

LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatności połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godzin	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
Rodzinne						
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Puławach	- poradnictwo psychologiczne, terapia indywidualna	al. Królewska 3 24-100 Puławy	Tel. 81 888 0 4 92 81 888 53 06 81 888 53 05 Bezpłatna infolinia 800 110 001	poniedziałek 8.00-16.00 wtorek-piątek 7.00-18.00 czwartek 15.00-17.00	pcpr_pul@o2.pl	Mieszkańcy powiatu puławskiego
	- poradnictwo prawne					
	- program korekcyjno-edukacyjny dla osób stosujących przemoc,					
	- całodobowy hostel dla osób doświadczających przemocy					
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Puławach	-pomoc psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna dla dzieci i młodzieży, - konsultacje dla rodziców,	al. Królewska 19 24-100 Puławy	Tel. 81 886 47 96	Od poniedziałku do piątku 8.00 do 16.00	poradnia.pulawy@wp.pl	Mieszkańcy powiatu puławskiego
Fundacja „Praestarno” - Ośrodek w Puławach	- poradnictwo rodzinne - poradnictwo psychologiczne dla dorosłych i młodzieży -treningi umiejętności społecznych	ul. Czartoryskich 8 24-100 Puławy	Tel. 603 772 230 czynny w godz. 15.00-20.00		www.praestarno.pl praestarno.pulawy@wp.pl	Według zgłoszeń
Stowarzyszenie „Barwy Tęczy”	- prowadzenie poradnictwa rodzinnego (spotkania z rodzicami, pomoc i konsultacje dla rodziców podopiecznych)	Góra Puławska ul. Radomska 47a 24-100 Puławy	Tel. 81 886 37 05	pn.-pt.: 8.00-16.00	barwy.teczy378@gmail.com	Według zgłoszeń
Stowarzyszenie „Rodzina”	- prowadzenie poradnictwa rodzinnego (spotkania z rodzicami, pomoc i konsultacje dla rodziców podopiecznych)	ul. Piramowicza 12 24-100 Puławy	Tel. 517 385 307	pn.-pt.: 15.00-19.00	stowarzyszenie@rodzina.pulawy.pl www.rodzina.pulawy.pl	Według zgłoszeń
Puławskie Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego	- terapia rodzinna -prowadzenie poradnictwa rodzinnego (spotkania z rodzicami, pomoc i konsultacje dla rodziców podopiecznych)	Ul. Mickiewicza 2a 24-100 Puławy Miejsce realizacji Ul. Wólka Profecka 26 24-100 Puławy	81 888 04 20 81 458 62 22, Infolinia: 800 306 833		psozp@poczta.onet.pl	Według zgłoszeń

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Nałęczowie	-specjalistyczne poradnictwo rodzinne dla rodzin przeżywających trudności opiekuńczo-wychowawcze, tj: mediacje rodzinne, poradnictwo psychologiczne, poradnictwo psychologiczne dziecięce, terapia rodzinna, problemy uzależnień; -działania profilaktyczne wspierające rodzinę w pełnieniu funkcji opiekuńczo-wychowawczej	ul. Spółdzielcza 17 A 24-150 Nałęczów	Tel./fax: 81 501 44 81 kom. 513 16 393, 513 177 989	pn.- pt. w godz. 7.30-15.30	mops@naleczow.pl www.naleczow.naszops.pl	Mieszkańcy gminy Nałęczów
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Puławach	- specjalistyczne poradnictwo dla osób i rodzin będących w trudnej sytuacji życiowej	ul. Leśna 17 24-100 Puławy	Tel. 81 458 62 01 tel/fax (81) 458 62 09	Pn., śr.-pt. 7.15-15.15 Wt. 7.15-16.30	sekretariat@mops.pulawy.pl www.mops.pulawy.pl	Mieszkańcy Puław
Psychologiczne						
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	- poradnictwo psychologiczne i pedagogiczne dla dzieci i młodzieży, - konsultacje dla rodziców.	Al. Królewska 19 24-100 Puławy	Tel. 81 886 47 96	Od poniedziałku do piątku 8.00 do 16.00	poradnia.pulawy@wp.pl	Mieszkańcy powiatu puławskiego
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Puławach	- poradnictwo psychologiczne, terapia indywidualna	Al. Królewska 3 24-100 Puławy	Tel. 81 888 0 4 92 81 888 53 06 81 888 53 05 Bezpłatna infolinia 800 110 001	poniedziałek 8.00-16.00 wtorek-piątek 7.00-18.00	www.pcpr.pulawy.pl pcpr_pul@o2.pl	Mieszkańcy powiatu puławskiego
Puławskie Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego	- poradnictwo i wsparcie psychologiczne	Ul. Mickiewicza 2a 24-100 Puławy Miejsce realizacji Ul. Wólka Profecka 26 24-100 Puławy	81 888 42 20 81 458 62 22, Infolinia: 800 306 833		psozpz@poczta.onet.pl	Według zgłoszeń
Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychologicznego (zlecenie NFZ)	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze	Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66	800 70 2222 Bezpłatna infolinia	24 godz. 7 dni w tygodniu	www.liniawsparcia.pl porady@liniawsparcia.pl	Dla osób będących w kryzysie psychicznym

Katolickie Stowarzyszenie Pomocy Osobom Potrzebującym AGAPE	Poradnictwo psychologiczne	ul. Słowackiego 32 24-100 Puławy	Tel. 815 343 887	Wtorek: 15.00-17.00 Środa: 15.00-18.00 Piątek: 9.00-12.00	www.agape.lublin.pl poczta@agape.lublin.pl	Według zgłoszeń
Stowarzyszenie „Barwy Tęczy”	-Poradnictwo psychologiczne -poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych	ul. Niemcewicza 9/7 24-100 Puławy	Tel. 882 019 887	Pon.-pt.: 15.00-19.00	barwy.teczy378@gmail.com	Według zgłoszeń
Stowarzyszenie „Rodzina”	Poradnictwo psychologiczne-specjalistyczna placówka wsparcia dziennego dla dzieci z rodzin z problemem alkoholowym	ul. Piramowicza 12 24-100 Puławy	Tel. 517 385 307	Pn.-pt.: 15.00-19.00	stowarzyszenie@rodzina.pulawy.pl www.rodzina.pulawy.pl	Według zgłoszeń
Towarzystwo NOWA KUŹNIA	Specjalistyczna placówka wsparcia dziennego dla dzieci z rodzin z problemem alkoholowym - poradnictwo psychologiczne	ul. Legionu Puławskiego 8 24-100 Puławy	Tel. 602 796 368	Pn.-pt.: 15.00-19.00	www.towarzystwo-kuznia.lublin.pl poczta@towarzystwo-kuznia.lublin.pl	Według zgłoszeń
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Nałęczowie	Poradnictwo psychologiczne	ul. Spółdzielcza 17 A 24-150 Nałęczów,	Tel./fax: 81 501 44 81 kom. 513 16 393, 513 177 989	Pn. 12.00-18.00	mops@naleczow.pl www.naleczow.naszops.pl	Według zgłoszeń
Punkt Informacyjno-Konsultacyjny „Przystanek”	Porady psychologa i Grupa Wsparcia pod kierunkiem psychologa	Ul. Kilińskiego 2a 24-170 Kurów	81 88 11 701	Sobota w godz. 12.00-14.00 Grupa Wsparcia I sobota miesiąca w godz. 14.00-18.00	ops.kurow.eu	Według zgłoszeń
Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze	Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66	800 70 2222 Bezpłatna infolinia	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	www.liniawsparcia.pl porady@liniawsparcia.pl	Według zgłoszeń

PEDAGOGICZNE

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	- poradnictwo psychologiczne i pedagogiczne dla dzieci i młodzieży, - konsultacje dla rodziców.	Al. Królewska 19 24-100 Puławy	Tel. 81 886 47 96	Pn.-pt: 8.00 do 16.00	poradnia.pulawy@wp.pl	Mieszkańcy powiatu puławskiego
Rzecznik Praw Dziecka- dziecięcy telefon zaufania	Ochrona praw dziecka	Biuro RPD ul. Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa	800 121 212 Bezpłatna infolinia Tel. 22 583 66 00	Pn.-pt.: 8.15-20.00 (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią)	brpd.gov.pl rpd@brpd.gov.pl	Dla osób, których dotyczy sprawa przemocy oraz problemy z relacjami rówieśniczymi, szkolnymi i rodzinnymi. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem

POMOC SPOŁECZNA

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Puławach	- poradnictwo psychologiczne, terapia indywidualna - poradnictwo prawne - program korekcyjno-edukacyjny dla osób stosujących przemoc, - całodobowy hostel dla osób doświadczających przemoc	al. Królewska 3 24-100 Puławy	Tel. 81 888 0 4 92 81 888 53 06 81 888 53 05 Bezpłatna infolinia 800 110 001	poniedziałek 8.00-16.00 wtorek-piątek 7.00-18.00	www.pcpr.pulawy.pl pcpr_pul@o2.pl	Według zgłoszeń
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Puławach	- pomoc pieniężna i niepieniężna w zakresie pomocy społecznej	ul. Leśna 17 24-100 Puławy	Tel. 81 458 62 01 tel/fax (81) 458 62 09	Pn., śr.-pt. 7.15-15.15 Wt. 7.15-16.30	sekretariat@mops.pulawy.pl www.mops.pulawy.pl	Mieszkańcy Puław
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Nałęczowie	- pomoc pieniężna i niepieniężna w zakresie pomocy społecznej	ul. Spółdzielcza 17 A 24-150 Nałęczów,	Tel./fax: 81 501 44 81 kom. 513 16 393, 513 177 989	pn.- pt. w godz. 7.30-15.30	mops@nalezow.pl www.nalezow.naszops.pl	Mieszkańcy Gminy Nałęczów
Ośrodek Pomocy Społecznej w Kazimierzu Dolnym	- pomoc pieniężna i niepieniężna w zakresie pomocy społecznej	ul. Lubelska 32/34 24-120 Kazimierz Dolny	tel: (81) 881-01-53 tel./fax: (81) 888-45-88	Pn.- pt. w godz. 7 ³⁰ -15 ³⁰	www.kazimierzdolny.naszops.pl kazimierzdolny.ops@gmail.com	Mieszkańcy Gminy Kazimierz Dolny

ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

Stowarzyszenie MONAR	Punkt konsultacyjny dla osób i rodzin dotkniętych problemem narkomanii	al. Królewska 3a 24-100 Puławy	Tel./faks: 81 886 42 36	Wtorek, środa i piątek: 8.00- 18.00, czwartek: 16.00-18.00	www.monar pulawy.pl monar_pula wy@poczta. onet.pl	Według zgłoszeń
Katolickie Stowarzyszenie Pomocy Osobom Potrzebującym AGAPE	Punkt konsultacyjny dla osób i rodzin z problemami alkoholowymi	ul. Słowackiego 32 24-100 Puławy	Tel. 815 343 887	Wtorek: 15.00-17.00 Środa: 15.00-18.00 Piątek: 9.00-12.00	www.agape.l ublin.pl poczta@aga pe.lublin.pl	Według zgłoszeń
Fundacja „Praesterno” - Ośrodek w Puławach	Program działań psychoedukacyjnych i terapeutycznych w zakresie profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych	Ul. Czartoryskich 8 24-100 Puławy	Tel. 603 772 230		www.praesta rno.pl praestarno.p ulawy@wp. pl	Według zgłoszeń
Puławskie Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego	Poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych	ul. Wólka Profecka 26 24-100Puławy	Tel. 81 458 62 21 Infolinia: 800 306 833	całodobowo	psozpz@pocz ta.onet.pl	Według zgłoszeń
Stowarzyszenie „Barwy Tęczy”	Placówka wsparcia dziennego dla dzieci z rodzin z problemami alkoholowymi	ul. Niemcewicza 9/7 24-100 Puławy	Tel. 882 019 887	Pon.-pt.: 15.00-19.00	barwy.teczy 378@gmail. com	Według zgłoszeń
Stowarzyszenie „Rodzina”	Poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych	ul. Piramowicza 12 24-100 Puławy	Tel. 517 385 307	Pon.-pt.: 15.00-19.00	stowarzysze nie@rodzina .pulawy.pl www.rodzin a.pulawy.pl	Według zgłoszeń
Towarzystwo NOWA KUŹNIA	Specjalistyczna placówka wsparcia dziennego dla dzieci z rodzin z problemem alkoholowym - poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych	ul. Legionu Puławskiego 8 24-100 Puławy	Tel. 602 796 368	Pon.-pt.: 15.00-19.00	www.towarz ystwo- kuznia.lublin .pl poczta@tow arzystwo- kuznia.lublin .pl	Według zgłoszeń
Punkt Konsultacyjny Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych- Wąwolnica	Pomoc w rozwiązywaniu problemów alkoholowych	ul. Lubelska 39 24-160 Wąwolnica, pok. 14	Tel. 81 882 50 72 wew. 30	Pon.-pt.: 7.00-15.00		Według zgłoszeń

Punkt Konsultacyjny dla osób z problemami alkoholowymi- Żyrzyn	Inf. o możliwościach leczenia osób uzależnionych, motywowanie do terapii, porady i wsparcie dla członków rodzin z problemem alkoholowym i przemocą rodzinną, pomoc psychologiczno-terapeutyczna dla osób uzależnionych i współuzależnionych od alkoholu	ul. Powstania Styczniowego 10, 24-103 Żyrzyn		Co druga środa miesiąca w godz. 16.00-18.00		Według zgłoszeń
Zespół Interdyscyplinarny, gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Pomoc w rozwiązywaniu problemów alkoholowych	Ul. Lubelska 93 24-130 Końskowola	Te. 81 881 69 09	środa 9.00-11.00	http://konskowola.naszo ps.pl	Mieszkańcy Gminy Końskowola
Niebieska Linia Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Oferuje całodobową pomoc osobom doznającym przemocy w rodzinie, świadkom przemocy oraz osobom poszukującym informacji na temat zjawiska przemocy w rodzinie	Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa	800 120 002 Bezpłatna infolinia	Pon.- sob. Godz. 8.00- 22.00 Ndz. i święta godz. 8.00-16.00	www.niebieska linia.info biuro@niebieska linia.info	Według zgłoszeń

PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Puławach	- poradnictwo psychologiczne, terapia indywidualna - poradnictwo prawne - program korekcyjno-edukacyjny dla osób stosujących przemoc, - całodobowy hostel dla osób doświadczających przemoc	al. Królewska 3 24-100 Puławy	Tel. 81 888 0 4 92 81 888 53 06 81 888 53 05 Bezpłatna infolinia 800 110 001	poniedziałek 8.00-16.00 wtorek-piątek 7.00-18.00	pcpr_pul@o2.pl	Według zgłoszeń
Katolickie Stowarzyszenie Pomocy Osobom Potrzebującym AGAPE	Poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	ul. Słowackiego 32 24-100 Puławy	Tel. 815 343 887	Wtorek: 15.00-17.00 Środa: 15.00-18.00 Piątek: 9.00-12.00	www.agape.lublin.pl poczta@agape.lublin.pl	Według zgłoszeń

Puławskie Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego	Całodobowa pomoc dla osób doznających przemocy w rodzinie z możliwością udzielania schronienia	ul. Wólka Profecka 26 24-100Puławy	Tel. 81 458 62 21 Infolinia: 800 306 833	całodobowo	psozp@poczta.onet.pl	Według zgłoszeń
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Nałęczowie	Grupa wsparcia dla kobiet doświadczających przemocy	ul. Spółdzielcza 17 A 24-150 Nałęczów, Miejsce realizacji: ul. Głęboznica 23a 24-150 Nałęczów	Tel./fax: 81 501 44 81 kom. 513 16 393, 513 177 989	co dwa tygodnie w godz. 17.00-18.30	mops@naleczow.pl www.naleczow.naszops.pl	Według zgłoszeń
Zespół Interdyscyplinarnej ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie	Poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	Ul. Lubelska 45 24-170 Kurów	Tel. 81 88 11 490	Pon. - pt. w godz. 7.00-15.00	ops@kurow.eu ops.kurow.eu	Według zgłoszeń
Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy „Niebieska linia”	Pomoc psychologiczna, informacja o najbliższym miejscu przemocy w problemach przemocy domowej	Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155	800 120 002 Bezpłatna infolinia	Pon. - sob. Godz. 8.00- 22.00 Ndz. i święta godz. 8.00-16.00	www.niebieskalinia.info biuro@niebieskalinia	Dla osób doświadczających przemocy domowej

INTERWENCJA KRYZYSOWA

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Puławach	- poradnictwo psychologiczne, terapia indywidualna - poradnictwo prawne - program korekcyjno-edukacyjny dla osób stosujących przemoc, - całodobowy hostel dla osób doświadczających przemocy	al. Królewska 3 24-100 Puławy	Tel. 81 888 0 4 92 81 888 53 06 81 888 53 05 Bezpłatna infolinia 800 110 001	poniedziałek 8.00-16.00 wtorek-piątek 7.00-18.00	pcpr_pul@o2.pl	Według zgłoszeń
Puławskie Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego	Poradnictwo w ramach interwencji kryzysowej	ul. Wólka Profecka 26 24-100 Puławy	Tel. 81 458 62 21 Infolinia: 800 306 833	całodobowo	psozp@poczta.onet.pl	Według zgłoszeń
Centralne Zarządzenie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Al. Rakowiecka 2a 00-993 Warszawa	Całodobowy dyżur: 22 361 69 00 22 785 700 177	24 godz. na dobę przez 7 dni w tygodniu	dyzurny@rcb.gov.pl poczta@rcb.gov.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego, os. Poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego

DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

Powiatowy Urząd Pracy	- pomoc osobom poszukującym pracy oraz pracowników	ul. Lubelska 2G 24-100 Puławy	tel./fax: 81 886 40 96	Pn.-pt. 7.00-15.00	lupu@praca.gov.pl http://pulawy.praca.gov.pl	Według zgłoszeń
-----------------------	--	----------------------------------	------------------------	--------------------	---	-----------------

Infolinia Urzędów Pracy- Zielona Infolinia	Informacje o usługach urzędów pracy	Urząd Pracy Ul. Ciepła 20 15-472 Białystok	19 524 (z Polski) + 48 22 19524 (z zagranicy)	Pn.-pt. w godz. 8.00-18.00	pl www.zielonalinia.gov.pl biuro@zielonalinia.gov.pl	Dla bezrobotnych zarejestrowanych, poszukujących pracy, pracodawcy
DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM						
Fundusz Sprawiedliwości	- pomoc pokrzywdzonym i świadkom, - przeciwdziałanie przestępczości, - pomoc postpenitencjarna	Ministerstwo Sprawiedliwości Al. Ujazdowskie 11 00-567 Warszawa	222 309 900	Pn.pt.- 8.15-16.15	funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl	Według zgłoszeń, dla osób pokrzywdzonych przestępstwem, potrzebujących pomocy postpenitencjarnej
PRAWO KONSUMENCKIE						
Powiatowy Rzecznik Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	Al. Królewska 19 24-100 Puławy	81 886 11 47	Pon., wt., czw., pt. w godz. 7.00-15.00 Śr. w godz. 8.00-16.00		Według zgłoszeń
Wojewódzki Inspektorat Inspekcji Handlowej w Lublinie	Prawo konsumenckie	ul. T. Zana 38 c 20-601 Lublin	81 528-07-47	<u>Przyjęcia interesantów:</u> poniedziałek, środa, czwartek, piątek: 7:00 - 14:00 wtorek: 8:00 - 15:30	ihlublin@lublin.uw.gov.pl	Według zgłoszeń
Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	801 440 220 22 290 89 16	Pn.-pt. godz. 8.00-18.00	porady@dlaconsumenta.gov.pl	Prawo konsumenckie
PRAWA PACJENTA						
Narodowy Fundusz Zdrowia- Oddział Wojewódzki w Lublinie	Sprawy z zakresu ochrony zdrowia i udzielania świadczeń	Ul. Szkolna 16 20-124 Lublin	800 190 590	Od poniedziałku do piątku 8.00 – 16.00	www.nfz-lublin.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
Rzecznik Praw Pacjenta	Ochrona praw pacjenta	Ul. Młynarska 46 01-171 Warszawa	800 190 590 Bezpłatna infolinia Zapisy na poradę indywidualną: 22 532 82 43	Pn.-pt. godz. 8.00-20.00	kancelaria@rpp.gov.pl rezerwacja@rpp.gov.pl	Każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta, - leczenie w kraju i poza granicami, - kolejki do świadczeń	Ul. Grójecka 186 02-390 Warszawa	800 392 976- infolinia bezpłatna 22 572 60 42- koszt połączenia zgody z taryfą operatora	Pn.- pt. w godz. 8.00- 16.00	www.nfz.gov.pl infolinia@nfz.gov.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym

Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	<u>Siedziba:</u> Ul. Żurawia 4a 00-503 Warszawa <u>Korespondencja:</u> Ul. Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	801 801 015- koszt połączenia zgodny z taryfą operatora	Pn.- pt. w godz. 8.00- 17.00	www.niepelnosprawni.gov.pl sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na ich rzecz
Rzecznik Praw Dziecka- dziecięcy telefon zaufania	Ochrona praw dziecka	Ul. Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa	800 121 212- bezpłatna infolinia Tel. 22 583 66 00	Pn.-pt.: 8.15-20.00 (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią)	brpd.gov.pl rpd@brpd.gov.pl	Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych.

PRAWO PRACY

Państwowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy w Lublinie	Bezpłatne porady prawne z zakresu prawa pracy i bhp	Al. Piłsudskiego 13 , pokój nr. 1	801 002 300 81 463 50 90	Telefonicznie: poniedziałek 9.00-18.00 wtorek – piątek 9.00 – 13.00	https://lublin.pip.gov.pl/p1	Według zgłoszeń
Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	Porady z zakresu prawa pracy	Główny Inspektorat Pracy Ul. Barska 28/30 02- 315 Warszawa Tel. 22 391 82 15	801 002 006- dla tel. stacjonarnych 459 599 000- dla tel. komórkowych 22 391 83 60- dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP. Koszt połączenia zgodny z taryfą operatora		www.bip.pip.gov.pl kancelaria@gip.pip.gov.pl	Według zgłoszeń

PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

Zakład Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Puławach	Sprawy dotyczące ubezpieczeń społecznych, składki, emerytury, renty	ul. Lubelska 20 B 24-100 Puławy	22 560 16 00 czynny od pn.- pt. 7.00- 18.00	pn. 8.00-18.00 wt.- pt. 8.00-15.00	www.zus.pl	Adresaci porad: - ubezpieczeni, - płatnicy.
Zakład Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Lublinie	Zadania z zakresu ubezpieczeń społecznych	Ul. T. Zana 36,38c 20-601 Lublin	Centrum Obsługi Telefonicznej: 22 560 16 00	Pn. w godz. 8.00-18.00 Wt.- pt. w godz. 8.00- 15.00	www.zus.pl	Adresaci porad: - ubezpieczeni, - płatnicy.
Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna, -składki, -renty, - emerytury		Tel. 22 560 16 00	Pn.- pt. w godz. 7.00- 18.00	www.zus.pl cot@zus.pl	Adresaci porad: - ubezpieczeni, - płatnicy.

PRAWO PODATKOWE

Urząd Skarbowy w Puławach	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, akcyza, etc.	ul. Władysława Grabskiego 4 24-100 Puławy	tel.: 81 887-96-41 81 887-96-42 81 889-04-50	Pn.-pt. w godz. 7:15 – 15:15	sekretariat.us.pulawy@mf.gov.pl	Z porad może skorzystać każdy podatnik
Krajowa Informacja Skarbowa	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, akcyza, etc.	Ul. T. Sixta 17 43-300 Bielsko- Biała	01 055 055- dla tel. stacjonarnych, 22 330 03 30- dla tel. komórkowych, 48 22 33 00 330- z tel. zagranicznych Koszt połączenia zgodny z taryfą operatora	Pn.- pt. w godz. 7.00- 18.00	www.kis.gov.pl	Z porad może skorzystać każdy podatnik

DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

Rzecznik Finansowy	- prawa ubezpieczonych, - dla członków Otwartych Funduszy Emerytalnych, uczestników Pracowniczych Programów Emerytalnych oraz osób korzystających z indywidualnych kont emerytalnych, - z zakresu problemów z bankami i na rynku kapitałowym	Al. Jerozolimskie 87 02-001 Warszawa	Ubezp. gospodarcze: 22 333 73 28, Ubezp. społeczne, OFE ZUS: 22 333 73 26 lub 22 333 73 27 Ubez. bankowe i rynku kapitałowego: 22 333 73 25	Pn.- pt. w godz. 8.00- 18.00 Pn.- pt. w godz. 11.00- 15.00 Pn.-pt. w godz. 8.00-16.00	porady@rf.gov.pl https://rf.gov.pl/kontakt biuro@rf.gov.pl	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń
--------------------	--	---	--	---	---	--

INNE

www.obywatel.gov.pl			Informacje i usługi przyjazne obywatelom Portal Ministerstwa Cyfryzacji			
Rzecznik Praw Obywatelskich	Bada, czy na skutek działania lub zaniechania organów władzy publicznej nie nastąpiło naruszenie prawa, zasad współzycia i sprawiedliwości społecznej	Al. Solidarności 77 00 – 090 Warszawa	Infolinia 800 676 676	Poniedziałek 10.00 – 18.00 Wtorek – piątek 8.00 – 16.00	https://www.rpo.gov.pl/ biurorzeczniaka@brpo.gov.pl	Każdy, kto uważa, że państwo naruszyło jego prawa; Każdy, kto uważa, że jest nierówno traktowany z powodu tego, kim jest; Osoba pozbawiona wolności,

	oraz czy nie doszło do aktów dyskryminacji.	Urząd Miasta w Lublinie plac W. Łokietka 1 sala nr. 3		W każdy ostatni piątek miesiąca od 10.00 do 15.00		żeby poskarżyć się na nieludzkie traktowania
Fundusz Sprawiedliwości	- pomoc pokrzywdzonym i świadkom, - przeciwdziałanie przestępczości, - pomoc postpenitencjarna	Ministerstwo Sprawiedliwości Al. Ujazdowskie 11 00-567 Warszawa	222 309 900		funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl	Według zgłoszeń, dla osób pokrzywdzonych przestępstwem, potrzebujących pomocy postpenitencjarnej

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE

Z nieodpłatnej pomocy prawnej oraz nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego może skorzystać każda osoba, która nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej i która złoży stosowne oświadczenie.

Aby skorzystać z porad udzielanych w punktach nieodpłatnej pomocy prawnej i nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego należy wcześniej zapisać się telefonicznie dzwoniąc pod nr tel. 609 009 469. Zapisy prowadzone są od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00-15.00.

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 przez Internet. W przypadku takich osób możliwe jest także udzielenie porady prawnej w innej lokalizacji niż punkt nieodpłatnej pomocy prawnej. Szczegółowe informacje odnośnie warunków udzielania porad prawnych przez telefon, Internet lub w innej lokalizacji niż punkt porad prawnych można uzyskać pod nr telefonu 609 009 469.

Informacje na temat funkcjonowania punktów dostępne są na stronie internetowej: www.pulawy.powiat.pl, w zakładce „Pomoc prawna 2019”.

PROWADZĄCY		ADRESY DYŻURÓW	DNI I GODZINY	LOKAL DOGODNY DLA OSÓB NA WÓZKACH INWALIDZKICH
NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA				
1.	Punkt prowadzony przez adwokatów	Puławy, Al. Królewska 3	Punkt czynny od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-12.00	tak
2.	Punkt prowadzony przez radców prawnych	Puławy, Al. Królewska 3	Punkt czynny od poniedziałku do piątku w godz. 12.00-16.00	tak
3.	Punkt prowadzony przez Polska Fundację Ośrodkó Wsparcia Rozwoju Gospodarczego „OIC Poland” z siedzibą w Lublinie (porad udzielają radcowie prawni)	Nałęczów, ul. Głęboznica 23a	Punkt czynny od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-12.00	tak

4.	Punkt prowadzony przez Lubelski Ośrodek	<p>poniedziałek: Baranów, ul. Rynek 14 (siedziba Urzędu Gminy),</p> <p>wtorek: Końskowola, ul. Lubelska 93 (siedziba Gminnego Ośrodka Kultury),</p> <p>środa: Janowiec, ul. Radomska 2 (siedziba Urzędu Gminy),</p> <p>czwartek: Kurów, ul. I Armii Wojska Polskiego 1 (siedziba Gminnej Biblioteki Publicznej),</p> <p>piątek: Końskowola, ul. Lubelska 93 (siedziba Gminnego Ośrodka Kultury).</p>	Punkt czynny od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-12.00	tak
NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE				
5	Punkt prowadzony przez Fundację Honeste Vivere	<p>poniedziałek: Markuszów, ul. M. Sobieskiego 1 (siedziba Urzędu Gminy),</p> <p>wtorek: Kazimierz Dolny, ul. Lubelska 32/34 (budynek Przychodni Rejonowej SP ZOZ),</p> <p>środa: Puławy, ul. Dęblińska 4 (siedziba Urzędu Gminy Puławy),</p> <p>czwartek: Puławy, ul. Dęblińska 4 (siedziba Urzędu Gminy Puławy),</p> <p>piątek: Kazimierz Dolny, ul. Lubelska 32/34 (budynek Przychodni Rejonowej SP ZOZ),</p>	Punkt czynny od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-12.00	tak