

CZĘŚĆ I: LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
POMOC SPOŁECZNA							
1.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie SEKCJE:	Poradnictwo w zakresie rozwiązywania spraw osób i rodzin będących w trudnej sytuacji życiowej.	ul. Ogniowa 8/10 Włocławek	54 423-23-00	pon. 07.30-15.30 wt. 07.30-16.00 śr. 07.30-15.30 czw. 07.30-15.30 pt. 07.30-15.00	www.mopr.wloclawek.pl www.bip.mopr.wloclawek.pl	Brak określenia szczegółowych kryteriów. Kontakt: osobisty, poprzez pracownika socjalnego, telefonicznie lub pocztą elektroniczną.
	1.Osiedlowa Sekcja Pomocy Społecznej Nr 1 „Śródmieście"	j/w	ul. Ogniowa 8/10 ul. Grodzka 2i Włocławek	54 423-23-00 wew.365,391-397 669-432-868	j/w	ospssrodmiescie@mopr.wloclawek.pl	j/w
	2. Osiedlowa Sekcja Pomocy Społecznej Nr2„Zazamcze"	j/w	ul. Wieniecka42 Włocławek	54 411-19-60 wew. 103,104,109-111	j/w	ospszazamcze@mopr.wloclawek.pl	j/w
	3.Osiedlowa Sekcja Pomocy Społecznej Nr 3 „Wschód"	j/w	ul. Żytnia 58 Włocławek	54 412-23-83(84) wew.21,22,27-32,48	j/w	ospswschod@mopr.wloclawek.pl	j/w
	4.Osiedlowa Sekcja Pomocy Społecznej Nr 4 „Południe"	j/w	ul. Kaliska 7 ul. Kościelna 2a Włocławek	54 411-62-61 wew.21,23-28,31 54 413-23-41	j/w	ospspoludnie@mopr.wloclawek.pl oraz michelin@mopr.wloclawek.pl	j/w
	5. Osiedlowa Sekcja Pomocy Społecznej Nr 1 „Śródmieście"	j/w dla osób bezdomnych	ul. Ogniowa 8/10 Włocławek	54 423-23-98	j/w	p.podlaski@mopr.wloclawek.pl	j/w
PSYCHOLOGICZNE							
2.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie Sekcja Wsparcia Rodziny i Rodzinnej Pieczy Zastępczej	Poradnictwo psychologiczne dla rodzin zastępczych, dzieci wychowujących się w rodzinach zastępczych oraz dzieci biologicznych rodziców zastępczych.	ul. Żytnia 58 Włocławek	54 413-50-95	pon. 07.30-15.30 wt. 07.30-16.00 śr. 07.30-15.30 czw. 07.30-15.30 pt. 07.30-15.00	piecza.zastepcza@mopr.wloclawek.p l	Poradnictwo dla rodzin zastępczych, dzieci wychowujących się w rodzinach zastępczych oraz dzieci biologicznych rodziców zastępczych. Kontakt: telefoniczny lub osobisty.

3.	Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)	Poradnictwo dla osób będących w kryzysie psychicznym, stanie depresyjnym, o myślach samobójczych.	Fundacja ITAKAskr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66	800 70 2222 bezpłatna infolinia	24 godziny przez 7 dni w tygodniu	www.linia wsparcia.pl porady(3).linia wsparcia.pl	Dla osób będących w kryzysie psychicznym. Kontakt: telefoniczny.
ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH							
4.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie Klub Integracji Społecznej	Poradnictwo indywidualne udzielane przez instruktora terapii, konsultanta, terapeutę lub pedagoga - reintegracja zawodowa i społeczna.	ul. Okrzei 61 Włocławek ul. Zakręt 8 Włocławek	54 411-04-37	pon. 07.30-15.30 wt. 07.30-17.00 śr. 07.30-15.30 czw. 07.30-15.30 pt. 07.30-15.00	kis(3).mopr.wloclawek.pl k.szymanska@mopr.wloclawek.pl	Poradnictwo dla osób uzależnionych od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, a także rodziny i osoby zagrożone wykluczeniem społecznym. Kontakt: osobisty, telefoniczny, pocztą elektroniczną.
5.	Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Poradnictwo w zakresie spraw dotyczących problemów alkoholowych i innych uzależnień oraz wynikających z nich problemów społecznych.	Urząd Miasta Włocławek ul. Kościuszki 12 Włocławek	54 414-43-53 54 414-43-87	pon. 07.30-15.30 wt. 07.30-17.00 śr. 07.30-15.30 czw. 07.30-15.30 pt. 07.30-14.00		Osoby uzależnione oraz współuzależnione. Kontakt: osobisty lub telefoniczny.
6.	Miejski Zespół Opieki Zdrowotnej sp. z o.o. Poradnia Terapii Uzależnień i Zdrowia Psychicznego	Poradnia leczenia uzależnień i współuzależnienia od alkoholu i substancji psychoaktywnych - psychoterapia. Porady terapeutyczne dla opiekunów dzieci i młodzieży uzależnionych, psychoterapia grupowa	ul. Kaliska 104 Włocławek	54 231-04-87	od poniedziałku do piątku 7.00-18.00	www.mzoz.pl	Poradnictwo dla osób uzależnionych od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, a także rodzin, opiekunów dzieci i młodzieży uzależnionej od alkoholu i środków psychoaktywnych. Kontakt: osobisty, telefoniczny.
PORADNICTWO DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH							
7.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie Sekcja Rehabilitacji Zawodowej i Społecznej Osób Niepełnosprawnych	Poradnictwo w zakresie aktualnych i kompleksowych informacji o przysługujących ulgach i uprawnieniach osobom niepełnosprawnym.	ul. Ogniowa 8/10 Włocławek	54 423-23-74	pon. 07.30-15.30 wt. 07.30-16.00 śr. 07.30-15.30 czw. 07.30-15.30 pt. 07.30-15.00	niepełnosprawni(3).mopr.wloclawek.pl rehabilitacja(3).mopr.wloclawek.pl	Brak określenia szczególnych kryteriów - poradnictwo skierowane pod adresem osób niepełnosprawnych. Kontakt: osobisty, telefoniczny lub elektroniczny.

8.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie	Pełnomocnik Prezydenta Miasta Włocławek ds. osób z niepełnosprawnościami	j/w	54 423-23-07	od poniedziałku do piątku w godz. 08.00-15.00	pn@mopr.wloclawek.pl	Kontakt: telefoniczny lub elektroniczny
9.	1/ Polski Związek Niewidomych 2/WT Stwardnienia Rozsianego 3/ Stowarzyszenie OLIGO 4/WSN Eurointegracja 5/ Fundacja Caietanus	Poradnictwo w zakresie aktualnych i kompleksowych informacji o przysługujących ulgach i uprawnieniach osobom niepełnosprawnym.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie ul. Ogniowa 8/10 pokój nr 17 Włocławek		Dyżury publikowane są na bieżąco na stronie internetowej.	www.mopr.wloclawek.pl zakładka: Informator dla Osób Niepełnosprawnych	Kompleksowe informacje o możliwościach różnorodnego wsparcia i pomocy z jakiej mogą skorzystać osoby niepełnosprawne. Kontakt: osobisty
	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych.	Siedziba: ul. Żurawia 4A 00-503 Warszawa tel.22 461-60-00 Korespondencja: ul. Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	22 529 06 49 22 461 60 00	od poniedziałku do piątku 08.15-16.15	www.niepelnosprawni.gov.pl sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	Porady dla osób niepełnosprawnych, ich rodziny oraz organizacji działające na rzecz osób niepełnosprawnych. Kontakt: telefoniczny lub osobisty w drugi wtorek miesiąca

INTERWENCJA KRYZYSOWA

10.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie Sekcja Specjalistycznej Pomocy Rodzinie i Interwencji Kryzysowej	Poradnictwo specjalistyczne, psychologiczne i rodzinne w celu rozwiązania trudności życiowych oraz schronienie do 3 miesięcy. - Poradnictwo psychologiczne - diagnozowanie, profilaktyka i terapia. - Informacje o przepisach z zakresu prawa rodzinnego, opiekuńczego, zabezpieczenia społecznego, ochrony praw lokatorów.	ul. Żytnia 58 Włocławek	54 413-50-96 wew. 51-53	od poniedziałku do piątku w godz. 07.30-18.00	Interwencja.kryzysowa@mopr.wloclawek.pl	Osoby i rodziny bez względu na posiadany dochód. Matki lub ojcowie z małoletnimi dziećmi, kobiety w ciąży, osoby sprawujące opiekę nad dziećmi. Kontakt: osobisty lub telefoniczny.
-----	--	---	-------------------------	-------------------------	---	--	---

PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

11.	Zakład Ubezpieczeń Społecznych Oddział we Włocławku	Poradnictwo z zakresu zabezpieczenia społecznego. ad. 1. Porady dla osób zadłużonych z tytułu składek lub nienależnie pobranych świadczeń.	ul. Rocka 167 (Sala Obsługi Klientów) Włocławek		trzeci poniedziałek każdego miesiąca 15.00-18.00		Osoby ubezpieczone i płatnicy składek i świadczeniobiorcy. Kontakt: osobisty.
		Poradnictwo z zakresu świadczeń emerytalno-rentowych.	Plac Wolności 18/19 Włocławek		trzeci poniedziałek każdego miesiąca 15.00-17.00		
12.	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: pomoc techniczna, składki, renty, emerytury.		22 560-16-00	od poniedziałku do piątku 07.00-18.00	www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obstuqi-telefonicznej-cot cot@zus.pl	Adresatami porad są ubezpieczeni, płatnicy, lekarze. Kontakt: telefoniczny.

PRAWO PRACY

13.	Państwowa Inspekcja Pracy Oddział we Włocławku	Porady służące ograniczeniu zagrożeń dla życia i zdrowia pracowników oraz pracodawców a także przestrzegania prawa pracy.	ul. Piekarska 16a I piętro, pok.107	Kontakt osobisty	od poniedziałku do piątku w godz. 08.00-14.00	www.bip.pip.gov.pl/pl/bip/porady_wszystkie	Pracownicy i pracodawcy. Kontakt: osobisty lub
			Włocławek				telefoniczny.
14.	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy	Porady z zakresu prawa pracy.	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa	801 002 006 infolinia 459-599-000	od poniedziałku do piątku w godz. 09.00-15.00	www.bip.pip.gov.pl kancelaria@gjp.pip.gov.pl	Porady skierowane są do pracowników i pracodawców. Kontakt: telefoniczny

DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

15.	Sąd Rejonowy	Porady dotyczące potrzeb i praw w przypadku pokrzywdzenia przestępstwem świadczone w ramach realizacji Programu pn. „Tydzień Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przestępstwem”.	ul. Kilińskiego 20 Włocławek		Luty każdego roku	www.wloclawek.sr.gov.pl	Osoby pokrzywdzone przestępstwem oraz ich rodziny. Kontakt: osobisty.

16.	Fundacja Dies Mei	Poradnictwo dotyczące praw i uprawnień dla osób pokrzywdzonym przestępstwem. Wsparcie psychologiczne i prawne.	ul. Kościuszki 26 Włocławek	663 585 259	poniedziałek-wtorek 8.30-15.30 środa, czwartek, piątek 14.00-21.00 sobota 10.00-14.00		Osoby pokrzywdzone przestępstwem oraz ich rodziny, kontakt: osobisty lub telefoniczny
PRAWA PACJENTA							
17.	Narodowy Fundusz Zdrowia Delegatura we Włocławku	Poradnictwo m.in. z zakresu udzielania świadczeń gwarantowanych w danych specjalnościach, kolejek oczekujących na świadczenia zdrowotne, zaopatrzenie w wyroby medyczne oraz wszystkie informacje dot. służby zdrowia.	ul. Kilińskiego 16 Włocławek	800 190 590 infolinia	od poniedziałku do piątku w godz. 08.00-16.00	www.nfz-bydgoszcz.pl	Pacjenci korzystający z usług zdrowotnych refundowanych z NFZ. Kontakt: osobisty
18.	Rzecznik Praw Pacjenta	Poradnictwo z zakresu ochrony praw pacjenta.	Biuro RPP ul. Młynarska 46 01- 171 Warszawa	800 190 590 Bezpłatna infolinia 22 532-82-43	od poniedziałku do piątku 08.00- 18.00	www.rpp.gov.pl kancelaria@rpp.gov.pl	Z porad może korzystać każdy, kto ma poczucie łamania jego praw. Kontakt: osobiście telefoniczny, pocztą elektroniczną: rezerwacia@rpp.gov.pl
19.	Narodowy Fundusz Zdrowia - Centrala	Poradnictwo w zakresie uprawnień ubezpieczenia zdrowotnego: prawa pacjenta, leczenie w kraju, poza granicą kolejki do świadczeń.	ul. Grójecka 186 02-390 Warszawa	22 572-60-42	od poniedziałku do piątku 08.00- 18.00	www.nfz.gov.pl infolinia@nfz.gov.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym. Kontakt: osobisty lub telefoniczny.
		telefoniczna infolinia dla pacjenta		800 190 590 infolinia	24 godziny na dobę, przez 7 dni w tygodniu		Kontakt: telefoniczny

PRAWO KONSUMENCKIE							
20.	Miejski Rzecznik Konsumentów	Porady w szerokim zakresie i tematyce oraz w wielu dziedzinach prawa, dot. ochrony praw konsumenta.	Urząd Miasta Włocławek ul.3-go Maja 22 pok. nr 10 Włocławek	54 414-43-05	pon. 07.30-15.30 wt. 07.30-17.00 śr. 07.30-15.30 czw. 07.30-15.30 pt. 07.30-14.00	kwatkowska(3).um.wloclawek.pl	Konsumenti, mieszkańcy miasta Włocławka. Kontakt: osobisty lub
						@rzecznik.konsumentow.wloclawek.p.l	telefoniczny lub pocztą elektroniczną.
21.	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich.	Plac Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	801-440-220 infolinia	od poniedziałku do piątku 08.00-18.00	www.uokik.gov.pl	Prawo konsumenckie. Kontakt: telefoniczny.
				22 290-89-16			
DLA OSÓB BEZROBOTNYCH							
22.	Powiatowy Urząd Pracy	Porady z zakresu zatrudnienia i spraw osób bezrobotnych oraz instytucji rynku pracy.	ul. Kapitulna 24 pok. nr 26 (II piętro) Włocławek	54 234-00-89 lub	czwartek, piątek od 13.00 do 14.00		Bezrobotni, pracodawcy. Kontakt: osobisty lub telefoniczny.
				90 wew. 37			
23.	Infolinia Urzędów Pracy „Zielona Infolinia”	Informacje o usługach urzędów pracy.	Centrum Informacyjno-Konsultacyjne ul. Ciepta 20 15-472 Białystok	22-19 524	od poniedziałku do piątku 08.00-18.00	www.zielonalinia.gov.pl	Mogą korzystać: Zarejestrowani, poszukujący pracy, pracodawcy. Kontakt: telefoniczny.
						biuro@zielonalinia.gov.pl	
PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ I POZOSTAŁEJ							
24.	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”	Poradnictwo w zakresie wsparcia, pomocy psychologicznej, informacji o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej.	Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa	800 120 002	od poniedziałku do soboty 08.00-22.00 niedziela i święta 08.00-16.00	www.niebieskalinia.info	Dla osób doświadczających przemocy domowej. Kontakt: telefoniczny.
				Bezpłatna infolinia		biuro@niebieskalinia.info	

25.	Rzecznik Praw Dziecka - dziecięcy telefon zaufania	Poradnictwo w zakresie ochrony praw dziecka.	Biuro RPD ul. Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa	800 121 212 Bezpłatna infolinia 22 583-66-00	od poniedziałku do piątku 08.15- 20.00 od poniedziałku do piątku 08.15- 16.15	www.brpd.gov.pl rpd@brpd.gov.pl	Sprawy przemocy relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest jego świadkiem. Kontakt: telefoniczny.
PRAWO PODATKOWE							
26.	Krajowa Informacja Skarbowa	Informacje podatkowe dot. mi.in. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza.	ul. Teodora Sixta 17 43-300 Bielsko-Biała	22 330-03-30 801055 055 infolinia	od poniedziałku do piątku 07.00- 18.00	www.kis.gov.pl www.poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-kraiowa-informacja-podatkowa	Z porad może skorzystać każdy podatnik. Kontakt: telefoniczny.
DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO							
27.	Rzecznik Finansowy, (ubezpieczonych)	Informacje w zakresie prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87 02- 001 Warszawa	1/ubezpieczenia gospodarcze 22 333 73 28 2/ubezpieczenia społeczne OFE, programy emerytalne, indywidualne konta emerytalne 22 333 73 26 22 333 73 27	od poniedziałku do piątku 08.00- 18.00 od poniedziałku do piątku 11.00- 15.00	www.rf.gov.pl/kontakt poradv(a)rf.gov.pl biuro(3).rf.gov.pl	Z porad może skorzystać każdy podmiot. Kontakt: telefoniczny.

				3/ ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego 22 333 73 25	od poniedziałku do piątku 08.00-16.00		
POZOSTAŁE INFORMACJE							
28.	Rzecznik Praw Obywatelskich	Poradnictwo w zakresie ochrony Praw Obywatelskich	Biuro RPO AL Solidarności 77 00-090 Warszawa	800 676 676 Bezpłatna infolinia	poniedziałek 10.00-18.00 od wtorku do piątku 08.00-16.00	www.rpo.gov.pl biurorzecznika@brpo.gov.pl	Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone. Kontakt: telefoniczny.

CZĘŚĆ II: NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA							
	PROWADZĄCY	ADRES	DNI I GODZINY DYŻURU	SPECJALIZACJA	LOKAL DOGODNY DLA OSÓB NA WÓZKACH INWALIDZKICH	DANE KONTAKTOWE	WWW
1.	Porady udzielane są przez radców prawnych	ul. Mechaników 1 Włocławek	pn.-pt. 15.00-19.00	Prawo rodzinne w poniedziałki w godzinach 15.00 - 19.00	Lokal nie jest przystosowany dla potrzeb osób z niepełnosprawnościami	Informacje i zapisy telefonicznie: poniedziałek 07:30 – 15:30 wtorek 07:30 – 17:00 środa 07:30 – 15:30 czwartek 07:30 – 15:30 piątek 07:30 – 14:00 tel.:54 414-49-20,	https://bip.um.wlocl.pl/nieodplatna-pomoc-prawna/ https://www.wloclawek.eu/strona-3504-nieodplatna_pomoc_prawna.html
2.	Porady udzielane są przez adwokatów	ul. Leśna 1A Włocławek	pn.-pt. 14.00-18.00	bez specjalizacji	Lokal jest przystosowany dla potrzeb osób z niepełnosprawnościami	Informacje i zapisy telefonicznie: poniedziałek 07:30 – 15:30 wtorek 07:30 – 17:00 środa 07:30 – 15:30 czwartek 07:30 – 15:30 piątek 07:30 – 14:00 tel.:54 414-49-20,	https://bip.um.wlocl.pl/nieodplatna-pomoc-prawna/ https://www.wloclawek.eu/strona-3504-nieodplatna_pomoc_prawna.html
3.	Punkt obsługiwany przez organizację pozarządową - Pomorską Fundację Rozwoju, Kultury i Sztuki z Torunia Porad udzielają radcy prawni i adwokaci	ul. Żabia 12a Włocławek	pn.-pt. 08.30-12.30	Prawo rodzinne we wtorki w godzinach 8.30 - 12.30	Lokal przystosowany jest do potrzeb osób z niepełnosprawnościami	Informacje i zapisy telefonicznie: poniedziałek 07:30 – 15:30 wtorek 07:30 – 17:00 środa 07:30 – 15:30 czwartek 07:30 – 15:30 piątek 07:30 – 14:00 tel.:54 414-49-20,	https://bip.um.wlocl.pl/nieodplatna-pomoc-prawna/ https://www.wloclawek.eu/strona-3504-nieodplatna_pomoc_prawna.html
4.	Punkt obsługiwany przez organizację pozarządową- Pomorską Fundację Rozwoju, Kultury i Sztuki z Torunia Porad udzielają radcy prawni i adwokaci	ul. Długa 28 Włocławek	pn.-pt. 13.00-17.00	Prawo spadkowe we wtorki, w godzinach 13.00 - 17.00	Lokal przystosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnościami	Informacje i zapisy telefonicznie: poniedziałek 07:30 – 15:30 wtorek 07:30 – 17:00 środa 07:30 – 15:30 czwartek 07:30 – 15:30 piątek 07:30 – 14:00 tel.:54 414-49-20,	https://bip.um.wlocl.pl/nieodplatna-pomoc-prawna/ https://www.wloclawek.eu/strona-3504-nieodplatna_pomoc_prawna.html