

STAROSTA PUŁTUSKI
ul. Marii Skłodowskiej - Curie 11
06-100 Pułtusk
tel. 23 306 71 01

-I- LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

PRAWO KONSUMENCKIE

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘŃOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów	ul. Marii Skłodowskiej-Curie 11 06-100 Pułtusk	Tel. 23 306-71-95	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 14.00	https://powiatpultuski.pl/ e-mail: I.liszewska@powiatpultuski.pl	
2.	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	Infolinia konsumentka (prowadzona przez Federację Konsumentów) 801 440 220 22 290 89 16 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 18.00	https://www.uokik.gov.pl/ e-mail: porady@dlakonsumentow.pl	Ochrona praw konsumentkich Prawo konsumentckie.

PRAWO PACJENTA

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Mazowiecki Oddział Wojewódzki Narodowego Funduszu Zdrowia	ul. Chałubińskiego 8 00-613 Warszawa	Fax: 22 582 84 21 Tel. 800 190 590 (numer dla całej Polski)	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 16.00	e-mail: kancelaria@nfz-warszawa.pl	
2.	Rzecznik Praw Pacjenta (Ochrona praw pacjenta)	Biurowo RPP ul. Młynarska 46 01-171 Warszawa	Tel. 800 190 590 bezpłatna infolinia Zapisy na poradę osobistą: rezerwacja@rpp.gov.pl lub tel. 22 532 823 43	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 20.00	https://www.bpp.gov.pl e-mail: kancelaria@rpp.gov.pl	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta.
3.	Narodowy Fundusz Zdrowia – Centrala	Narodowy Fundusz Zdrowia ul. Grójecka 186 02-390 Warszawa	Infolinia Centrala 800 392 976 (*) 22 572 60 42 (**) (*) połączenia bezpłatne (**) koszt zgodnie z taryfą operatora Także każdy oddział NFZ posiada własną infolinię	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 16.00	www.nfz.gov.pl e-mail: infolinia@nfz.gov.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym.
4.	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Siedziba: ul. Żurawia 4A 00-503 Warszawa tel. 22 461 60 00 Korespondencja: ul.	Tel. 801 801 015 Koszt połączeni zgodnie z taryfą operatora	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 17.00	www.niepelnosprawni.gov.pl e-mail: sekretariat.bon@mrpiips.gov.pl	Ochrona praw osób niepełnosprawnych. Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz

		Nowogrodzka1/3/5 00-513 Warszawa					organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych.
5.	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania	Biuro RPD ul. Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa	Tel. 22 583 66 00 Fax. 22 583 66 96 infolinia: 800 121 212 Bezpłatna infolinia dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią)	Poniedziałek- Piątek: 8.15- 20.00	www.brpd.gov.pl e-mail: rpd@brpd.gov.pl		Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.

PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘŃOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Zakład Ubezpieczeń Społecznych w Pułtusk	ul. Daszyńskiego 4 06-100 Pułtusk	Tel. 22 560 16 00	Poniedziałek: 8.00-18.00 Wtorek-Piątek: 8.00-15.00	https://www.zus.pl/o-zus/kontakt/oddzialy-inspektoraty-biura-terenowe/-/details/318	
2.	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu	Klienci mogą skontaktować z pomocą	Tel. 22 560 16 00 Koszt połączenia	Poniedziałek- Piątek: 7.00- 18.00	www.zus.pl/o-zus/kontakt e-mail: cot@zus.pl	Adresaci porad: - ubezpieczeni

	Ubezpieczeń Społecznych	pracowników w Centrum Obsługi Telefonicznej lub podczas wizyty osobistej w placówce tel. centrali: 22 667 10 00	zgodnie z taryfą operatora			- płatnicy - lekarze
--	-------------------------	---	----------------------------	--	--	-------------------------

PRAWO PRACY

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Okręgowy Inspektorat Pracy w Warszawie	ul. Płocka 11/13 01-231 Warszawa	Tel. 22 628 96 29 Fax. 22 435 50 92	Zgłaszanie wypadków całodobowo Tel. 801 002 058 lub 22 21 18 058	e-mail: kancelaria@warszawa.pip.gov.pl	
2.	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa	Tel. 22 391 82 15 Fax. 22 391 82 14	801 002 006 (dla tel. stacjonarnych) 459 599 000 (dla tel. komórkowych) 22 391 83 60	www.bip.pip.gov.pl e-mail: kancelaria@gip.pip.gov.pl	

					(dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. Uwaga!!! Naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie.			
--	--	--	--	--	--	--	--	--

PRAWO PODATKOWE

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Urząd Skarbowy w Pułtusk	ul. Żwirki i Wigury 7 06-100 Pułtusk	Tel. 23 692 94 03	Poniedziałek: 7.30-18.00 Wtorek-Piątek: 7.30-15.30	http://www.mazowieckie.kas.gov.pl/urząd-skarbowy-w-pultusku e-mail: us.pultusk@mf.gov.pl	Z porad może skorzystać każdy zainteresowany problemem z zakresu prawa podatkowego.

2.	Krajowa Informacja Skarbowa	ul. Teodora Sixta 17 43-300 Bielsko-Biała	- z tel. komórkowych 22 330 03 30 - z tel. stacjonarnych 801 055 055 - dla osób dzwoniących z zagranicy +48 22 330 03 30	Poniedziałek- Piątek: 7.00-18.00	www.kis.gov.pl więcej: https://poradnikprzedsiebiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa	Z porad może skorzystać każdy podatnik.
----	-----------------------------	--	--	-------------------------------------	--	---

DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ADRES	TELEFON połączeń	DOSTĘŃOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Rzecznik Finansowy (Ubezpieczonych)	Biuro Ręcznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87 02-001 Warszawa	Ubezpieczenia gospodarcze: 22 333 73 28 Ubezpieczenia Społeczne, OFE, ZUS: 22 333 73 26 lub 22 333 73 27 Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego: 22 333 73 25	Poniedziałek- Piątek: 8.00-18.00 Poniedziałek- Piątek: 11.00-15.00 Poniedziałek- Piątek: 8.00-16.00	Porady e-mail: porady@rf.gov.pl (czas oczekiwania na odpowiedź e-mailową ok. 2 tygodnie) www.rf.gov.pl/kontakt e-mail: biuro@rf.gov.pl	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń.

INNE

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Rzecznik Praw Obywatelskich	Biurowo RPO Al. Solidarności 77 00-090 Warszawa	Tel. 8000 676 676 połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych	Poniedziałek: 10.00-18.00 Wtorek-Piątek: 8.00-16.00	https://www.rpo.gov.pl e-mail: biurozeczniaka@brpo.gov.pl	Można zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone.

RODZINNE

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	ul. 3 Maja 20 06-100 Pułtusk	Tel. 23 692 54 83	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 16.00	http://www.pcprpułtusk.pl/ e-mail: sekretariat@pcprpułtusk.pl	

PSYCHOLOGICZNE

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘŃOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	ul. 3 Maja 20 06-100 Pułtusk	Tel. 23 692 55 91	Poniedziałek- Czwartek: 8.00-18.00 Piątek: 8.00- 16.00	http://www.ppppultusk.pl/ e-mail: sekretariat@ppppultusk.pl	
2.	Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)	Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66	Tel. 800 70 2222 bezpłatna infolinia	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	www.linia wsparcia.pl e-mail: porady@linia wsparcia.pl	Dla osób będących w kryzysie psychicznym.

PEDAGOGICZNE

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘŃOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	ul. 3 Maja 20 06-100 Pułtusk	Tel. 23 692 55 91	Poniedziałek- Czwartek: 8.00-18.00 Piątek: 8.00- 16.00	http://www.ppppultusk.pl/ e-mail: sekretariat@ppppultusk.pl	

POMOC SPOŁECZNA

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Pułtusk	ul. 3 Maja 20 06-100 Pułtusk	Tel. 23 692 54 83	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 16.00	http://www.pcprpultusk.pl/ e-mail: sekretariat@pcprpultusk.pl	
2.	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pułtusk	ul. 13 Pułku Piechoty 1 06-100 Pułtusk	Tel. 23 692 52 65	Poniedziałek: 9.00-17.00 Wtorek- Piątek: 8.00- 16.00	http://bip.mops.pultusk.pl/ e-mail: sekretariat@mops.pultusk.pl	
3.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Gzach	Gzy 8 06-126 Gzy	Tel. 23 691 31 91	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 16.00	www.gminagzy.pl e-mail: gops@gminagzy.pl	
4.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Obrytem	Obryte 185 07-215 Obryte	Tel. 29 741 10 04	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 16.00	www.gops.obryte.pl e-mail: wroblewska@obryte.pl	
5.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Pokrzywnicy	Al. Jana Pawła II 1 06-121 Pokrzywnica	Tel. 23 691 87 94	Poniedziałek: 8.00-16.00 Wtorek: 9.00- 17.00 Środa-Piątek: 8.00-16.00	www.gops.pokrzywnica.nowoczesnyurząd.pl e-mail: gops@pokrzywnica.pl	Każdy mieszkaniec Gminy Pokrzywnica

6.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Świerczach	ul. Pułtуска 47 06-150 Świercze	Tel. 23 691 60 62	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 16.00	e-mail: zi.gops@swiercze.pl	Z pomocy może skorzystać każdy kto doświadczył przemocy w rodzinie lub powziął podejrzenie stosowania przemocy wobec członków rodziny.
7.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Winnicy	ul. Pułtуска 25 06-120 Winnica	Tel. 23 691 40 21	Poniedziałek- Piątek: 7.30- 15.30.	www.gminawinnica.pl e-mail: gops@gminawinnica.pl	
8.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Zatorach	ul. Jana Pawła II 106 07-217 Zatory	Tel. 29 741 03 60	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 16.00	www.zatory.pl e-mail: opszatory@wp.pl	

ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘŃOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	ul. 13 Pułku Piechoty 1 06-100 Pułtusk	Tel. 23 692 04 04	Poniedziałek: 14.00-16.00 Środa: 16.00- 18.00	e-mail: sekretariat@mops.pultusk.pl	

2.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Gzach	Gzy 8 06-126 Gzy	Tel. 23 691 31 91	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 16.00	www.gminagzy.pl e-mail: gops@gminagzy.pl	
3.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Obryte	Obryte 185 07-215 Obryte	Tel. 29 741 10 04 wew. 41	Poniedziałek: 8.00-17.00 Wtorek- Czwartek: 8.00- 16.00 Piątek: 8.00- 15.00	e-mail: dzialalnosc@obryte.pl	
4.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Pokrzywnicy	Al. Jana Pawła II 1 06-121 Pokrzywnica	Tel. 23 691 87 94	Poniedziałek: 8.00-16.00 Wtorek: 9.00- 17.00 Środa-Piątek: 8.00-16.00	www.gops.pokrzywnica.nowoczesnyurząd.pl e-mail: gops@pokrzywnica.pl	Każdy mieszkaniec Gminy Pokrzywnica
5.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Świerczach	ul. Pułtуска 47 06-150 Świercze	Tel. 23 691 60 45 wew. 249	Piątek: 8.00- 10.00	e-mail: pełnomocnik@swiercze.pl	Bez ograniczeń.
6.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Winnicy	ul. Pułtуска 25 06-120 Winnica	Tel. 23 691 40 21	Poniedziałek- Piątek: 7.30- 15.30.	e-mail: start99@wp.pl	

7.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Zatorach	ul. Jana Pawła II 106 07-217 Zatory	Tel. 29 741 03 60	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 16.00 lub 16.00- 18.00 w dni posiedzeń GKRPA	e-mail: opszatory@wp.pl	Osoba uzależniona, osoba współuzależniona. Osoba poszukująca informacji na temat nadużywania alkoholu lub innych substancji szkodliwych.
----	--	--	----------------------	---	--	---

PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Pułtusk	ul. 13 Pułku Piechoty 1 06-100 Pułtusk	Tel. 23 692 52 65	Poniedziałek: 7.30 – 15.30 Wtorek-Piątek: 8.00-16.00	e-mail: sekretariat@mops.pultusk.pl	
2.	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Gzach	Gzy 8 06-126 Gzy	Tel. 23 691 31 91	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 16.00	www.gminagzy.pl e-mail: gops@gminagzy.pl	
3.	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania	ul. Pułtуска 25 06-120 Winnica	Tel. 23 691 40 21	Poniedziałek- Piątek: 7.30- 15.30.	e-mail: start99@wp.pl	

	Przemocy w Rodzinie w Winnicy					
4.	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Obrytem	Obryte 185 07-215 Obryte	Tel. 29 741 11 05	Poniedziałek: 8.00-17.00 Wtorek- Czwartek: 8.00-16.00 Piątek: 8.00- 15.00	e-mail: ops@obryte.pl	
5.	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Zatorach	ul. Jana Pawła II 106 07-217 Zatory	Tel. 29 741 03 60	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 16.00 lub 16.00-18.00 w dni posiedzeń GKRPA	e-mail: opszatory@wp.pl	
6.	Interdyscyplinarny Punkt ds. Przemocy w Rodzinie (prawnik, psycholog, specjalista profiaktyki uzależnień)	ul. 13 Pułku Piechoty I 06-100 Pułtusk	Tel. 23 692 52 65 23 692 04 04	Dyżury wg harmonogram	e-mail: sekretariat@mops.pultusk.pl	
7.	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”	Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa	Tel. 800 120 002 bezpłatna infolinia	Poniedziałek- Sobota: 8.00- 20.00 Niedziela i Święta: 8.00- 16.00	www.niebieskalinia.info e-mail: biuro@niebieskalinia.pl	Dla osób doświadczających przemocy domowej.

INTERWENCJA KRYZYSOWA

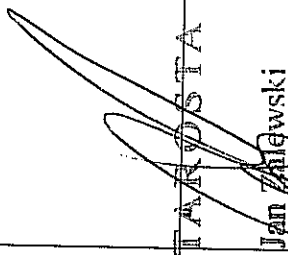
Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego w Pułtusk	ul. Daszyńskiego 19 06-100 Pułtusk	Tel. 23 306 71 85 Fax. 23 306 71 86 Całodobowo Tel. 603-506-207 Fax. 23 692 00 06	Poniedziałek: 8.00-17.00 Wtorek- Czwartek: 8.00-16.00 Piątek: 8.00- 15.00	www.pczk.powiatpulтусki.pl e-mail: pczk@powiatpulтусki.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego. Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego.
2.	Centralne Zarządzanie Kryzysowe	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa ul. Rakowiecka 2A 00-993 Warszawa	Całodobowy dyżur: 22 361 69 00 22 785 700 177 e-mail: dyzurny@rcb.gov.pl	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/ e-mail: poczta@rcb.gov.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego. Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego.

DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Powiatowy Urząd Pracy	ul. Nowy Rynek 3 06-100 Pułtusk	Tel. 23 692 68 55	Obsługa interesantów: Poniedziałek- Piątek: 8.00- 15.00	www.pulтусk.praca.gov.pl e-mail: sekretariat@pulтусk.praca.gov.pl	

2.	Wojewódzki Urząd Pracy	Siedziba główna: ul. Młynarska 16 01-205 Warszawa	Tel. 22 578 44 00	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 16.00	http://wupwarszawa.praca.gov.pl/ e-mail: wup@wup.mazowsze.pl	
3.	Infolinia Urzędów Pracy-Zielona Infolinia	Urząd Pracy ul. Ciepła 20 15-472 Białystok	19 524 (z Polski) Tel. 22 19 524 (z zagranicy) Koszt zgodnie z taryfą operatora.	Poniedziałek- Piątek: 8.00- 18.00	www.zielonalinia.gov.pl e-mail: biuro@zielonalinia.gov.pl	Mogą korzystać: - zarejestrowani - poszukujący pracy - pracodawcy

DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przystępnym Stowarzyszenia ...	Adres najbliższego Ośrodka wyłonionego na lata 2019-2012 prosimy sprawdzić na witrynie internetowej lub w Departamencie Funduszu Sprawiedliwości Ministerstwo Sprawiedliwości		Poniedziałek- Piątek: 8.15- 16.15	www.pokrzywdzeni.gov.pl e-mail: funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl	Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie.
2.	Fundacja Compassio (lokalny punkt)	ul. Mickiewicza 36B 06-100 Pułtusk	Tel. 607 722 038 Kom. 518 755 079	Środa: 12.00- 16.00		STANKOWSKA  Jan Zieliński