczonych)	Biuro Rzecznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87, 02-001 Warszawa	Ubezpieczenia gospodarcze: - poniedziałek – piątek: 8.00 – 18.00 Ubezpieczenia społeczne OFE, ZUS: - poniedziałek – piątek: 11.00 – 15.00 Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego: - poniedziałek – piątek: 8.00 – 16.00	Ubezpieczenia gospodarcze: ☎ 22 333-73-28 Ubezpieczenia społeczne: ☎ 22 333-73-26 (27) Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego: ☎ 22 333-73-25 porady e-mail: ✉ porady@rf.gov.pl ✉ biuro@rf.gov.pl 🌐 www.rf.gov.pl/kontakt



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;
6. dla członków zarządów kół gospodyń wiejskich, jest

udzielana w zakresie, w jakim pomoc prawna dotyczy wykonywanych przez kół gospodyń wiejskich zadań oraz jego organizacji.

Nieodpłatna pomoc prawna nie obejmuje: spraw związanych z prowadzeniem działalności gospodarczej, z wyjątkiem przygotowania do rozpoczęcia tej działalności, nie może dotyczyć indywidualnych spraw członków kół gospodyń wiejskich.

Kryterium dostępu:

Z nieodpłatnej pomocy prawnej może skorzystać osoba, która nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej – osoba uprawniona, przed uzyskaniem nieodpłatnej pomocy prawnej składa pisemne oświadczenie, że nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej.

Zapisy na wizyty pod numerem telefonu: 735-736-797
w poniedziałek: 12.00 – 17.00, środę 11.00 – 15.00, piątek 8.00 – 12,

e-mail: npp@powiat-wolominski.pl, [www.: www.bip.powiat-wolominski.pl](http://www.bip.powiat-wolominski.pl) zakładka NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA.

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 „Spektrum”	GMINA DĄBRÓWKA ul. Kościuszki 12, 05-254 Dąbrówka budynek przy budynku Urzędu Gminy, parter 	• poniedziałek: 15.00 – 19.00 • środa: 15.00 – 19.00	 29 642-82-80  biuro@fundacjaspektrum.pl  www.fundacjaspektrum.pl
Punkt powierzony do prowadzenia Fundacji „Spektrum”	GMINA JADÓW ul. Jana Pawła II 17, 05-280 Jadów Urząd Gminy I piętro, sala konferencyjna na parterze budynku 	• poniedziałek: 8.00 – 12.00 • wtorek: 8.00 – 12.00 • środa: 8.00 – 12.00 • czwartek: 12.00 – 16.00 • piątek: 12.00 – 16.00	 25 785-44-18  biuro@fundacjaspektrum.pl  www.fundacjaspektrum.pl

Punkt powierzony do prowadzenia Fundacji „Spektrum”	GMINA KLEMBÓW ul. Żymirskiego 1A, 05-205 Klembów parter 	• poniedziałek: 12.15 – 16.15 • czwartek: 16.00 – 20.00 • piątek: 7.45 – 11.45	 29 753-88-41  biuro@fundacjaspektrum.pl  www.fundacjaspektrum.pl
Powiat Wołomiński ul. Prądyńskiego 3, 05-200 Wołomin	GMINA KOBYŁKA al. Jana Pawła II 22, 05-230 Kobylka Miejski Ośrodek Kultury parter 	• poniedziałek: 12.00 – 16.00 • wtorek – piątek: 11.00 – 15.00	 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 – piątek: 16.30 – 20.30	 667-607-450
Punkt powierzony do prowadzenia Fundacji „Spektrum”	GMINA POŚWIĘTNE Wola Cygowska 31A świetlica wiejska 	• wtorek: 13.00 – 17.00 • środa: 16.45 – 20.45	 884-196-918  biuro@fundacjaspektrum.pl  www.fundacjaspektrum.pl
Punkt powierzony do prowadzenia Fundacji „Spektrum”	GMINA RADZYMIN ul. Letnia 15, 05-250 Radzymin parter 	• 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	 22 243-05-47  biuro@fundacjaspektrum.pl  www.fundacjaspektrum.pl
Punkt powierzony do prowadzenia Fundacji „Spektrum”	GMINA STRACHÓWKA ul. Norwida 6, 05-282 Strachówka Urząd Gminy I piętro, pokój bez nr	• 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	 25 756-28-42  biuro@fundacjaspektrum.pl  www.fundacjaspektrum.pl
Punkt powierzony do prowadzenia Fundacji „Spektrum”	GMINA TŁUSZCZ ul. Warszawska 10, 05-240 Tłuszcz Urząd Miasta, parter, pokój nr 5 	• poniedziałek: 8.00 – 12.00 • wtorek: 14.00 – 18.00 • środa: 12.00 – 16.00 • czwartek: 12.00 – 16.00 • piątek: 8.00 – 12.00	 29 757-30-16 wew. 223  biuro@fundacjaspektrum.pl  www.fundacjaspektrum.pl
Punkt powierzony do prowadzenia Fundacji „Spektrum”	GMINA WOŁOMIN ul. Miła 22, 05-200 Wołomin Zespół Szkół Specjalnych parter, pokój nr 3 	• poniedziałek – piątek: 15.00 – 19.00	 663-537-319  biuro@fundacjaspektrum.pl  www.fundacjaspektrum.pl
Powiat Wołomiński ul. Prądyńskiego 3, 05-200 Wołomin	GMINA ZĄBKI ul. Harcerska 9, 05-091 Ząbki Szkoła Podstawowa Nr 1 parter, pokój nr 15 	• wtorek: 17.00 – 21.00 • czwartek: 17.00 – 21.00 • piątek: 16.00 – 20.00	 22 777-62-27

Punkt powierzony
do prowadzenia
Fundacji
„Spektrum”

GINA ZIELONKA
ul. Lipowa 5, 05-220 Zielonka
Urząd Miasta
parter, pokój nr 2



• poniedziałek – piątek:
16.00 – 20.00

☎ 22 761-39-38
✉ biuro@fundacjaspektrum.pl
🌐 www.fundacjaspektrum.pl



18. 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.

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Sąd Rejonowy	ul. Prądyńskiego 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 – 13.00 • każdy II piątek miesiąca: 10.00 – 13.00	Biurowo Obsługi Interesanta ☎ 22 776-21-44 🌐 www.wolomin.sr.gov.pl

19. 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: 9.00 – 17.00 • wtorek – piątek: 9.00 – 15.00	Infolinia tel.: ☎ 800-676-676 (połączenia bezpłatne) Tel. centrala: ☎ 22 551-77-00 ✉ biurorzecznika@brpo.gov.pl 🌐 www.rpo.gov.pl

INFORMACJE I USŁUGI PRZYJAZNE OBYWATEŁOM

Jednostka prowadząca	Adres	Dni i godziny dyżurów	Telefon, e-mail, www
Ministerstwo Cyfryzacji	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.
- ☎ **116-23** – **Kryzysowy Telefon Zaufania**.
- ☎ **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 poniedziałek – niedziela: 12.00 – 2.00. Telefon jest przeznaczony dla dzieci i młodzieży w wieku od 7 do 18 lat. 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. Połączenie jest bezpłatne z telefonów stacjonarnych oraz komórkowych w sieci Orange. Linia działa w godzinach: 8.15 – 20.00. 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.
- ☎ **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.
- ☎ **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.
- ☎ **808-889-880** – **Telefon Zaufania dla osób uzależnionych behawioralnie** – telefon jest czynny codziennie: 17.00 – 22.00. Informacje związane z problematyką uzależnień behawioralnych www.uzaleznieniabehawioralne.pl.



Starostwo Powiatowe w Wołominie



📍 ul. Prądzyńskiego 3
☎ tel. 22 787-43-01, 03, 04
fax: 22 776-50-93

✉ kancelaria@powiat-wolominski.pl
🌐 www.powiat-wolominski.pl
📘 Powiat.Wolominski
▶ Starosta Wołomiński

