

## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

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

| NAZWA JEDNOSTKI       | ZAKRES PORADNICTWA   | ADRES  | TELEFON<br>odpłatność<br>połączeń   | DOSTĘPNOŚĆ<br>dni i godziny   | WWW<br>e-mail   | KRYTERIA<br>DOSTĘPU                        |  |
|-----------------------|--|--|---|---|---|--|--|
| <b>RODZINNE</b>       |  |  |   |   |   |  |  |
| 1                     | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie                            | Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne. | 05-825 Grodzisk Mazowiecki ul. Daleka 11                                  | tel. 22 724 15 70;<br>22 724 09 05<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.     | Czwartek<br>8:00 – 17:00  | www.pcpr.powiat-grodziski.pl               | Każdy mieszkaniec powiatu  |
| 2                     | Ośrodek Pomocy Społecznej w Milanówku                        | Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne  | Punkt Informacyjno-Konsultacyjny<br>ul. Kościuszki 58<br>05-822 Milanówek | tel. 22 7249469,<br>797832787<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.          | Poniedziałek<br>17:15-20:15<br>Czwartek<br>16:15-21:15  | ops@ops.milanowek.pl                       | Mieszkańcy Milanówka   |
| 3                     | Ośrodek Pomocy Społecznej w Milanówku                        | Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne  | Punkt Informacyjno-Konsultacyjny<br>ul. Grudowska 58<br>05-822 Milanówek  | tel. 22 7249469,<br>797832787<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.          | W pierwszy i trzeci wtorek miesiąca<br>16:15-18:15<br>Pozostałe wtorki<br>16:30-20:30<br>Czwartek 14:00-22:00 | ops@ops.milanowek.pl                       | Każdy mieszkaniec powiatu  |
|                       | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Jaktorowie                | Wsparcie informacyjne                          | 96 – 313 Jaktorów ul. Chełmońskiego 4                                     | tel. (46) 856-42-06   | Poniedziałek - czwartek w godz. 8:00 - 16:00  | srjaktorow@onet.pl                         | Mieszkańcy Gminy Jaktorów  |
| <b>PSYCHOLOGICZNE</b> |  |  |   |   |   |  |  |
| 4                     | Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Grodzisku Mazowieckim | Wsparcie informacyjne, psychologiczne          | ul. Bałtycka 30<br>05-825 Grodzisk Mazowiecki,                            | tel./fax 22 755 55 74;<br>22 723 16 44<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora. | Poniedziałek – piątek<br>8:00-18:00   | e-mail:<br>pppgrodzisk@powiat-grodziski.pl | Dzieci od urodzenia do czasu ukończenia edukacji, ich rodzice, opiekunowie i |

|    |  |  |   |   |   |   |  |
|----|--|--|---|---|---|---|--|
|    |  |  |   |   |   |   | nauczyciele z terenu powiatu grodziskiego lub uczęszczający do placówek oświatowych na terenie powiatu |
| 5  | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Grodzisku Mazowieckim              | Wsparcie psychologiczna                                | 05-825 Grodzisk Mazowiecki ul. Daleka 11;                                 | tel. 22 724 15 70;<br>22 724 09 05<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora. | Poniedziałek<br>7:30-11:30<br>Czwartek<br>8:00 – 17:00  | www.pcpr.powiat-grodziski.pl                    | Wszyscy mieszkańcy powiatu grodziskiego  |
| 6  | Ośrodek Pomocy społecznej w Podkowie Leśnej                            | Wsparcie psychologiczna                                | ul. Błońska 46/48<br>05-807 Podkowa Leśna,                                | tel. 22 729 10 82<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.                  | Czwartek<br>15:00 – 18:00   | Zapisy prowadzi OPS Podkowa Leśna               | Wszyscy mieszkańcy miasta Podkowa Leśna  |
| 7  | Punkt Informacyjno-Konsultacyjny w Grodzisku Mazowieckim               | Wsparcie psychologiczna                                | ul. 11 Listopada 33<br>05-825 Grodzisk Mazowiecki,                        | tel. 22 7556169<br>wew. 10<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.         | Indywidualne zapisy   |   | Mieszkańcy gminy Grodzisk Mazowiecki   |
| 8  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Jaktorowie                          | Wsparcie psychologiczna                                | ul. Warszawska 33<br>96-313 Jaktorów                                      | tel. 856 42 44<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.                     | Środa i czwartek<br>9:00-13:00  | gopsjaktorow@onet.pl                            | Mieszkańcy gminy Jaktorów  |
| 9  | Ośrodek Pomocy Społecznej w Milanówku                                  | Wsparcie psychologiczna                                | Punkt Informacyjno-Konsultacyjny<br>ul. Kościuszki 58<br>05-822 Milanówek | tel. 22 7249469,<br>797832787<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.      | Czwartek 16:30-21:30-psycholog dla dorosłych ,<br>piątek 15:00-20:00<br>i sobota 9:00-13:00<br>-psycholog dla dzieci młodzieży i rodziców | ops@ops.milanowek.pl                            | Mieszkańcy Milanówka   |
| 10 | 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 7 dni w tygodniu   | www.liniawsparcia.pl<br>porady@liniawsparcia.pl | Dla osób będących w kryzysie psychicznym   |

## PEDAGOGICZNE

|    |   |   |   |  |   |                                     |  |
|----|---|---|---|--|---|-------------------------------------|--|
| 11 | Poradnia<br>Psychologiczno-<br>Pedagogiczna<br>w Grodzisku<br>Mazowieckim | Wsparcie informacyjne,<br>pedagogiczne i<br>psychologiczne dla<br>dzieci i rodziców | ul. Bałtycka 30<br>05-825 Grodzisk<br>Mazowiecki,                             | tel./fax 22 755 55 74;<br>22 723 16 44<br>Koszt zgodnie z taryfą<br>operatora. | Poniedziałek –<br>piątek<br>8:00-18:00        | pppgrodzisk@powiat-<br>grodziski.pl | Dzieci od urodzenia<br>do czasu ukończenia<br>edukacji, ich rodzice,<br>opiekunowie i<br>nauczyciele z terenu<br>powiatu grodziskiego<br>lub uczęszczający do<br>placówek<br>oświatowych na<br>terenie powiatu |
| 12 | Ośrodek Pomocy<br>Społecznej w<br>Milanówku                               | Wsparcie informacyjne i<br>pedagogiczne   | Punkt Informacyjno-<br>Konsultacyjny<br>ul. Kościuszki 58<br>05-822 Milanówek | tel. 22 7249469,<br>797832787<br>Koszt zgodnie z taryfą<br>operatora.          | Piątek<br>15:00-20:00<br>Sobota<br>9:00-13:00 | ops@ops.milanówek.pl                | Mieszkańcy<br>Milanówka  |

## POMOC SPOŁECZNA

|    |   |  |   |  |  |   |   |
|----|---|--|---|--|--|---|---|
| 13 | Powiatowe Centrum<br>Pomocy Rodzinie                    | Wsparcie informacyjne,<br>psychologiczne,<br>prawne.           | 05-825 Grodzisk<br>Mazowiecki<br>ul. Daleka 11                                | tel. 22 724 15 70;<br>22 724 09 05<br>Koszt zgodnie z taryfą<br>operatora. | Poniedziałek,<br>wtorek, środa<br>8:00-16:00;<br>Czwartek<br>8:00 – 17:00<br>Piątek 8:00-15:00   | www.pcpr.powiat-<br>grodziski.pl        | Každy mieszkaniec<br>powiatu            |
| 14 | Ośrodek Pomocy<br>Społecznej w Grodzisku<br>Mazowieckim | Wsparcie informacyjne,<br>psychologiczne,<br>prawne, finansowe | ul. 11 Listopada 33<br>05-825 Grodzisk<br>Mazowiecki,                         | tel. 22 1555869<br>227555111<br>Koszt zgodnie z taryfą<br>operatora.       | Poniedziałek, środa,<br>czwartek, piątek<br>8:00-16:00   | Zgłoszenia osobiste lub<br>telefoniczne | Mieszkańcy gminy<br>Grodzisk Mazowiecki |
| 15 | Ośrodek Pomocy<br>Społecznej w<br>Milanówku             | Wsparcie informacyjne,<br>psychologiczne,<br>prawne, finansowe | Punkt Informacyjno-<br>Konsultacyjny<br>ul. Kościuszki 58<br>05-822 Milanówek | tel. 22 7249469,<br>797832787<br>Koszt zgodnie z taryfą<br>operatora.      | Poniedziałek<br>8:00-18:00,<br>Wtorek, środa,<br>czwartek<br>8:00-16:00,<br>Piątek<br>8:00-15:00 | ops@ops.milanówek.pl                    | Mieszkańcy<br>Milanówka                 |

|    |   |  |  |  |  |  |                             |
|----|---|--|--|--|--|--|-----------------------------|
| 16 | Gminny Ośrodek Pomocy w Żabiej Woli           | Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne, finansowe | ul. Główna 5 96-321 Żabia Wola         | tel. (46)857 82 88,<br>(46) 857 84 80<br><br>Koszt zgodnie z taryfą operatora. | Poniedziałek: 8:00 - 17:00<br>Wtorek - czwartek: 8:00 - 16:00<br>Piątek - 8:00 - 15:00   | <a href="mailto:ops@zabiewola.pl">ops@zabiewola.pl</a><br><a href="http://www.gops.zabiewola.pl">www.gops.zabiewola.pl</a> | Mieszkańcy Gminy Żabia Wola |
| 17 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Jaktorowie | Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne, finansowe | 96 – 313 Jaktorów ul. Chełmońskiego 4  | tel. (46) 856-42-44<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.                       | Poniedziałek - czwartek w godz. 8:00 - 16:00   | <a href="mailto:gops@jaktorow.pl">gops@jaktorow.pl</a> ,<br><a href="mailto:gopsjaktorow@onet.pl">gopsjaktorow@onet.pl</a> | Mieszkańcy Gminy Jaktorów   |
| 18 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Baranowie  | Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne, finansowe | ul. Armii Krajowej 89, 96-314 Baranów  | tel./fax (46) 856-03-17<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.                   | Poniedziałek, Wtorek, Czwartek: 08:00-16:00<br>Środa: 08:00-17:00<br>Piątek: 08:00-15:00 | <a href="mailto:info@gops-baranow.pl">info@gops-baranow.pl</a>   | Mieszkańcy Gminy Baranów    |
| 19 | Ośrodek Pomocy Społecznej w Podkowie Leśnej   | Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne, finansowe | 05-807 Podkowa Leśna ul. Błońska 46/48 | tel. (0 22) 729 10 82<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.                     | Poniedziałek: 08:00-18:00<br>Wtorek, środa, Czwartek: 08:00-16:00<br>Piątek: 08:00-14:00 | <a href="mailto:ops@ops.podkowalesna.pl">ops@ops.podkowalesna.pl</a>   | Mieszkańcy Podkowy Leśnej   |

### ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

|    |   |  |  |   |  |  |                                      |
|----|---|--|--|---|--|--|--------------------------------------|
| 20 | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie                                 | Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne. | 05-825 Grodzisk Mazowiecki ul. Daleka 11       | tel. 22 724 15 70;<br>22 724 09 05<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora. | Poniedziałek 13:00-17:00                   | <a href="http://www.pcpr.powiat-grodziski.pl">www.pcpr.powiat-grodziski.pl</a> | Każdy mieszkaniec powiatu            |
| 21 | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych               | Wsparcie dla osób z problemami alkoholowymi    | ul. 11 Listopada 33 05-825 Grodzisk Mazowiecki | tel. 720909218<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.                     | Poniedziałek i czwartek 16:00-18:00        |  | Mieszkańcy gminy Grodzisk Mazowiecki |
| 22 | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Żabiej Woli | Wsparcie dla osób z problemami alkoholowymi    | ul. Główna 5 96-321 Żabia Wola                 | tel. 46 8578288<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.                    | Poniedziałek (co dwa tygodnie) 14:00-18:00 |  | Mieszkańcy gminy Żabia Wola          |
| 23 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Baranowie                      | Wsparcie dla osób uzależnionych                | ul. Armii Krajowej 89 96-314 Baranów           | tel.46 8560317<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.                     | Piątek 15:00-17:00<br>Psycholog            | <a href="mailto:info@gops-baranow.pl">info@gops-baranow.pl</a>                 | Mieszkańcy gminy Baranów             |

|  |  |  |  |   |  |  |  |
|--|--|--|--|---|--|--|--|
| 24                                       | Ośrodek Pomocy Społecznej w Milanówku  | Wsparcie dla osób uzależnionych  | Punkt Informacyjno-Konsultacyjny<br>ul. Grudowska 58<br>05-822 Milanówek                           | tel. 22 7249469,<br>797832787<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.      | W pierwszy i trzeci wtorek miesiąca<br>16:15-18:15<br>Pozostałe wtorki<br>16:30-20:30<br>Czwartek<br>14:00-22:00 | ops@ops.milanowek.pl   | Mieszkańcy Milanówka                       |
| 25                                       | Samodzielny Publiczny Specjalistyczny Szpital Zachodni im. Św. Jana Pawła II<br>Poradnia Leczenia Uzależnień | Wsparcie dla osób uzależnionych  | ul. Daleka 11<br>05-825 Grodzisk Mazowiecki  | tel. rejestracji<br>22 755 93 04<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.   | Poniedziałek – piątek<br>10:00-20:00   |  | Każdy mieszkaniec powiatu                  |
| 26                                       | Stowarzyszenie Rodzin Abstynenckich „Quo Vadis”  |  | ul. Gudowska 26<br>05-822 Milanówek  | tel. 606 702 737<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.                   | Poniedziałek, środa<br>piątek<br>17:00-19:00   |  | Mieszkańcy Milanówka                       |
| <b>PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ</b> |  |  |  |   |  |  |  |
| 27                                       | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie  | Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne.   | 05-825 Grodzisk Mazowiecki<br>ul. Daleka 11  | tel. 22 724 15 70;<br>22 724 09 05<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora. | Czwartek<br>8:00 – 17:00   | www.pcpr.powiat-grodziski.pl   | Każdy mieszkaniec powiatu                  |
| 28                                       | Ośrodek Pomocy Społecznej w Milanówku<br>Punkt Informacyjno-Konsultacyjny                                    | Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne.   | ul. Kościuszki 58<br>05-822 Milanówek  | tel. 22 7249469,<br>797832787<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.      | Poniedziałek<br>17:15-20:15<br>W pierwszy i trzeci wtorek miesiąca<br>16:15-18:15<br>Czwartek<br>16:15-21:15     | ops@ops.milanowek.pl   | Mieszkańcy Milanówka                       |
| 29                                       | Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”                                      | - wsparcie<br>- pomoc psychologiczna,<br>- informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej | Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych<br>Al. Jerozolimskie 155<br>02-326 Warszawa | 800 120 002<br><br>Bezpłatna infolinia                                  | pn. – sob.<br>godz. 08.00–22.00<br>ndz. i święta<br>godz. 08.00–16.00  | <a href="http://www.niebieska linia.info">www.niebieska linia.info</a><br><br><a href="mailto:biuro@niebieska linia.info">biuro@niebieska linia.info</a> | Dla osób doświadczających przemocy domowej |

## INTERWENCJA KRYZYSOWA

|    |                                   |                              |  |  |   |   |   |
|----|-----------------------------------|------------------------------|--|--|---|---|---|
| 30 | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie | Wsparcie informacyjne        | 05-825 Grodzisk Mazowiecki<br>ul. Daleka 11                        | tel. 22 724 15 70;<br>22 724 09 05<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.  | Czwartek<br>8:00 – 17:00                  | <a href="http://www.pcpr.powiat-grodziski.pl">www.pcpr.powiat-grodziski.pl</a>  | Każdy mieszkaniec powiatu   |
| 31 | Punkty Informacyjno-Konsultacyjne | Wsparcie informacyjne        | ul. Kościuszki 58<br>ul. Grudowska 26<br>05-822 Milanówek          | tel. 22 7249469,<br>797832787<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.   | w indywidualnych przypadkach po zapisie   | <a href="mailto:ops@ops.milanówek.pl">ops@ops.milanówek.pl</a>  | Mieszkańcy Milanówka  |
| 32 | Centralne Zarządzenie Kryzysowe   | Monitorowanie bezpieczeństwa | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa<br>Rakowiecka 2A<br>00-993 Warszawa | Całodobowy dyżur:<br>(22) 361 69 00<br>(22) 785 700 177<br>e-mail:<br><a href="mailto:dyzurny@rcb.gov.p">dyzurny@rcb.gov.p</a> | 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu | <a href="http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/">http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/</a><br><br><a href="mailto:poczta@rcb.gov.pl">poczta@rcb.gov.pl</a> | Świadek zagrożenia kryzysowego<br>Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego |

## DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

|    |  |  |   |   |  |  |  |
|----|--|--|---|---|--|--|--|
| 33 | Powiatowy Urząd Pracy  | Wsparcie informacyjne z zakresu rejestracji bezrobotnych i poszukujących pracy przyznawania i wypłacania zasiłków dla bezrobotnych, ubezpieczenia zdrowotnego bezrobotnych bez prawa do zasiłku, usług rynku pracy | 05-825 Grodzisk Maz.,<br>ul. Daleka 11A | tel. (22) 755 55 86,<br>512 458 432<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.          | poniedziałek,<br>wtorek, środa: 8.00 - 16.00<br>czwartek: 8.00 - 17.00<br>piątek: 8.00 - 15.00 | <a href="mailto:sekretariat@pupgm.interne.tdsl.pl">sekretariat@pupgm.interne.tdsl.pl</a> | O  |
| 34 | Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie Centrum Informacji i Planowania Kariery | Wsparcie informacyjne z zakresu świadczenia usługi poradnictwa i   | ul. Ciołka 10a<br>01-402 Warszawa,      | 1.osobiście –<br>III piętro, pok. 306, 307,<br>tel. 22 532 22 08,<br>22 532 22 41 | Poniedziałek –<br>piątek 8:00 - 16:00  | <a href="mailto:konsultacje@wup.mazowsze.pl">konsultacje@wup.mazowsze.pl</a>             | 1. Osoby poszukujące pracy lub planujące karierę zawodową: |

|  |  |   |   |   |                                     |  |  |
|--|--|---|---|---|-------------------------------------|--|--|
|  | Zawodowej  | informacji zawodowej, organizacji międzynarodowego pośrednictwa pracy   |   | 2. osobiście – III piętro, pokój 317, tel. 22 532 22 12, 532 22 43<br>e-mail: konsultacje@wup.mazowie.polska.pl<br>Konsultacje przez Skype (należy umówić się wcześniej)<br>tel. 22 532 22 08, 22 532 22 41 – doradztwo zawodowe<br>tel. 22 532 22 12, 22 532 22 43 – |                                     |  | 2. Osoby przygotowujące się do założenia działalności gospodarczej: przedsiębiorczości |
| 35   | Ogólnopolskie Centrum Informacyjne dla Osób Niepełnosprawnych<br>Centrum Integracja Warszawa                                       | Ulgi, uprawnienia, dostępne usługi, sprzęt rehabilitacyjny, pomoc techniczna, aktywizacja zawodowa osób niepełnosprawnych | ul. Dzielna 1, 00-162 Warszawa                    | tel. 22 831 85 82<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.<br>Infolinia 801 801 015   | Poniedziałek-piątek<br>8:00 – 17:00 | e-mail<br>warszawa@integracja.org  | Dla osób niepełnosprawnych   |
| 36   | Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia  | Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy.   | Urząd Pracy<br>ul. Ciepła 20,<br>15-472 Białystok | 19 524<br>(z Polski)<br>+48 22 19524<br>(z zagranicy)<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.  | pn.- pt.<br>godz. 08.00-18.00       | <a href="http://www.zielonalinia.gov.pl">www.zielonalinia.gov.pl</a><br><a href="mailto:biuro@zielonalinia.gov.pl">biuro@zielonalinia.gov.pl</a>               | Mogą korzystać:<br>- zarejestrowani<br>-poszukujący pracy<br>- pracodawcy              |
| <b>DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM</b> |  |   |   |   |                                     |  |  |
| 37   | Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem<br>Instytut Psychologii Zdrowia Polskiego<br>Towarzystwa Psychologicznego (lokalny punkt) | Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe   | Warszawa - Ochota,<br>ul. Korotyńskiego 13        | tel. . 22 824 25 01,<br>573 976 666 dyżur całodobowy 7 dni w tygodniu<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.  | Piątek 8.00-12.00                   | <a href="http://www.pokrzywdzeni.gov.pl">www.pokrzywdzeni.gov.pl</a><br><a href="mailto:funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl">funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl</a> | Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie                                   |

## PRAWO KONSUMENCKIE

|                       |   |                            |   |  |  |   |   |
|-----------------------|---|----------------------------|---|--|--|---|---|
| 38                    | Powiatowy Rzecznik Konsumentów                            | Ochrona praw konsumenckich | ul. Kościuszki 32<br>05-825 Grodzisk Mazowiecki                           | tel. 724 18 33<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.  | Poniedziałek<br>12:00-16:00<br>Środa<br>8:00-11:00<br>Czwartek<br>13:30-16:30                            |   | Wszyscy mieszkańcy powiatu grodziskiego                           |
| 39                    | Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów                   | Ochrona praw konsumenckich | UOKiK<br>Pl. Powstańców<br>Warszawy 1<br>00-950 Warszawa                  | Infolinia konsumencka (prowadzona przez Federację Konsumentów)<br>801 440 220<br>22 290 89 16<br>Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora | pn.- pt.<br>godz. 08.00-18.00  | <a href="https://www.uokik.gov.pl/">https://www.uokik.gov.pl/</a><br><a href="mailto:porady@dlakonsumentow.pl">porady@dlakonsumentow.pl</a> | Prawo konsumenckie  |
| <b>PRAWA DZIECKA</b>  |   |                            |   |  |  |   |   |
| 40                    | Ośrodek Pomocy Społecznej w Milanówku                     | Ochrona Praw Dziecka       | Punkt Informacyjno-Konsultacyjny<br>ul. Kościuszki 58<br>05-822 Milanówek | tel. 22 7249469,<br>797832787<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.   | Środy 16:30-21:30  | <a href="mailto:ops@ops.milanowek.pl">ops@ops.milanowek.pl</a>  | Mieszkańcy Milanówka  |
| 41                    | Rzecznik Praw Dziecka                                     | Ochrona Praw Dziecka       | ul. Przemysłowa 30/32<br>00-450 Warszawa<br>tel. (22) 583 66 00           | tel. (22) 583 66 00<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.   | Biuro jest czynne od poniedziałku do piątku 8:15-16:15.<br>Infolinia<br>poniedziałek – piątek 8:15-20:00 | <a href="mailto:rpd@brpd.gov.pl">rpd@brpd.gov.pl</a>  | Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw dziecka |
| <b>PRAWA PACJENTA</b> |   |                            |   |  |  |   |   |
| 42                    | Mazowiecki Oddział Wojewódzki Narodowego Funduszu Zdrowia | Ochrona praw pacjenta      | ul. Chałubińskiego 8<br>00-613 Warszawa                                   | TELEFONICZNA INFORMACJA PACJENTA<br>800 190 590<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.   | od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.00 do 16.00   |   |   |
| 43                    | Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania        | Ochrona praw dziecka       | Biuro RPD<br>Przemysłowa 30/32<br>00-450 Warszawa                         | 800 121 212<br>Bezpłatna infolinia   | pn.- pt. godz. 08.15-20.00.<br>(dzwoniąc po  | <a href="https://brpd.gov.pl">https://brpd.gov.pl</a><br><a href="mailto:rpd@brpd.gov.pl">rpd@brpd.gov.pl</a>                               | Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i               |



|                                      |  |   |   |   |   |   |  |
|--------------------------------------|--|---|---|---|---|---|--|
|                                      |  |   | tel.: (22) 583 66 00 .<br>fax.: (22) 583 66 96.<br>pn.-pt.<br>godz.08.15-16.15.   |   | godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią)   |   | rodzinnym.<br>Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.  |
| 44                                   | Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala                 | Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego:<br>- prawa pacjenta<br>-leczenie w kraju i poza granicami<br>-kolejki do świadczeń | Narodowy Fundusz Zdrowia<br>Grójecka 186<br>02-390 Warszawa   | Infolinia Centralna<br><b>800 392 976 (*)</b><br><b>22 572 60 42 (**)</b><br>(*) połączenia bezpłatne<br><b>(**)</b> koszt zgodnie z taryfą operatora<br>Także każdy oddział NFZ posiada własną infolinię | pn.- pt.<br>godz. 08.00-16.00   | <a href="http://www.nfz.gov.pl">http://www.nfz.gov.pl</a><br><a href="mailto:infolinia@nfz.gov.pl">infolinia@nfz.gov.pl</a>   | Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym   |
| 45                                   | Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych               | Ochrona praw osób niepełnosprawnych   | SIEDZIBA<br>ul. Żurawia 4 A,<br>00- 503 Warszawa<br>Telefon<br>(22) 461 60 00<br>KORESPONDENCJA<br>Nowogrodzka 1/3/5<br>00-513 Warszawa | <b>801 801 015</b><br>Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora   | pn.-pt.<br>godz. 08.00-17.00  | <a href="http://www.niepelnosprawni.gov.pl">http://www.niepelnosprawni.gov.pl</a><br><a href="mailto:sekretariat.bon@mrpips.gov.pl">sekretariat.bon@mrpips.gov.pl</a> | Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych              |
| 46                                   | Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania | Ochrona praw dziecka  | Biuro RPD<br>Przemysłowa 30/32<br>00-450 Warszawa<br>tel.: (22) 583 66 00 .<br>fax.: (22) 583 66 96.<br>pn.-pt.<br>godz.08.15-16.15.    | <b>800 121 212</b><br>Bezpłatna infolinia   | pn.- pt. godz. 08.15-20.00.<br>(dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią) | <a href="https://brpd.gov.pl">https://brpd.gov.pl</a><br><a href="mailto:rpd@brpd.gov.pl">rpd@brpd.gov.pl</a>   | Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych.<br>Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem. |
| <b>PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH</b> |  |   |   |   |   |   |  |
| 47                                   | Zakład Ubezpieczeń Społecznych                     | Wsparcie informacyjne   | 05-825 Grodzisk Mazowiecki ul.  | Infolinia ZUS   | Poniedziałek<br>8.00-18.00  | <a href="mailto:cot@zus.pl">cot@zus.pl</a>  | Sprawy dotyczące   |

|                    |  |   |   |  |   |   |  |
|--------------------|--|---|---|--|---|---|--|
|                    |  |   | Sienkiewicza 45   | 22 560 16 00<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.  | wtorek, środa,<br>czwartek<br>8.00-15.00<br>Piątek<br>8.00-15.00<br>Infolinia czynna:<br>Poniedziałek –<br>piątek<br>7:00-18:00 |   | ubezpieczeń  |
| 48                 | Centrum Obsługi<br>Telefonicznej<br>Zakładu Ubezpieczeń<br>Społecznych | Zakres informacji:<br>- pomoc techniczna<br>- składki<br>- renty<br>- emerytury | Klienci mogą skorzystać<br>z pomocy pracowników<br>w <u>Centrum Obsługi<br/>Telefonicznej</u> lub<br>podczas wizyty<br>osobistej w placówce<br>jak wyżej.<br>Nr centrali :<br>(22) 667 10 00. | (22) 560 16 00<br>Koszt połączenia<br>zgodnie z taryfą<br>operatora.   | pn. – pt.<br>godz. 07.00 – 18.00  | <a href="http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-">http://www.zus.pl/o-zus/<br/>kontakt/centrum-obslugi-<br/>telefonicznej-cot-</a><br><br><a href="mailto:cot@zus.pl">cot@zus.pl</a> | Adresaci porad:<br>- ubezpieczeni<br>- płatnicy<br>- lekarze |
| <b>PRAWO PRACY</b> |  |   |   |  |   |   |  |
| 49                 | Okręgowy Inspektorat<br>Pracy w Warszawie                              | Porady z zakresu prawa<br>pracy   | ul. Płocka 11/13,<br>01-231 Warszawa<br>tel. sekretariat<br>22 628 96 29  | tel. sekretariat<br>22 628 96 29<br>Koszt zgodnie z taryfą<br>operatora.   | Poniedziałek-piątek<br>9:00 – 15:00   | <a href="http://www.warszawa.pip.gov.pl">www.warszawa.pip.gov.pl</a> ,<br><a href="mailto:kancelaria@warszawa.pip.gov.pl">kancelaria@warszawa.pip.g<br/>ov.pl</a>   |  |
| 50                 | Centrum Poradnictwa<br>Państwowej Inspekcji<br>Pracy (PIP)             | Porady z zakresu prawa<br>pracy.  | Główny Inspektorat<br>Pracy<br>ul. Barska 28/30<br>02-315 Warszawa.<br>tel. 22 391 82 15<br>fax. 22 391 82 14   | 801 002 006<br>(dla tel. stacj.)<br>459 599 000<br>(dla tel. kom.)<br>22 391 83 60<br>(dla obywateli Ukrainy<br>zatrudnionych na<br>terenie RP)<br>Koszt połączenia<br>zgodnie z taryfą<br>operatora. <b>Uwaga!!!</b><br>naliczane są koszty za<br>czas oczekiwania na<br>połączenie | Infolinia do<br>poniedziałku do<br>piątku<br>w godz. 9:00-15:00   | <a href="http://www.bip.pip.gov.pl">www.bip.pip.gov.pl</a> ,<br><a href="mailto:kancelaria@gip.pip.gov.pl">kancelaria@gip.pip.gov.pl</a>  |  |

## PRAWO PODATKOWE

|    |  |   |   |  |  |  |  |
|----|--|---|---|--|--|--|--|
| 51 | Urząd Skarbowy w Grodzisku Mazowieckim | Sprawy podatkowe  | ul. Żydowska 19<br>05-825 Grodzisk Mazowiecki | tel.: 22 77 06 161<br>22 77 06 315<br>22 77 06 314<br>22 77 06 316<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora.  | Poniedziałek od 8.00 do 18.00<br>Wtorek – piątek od 8.00 do 16.00. | <a href="mailto:us.grodzisk-mazowiecki@mf.gov.pl">us.grodzisk-mazowiecki@mf.gov.pl</a>   |  |
| 52 | Krajowa Informacja Podatkowa           | Informacje podatkowe  |   | Infolinia z tel. stac.801055055 z tel. kom. 223300330  | Poniedziałek – piątek 7:00-18:00                                   | <a href="http://www.kip.gov.pl">www.kip.gov.pl</a>   | Z porad może skorzystać każdy podatnik |
| 53 | Krajowa Informacja Skarbowa            | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc. | ul. Teodora Sixta 17,<br>43-300 Bielsko-Biała | 801 055 055 (z tel. stacjonarnych.<br>(22) 330 03 30<br>Z tel. komórkowych.<br>+ 48 (22)33 00 330<br>( z tel. zagranicznych.<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora | pn.- pt.<br>godz. 07.00-18.00                                      | <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

|    |                                      |                      |   |  |   |  |  |
|----|--------------------------------------|----------------------|---|--|---|--|--|
| 54 | Rzecznik Finansowy. (Ubezpieczonych) | Prawa ubezpieczonych | Biuro Rzecznika Finansowego<br>Al. Jerozolimskie 87<br>02-001 Warszawa. | <u>Ubezpieczenia gospodarcze</u><br>(22) 333 73 28<br><u>Ubezpieczenia Społeczne, OFE ZUS</u><br>(22) 333 73 26<br>lub (22) 333 73 27<br><u>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego</u><br>(22) 333 73 25 | pn.-pt.<br>godz. 08.00-18.00<br><br>pn.-pt.<br>godz.11.00-15.00<br><br>pn.-pt.<br>godz. 08.00-16.00 | <b>Porady e-mail:</b><br><a href="mailto:porady@rf.gov.pl">porady@rf.gov.pl</a><br>(czas oczekiwania na odpowiedź e-mailową ok.2 tygodni)<br><br><a href="https://rf.gov.pl/kontakt">https://rf.gov.pl/kontakt</a><br><br><a href="mailto:biuro@rf.gov.pl">biuro@rf.gov.pl</a> | Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń |
|----|--------------------------------------|----------------------|---|--|---|--|--|

## INNE

|    |                             |                            |  |  |  |   |   |
|----|-----------------------------|----------------------------|--|--|--|---|---|
| 55 | <b>WWW. OBYWATEL.GOV.PL</b> |                            |  |  | Informacje i usługi przyjazne obywatelom<br>portal Ministerstwa Cyfryzacji                                   |   |   |
| 56 | Rzecznik Praw Obywatelskich | Ochrona praw obywatelskich | Biuro RPO<br>Al. Solidarności 77.<br>00-090 Warszawa | 800 676 676 .<br>Połączenia bezpłatne z<br>tel. stacjonarnych i<br>komórkowych | <ul style="list-style-type: none"> <li>pon. godz. 10.00-18.00</li> <li>wt.- pt. godz. 08.00-16.00</li> </ul> | <a href="https://www.rpo.gov.pl">https://www.rpo.gov.pl</a><br><a href="mailto:biurorzecznika@brpo.gov.pl">biurorzecznika@brpo.gov.pl</a> | Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone |

**CZĘŚĆ II: NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA (wg art. 8a ust 1 pkt 2 ustawy):**

## ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu: (22) 723 01 68

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. Bliższe informacje pod numerem podanym do zapisów.

Z porad **może skorzystać każda osoba**, której nie stać na odpłatną pomoc prawną i która złoży stosowne oświadczenie.

| <b>NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA</b> |                                    |                                       |  |  |   |  |
|---------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------|--|--|---|--|
|                                 | <b>PROWADZĄCY</b>                  | <b>ADRESY<br/>DYŻURÓW</b>             | <b>DNI i GODZINY</b>   | <b>SPECJALIZACJA<br/>(o ile określono)</b> | <b>lokal dogodny dla osób na<br/>wózkach inwalidzkich</b> | <b>DANE KONTAKTOWE</b>   |
| 1                               | Punkty Radców<br>Prawnych          | ul. Piasta 30<br>05-822 Milanówek     | wt. w godz. 12:00-16:00<br>czw. w godz. 12:00-16:00                            | Nie określono                              | tak   | INFORMACJE i ZAPISY:<br>pon.- śr. w godz. 8:00-16:00<br>czw. w godz. 8:00-17:00<br>pt. w godz. 8:00-15:00<br>pod nr (22) 723 01 68 |
|                                 |                                    | ul. Wiejska 2f<br>96-321 Żabia Wola   | wt. w godz. 9:00-13:00<br>śr. w godz. 9:00-13:00<br>pt. w godz. 9:00-13:00     | Nie określono                              | tak   |  |
| 2                               | Punkty Adwokatów                   | ul. Piasta 30<br>05-822 Milanówek     | pon. w godz. 12:00-16:00<br>śr. w godz. 12:00-16:00<br>pt. w godz. 12:00-16:00 | Nie określono                              | tak   | INFORMACJE i ZAPISY:<br>pon.- śr. w godz. 8:00-16:00<br>czw. w godz. 8:00-17:00<br>pt. w godz. 8:00-15:00<br>pod nr (22) 723 01 68 |
|                                 |                                    | ul. Wiejska 2f<br>96-321 Żabia Wola   | pon. w godz. 9:00-13:00<br>czw. w godz. 9:00-13:00                             | Nie określono                              | tak   |  |
| 3                               | Punkt Fundacji<br>Togatus Pro Bono | ul. 3 Maja 57<br>05-825 Grodzisk Maz. | pon. - pt. w godz. 8:00-12:00  | Nie określono                              | tak   | INFORMACJE i ZAPISY:<br>pon.- śr. w godz. 8:00-16:00<br>czw. w godz. 8:00-17:00<br>pt. w godz. 8:00-15:00<br>pod nr (22) 723 01 68 |

| <b>NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE</b> |                   |               |                      |                      |   |                        |
|---|-------------------|---------------|----------------------|----------------------|---|------------------------|
|   | <b>PROWADZĄCY</b> | <b>ADRESY</b> | <b>DNI i GODZINY</b> | <b>SPECJALIZACJA</b> | <b>lokal dogodny dla osób na<br/>wózkach inwalidzkich</b> | <b>DANE KONTAKTOWE</b> |

|   |                               | <b>DYŻURÓW</b>                       |                                | <b>(o ile określono)</b> |     |  |
|---|-------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------|--------------------------|-----|--|
| 1 | Punkt Fundacji Młodzi Ludziom | ul. 3 Maja 57<br>05-825 Grodzisk Maz | pon. - pt. w godz. 12:00-16:00 | Nie określono            | tak | INFORMACJE i ZAPISY:<br>pon.- śr. w godz. 8:00-16:00<br>czw. w godz. 8:00-17:00<br>pt. w godz. 8:00-15:00<br>pod nr (22) 723 01 68 |