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

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **NAZWA JEDNOSTKI** | **ZAKRES**  **PORADNICTWA** | **ADRES** | **TELEFON odpłatność połączeń** | **DOSTĘPNOŚĆ**  **dni i godziny** | **WWW**  **e-mail** | **KRYTERIA DOSTĘPU** |
| **RODZINNE** | | | | | | | |
|  | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ełku | prawne | Ełk,  Ul. Piłsudskiego 5 | 87 621 15 50 | Wtorki i czwartki  7:00-15:00 | [www.pcpr.elk.pl](http://www.pcpr.elk.pl) | Świadczeniobiorcy PCPR w Ełku i inni zgłaszający się mieszkańcy powiatu ełckiego; |
| **PSYCHOLOGICZNE, PEDAGOGICZNE** | | | | | | | |
|  | Powiatowe Centrum Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej w Ełku |  | Ul. M.Kajki 8,  Ełk | 87 610 27 47  (wg cennika operatora) | Sekretariat PCPP-P w Ełku  Czynny:  Poniedziałek:  7:00-17:00  Wtorek-czwartek:  7:00-16:00  Piętek:  7:00-13:00 | [www.ppp.elk.edu.pl](http://www.ppp.elk.edu.pl/?fbclid=IwAR1U9dFHdz0oVaobhq0lCDrDgWRM0qBNfd_3O1nW4c2kd3xGVreRFHNRwrI) |  |
|  | 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 | Dla osób będących w kryzysie  psychicznym |
| **POMOC SPOŁECZNA** | | | | | | | |
|  | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ełku | prawne | Ełk,  Ul. Piłsudskiego 5 | 87 621 15 50 | Wtorki i czwartki  7:00-15:00 | [www.pcpr.elk.pl](http://www.pcpr.elk.pl) | Świadczeniobiorcy PCPR w Ełku i inni zgłaszający się mieszkańcy powiatu ełckiego; |
|  | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Ełku | Psycholog;  Pedagog/logopeda;  Specjalista ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie;  Specjalista ds. uzależnień;  Radca prawny;  Psycholog dziecięcy;  Psycholog/traumatolog. | Ełk,  ul. Piłsudskiego 8, | 87 732 67 18 | - Poniedziałek  w godz. 8:00-16:00,  - wtorek-piątek  w godz. 7:00-15:00 | [sekretariat@mops.pl](mailto:sekretariat@mops.pl)  [www.mopselk.nasz](http://www.mopselk.nasz) | Pomoc dostępna dla osób z rodzin i terenu miasta Ełku |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w:  Ełku |  | ……………………………..…  Ełk, ul. Kościuszki 28a | ………………………….…….  87 619 45 51  87 619 45 52 | ……………………..………  Pn.  7:15-15:15  Wt.  8:-18  Śr.-pt.  7:15-15:15 | ………………………..……  [gops-elk@elknet.pl](mailto:gops-elk@elknet.pl) | ………………………..……..  Mieszkańcy gminy ełk |
|  | Dom Św. Ojca Pio Caritas Diecezji Ełckiej |  | Ełk, ul. Kościuszki 27 | Tel.  87 629 02 60;  504 070 405 |  |  | Kobiety, mężczyźni i dzieci;  Hostel/noclegownia; |
| **ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ** | | | | | | | |
|  | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w:  Kalinowo  Prostki  St.Juchy  Ełk- gmina  Ełk- Miasto |  | Plac 500-lecia 4  19-330 Stare Juchy  ul. Mazurska 11  19-314 Kalinowo  ul. 1 Maja 44B  19-335 Prostki  ul. Marsz J. Piłsudskiego 4  19-300 Ełk  ul. T. Kościuszki 28A  19-300 Ełk | tel. /fax. (0-87) 619 90 53,  619 90 71  tel. 87/629 84 15; 87/621 87 60  fax. 87/621 87 77  87 6112012  87 6112079  tel.(87) 619 45 00       (87) 619 45 50  fax. (87)619 45 01  tel. 87 73-26-000  fax 87 73-26-230 | w godz. pracy urzędów |  |  |
| **PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ** | | | | | | | |
|  | Punkt Konsultacyjny dla osób doświadczających przemocy w rodzinie przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Ełku | Psycholog;  Pedagog/logopeda;  Specjalista ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie;  Specjalista ds. uzależnień;  Radca prawny;  Psycholog dziecięcy;  Psycholog/traumatolog. | Ełk,  ul. Piłsudskiego 8,  I piętro pok. 11 | 87 732 67 22 | - Poniedziałek  w godz. 8:00-16:00,  - wtorek-piątek  w godz. 7:00-15:00  Zapisy w pok.11 codziennie 9:00-15:00 lub bezpośrednio u specjalisty. | sekretariat@mops.pl | Pomoc dostępna dla osób z rodzin i terenu miasta Ełku  Bez względu na posiadany dochód. |
|  | Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „ Niebieska linia” | - wsparcie  - pomoc psychologiczna,  - informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej | Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych  Al. Jerozolimskie 155  02-326 Warszawa | 800 120 002  Bezpłatna infolinia | pn. – sob.  godz. 08.00–22.00  ndz. i święta  godz. 08.00–16.00 | www.niebieskalinia.info  biuro@niebieskalinia | Dla osób doświadczających przemocy domowej |
| **INTERWENCJA KRYZYSOWA** | | | | | | | |
|  | Gminny Zespół Zarządzania Kryzysowego  Kalinowo  Prostki  St.Juchy  Ełk- gmina  Ełk- Miasto |  | Plac 500-lecia 4  19-330 Stare Juchy  ul. Mazurska 11  19-314 Kalinowo  ul. 1 Maja 44B  19-335 Prostki  ul. Marsz J. Piłsudskiego 4  19-300 Ełk  ul. T. Kościuszki 28A  19-300 Ełk | tel. /fax. (0-87) 619 90 53,  619 90 71  tel. 87/629 84 15; 87/621 87 60  fax. 87/621 87 77  87 6112012  87 6112079  tel.(87) 619 45 00       (87) 619 45 50  fax. (87)619 45 01  tel. 87 73-26-000  fax 87 73-26-230 | w godz. pracy urzędów |  |  |
|  | Ośrodek Interwencji Kryzysowej | Ośrodek Interwencji Kryzysowej realizuje swoje zadania poprzez:  prowadzenie poradnictwa informacyjno-konsultacyjnego;  prowadzenie działalności profilaktyczno-edukacyjnej;  współprace z instytucjami pracującymi na rzecz rodziny w zakresie poradnictwa;  prowadzenie psychoterapii indywidualnej;  prowadzenie działalności terapeutycznej dla ofiar przemocy w rodzinie.  prowadzenie hotelu, w tym wyodrębnionego pokoju dla kobiety w ciąży i matki z dzieckiem | 19-300 Nowa Wieś Ełcka  Ul. Lipowa 1 | 87 619 77 70 |  | [dpsnwe@fantex.pl](mailto:dpsnwe@fantex.pl) | Dla osób z powiatu ełckiego |
|  | Centralne Zarządzanie Kryzysowe | Monitorowanie bezpieczeństwa | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa  Rakowiecka 2A  00-993 Warszawa | **Całodobowy dyżur:** [(22) 361 69 00](tel:222365900)  (22)  785 700 177  e-mail:  dyzurny@rcb.gov.p | **24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu** | http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/  poczta@rcb.gov.pl | Świadek zagrożenia kryzysowego  Osoba poszukująca informacji na temat  zarządzania kryzysowego |
| **DLA OSÓB BEZROBOTNYCH** | | | | | | | |
|  | Powiatowy Urząd Pracy  W Ełku | Udzielanie pomocy bezrobotnym, poszukującym pracy, pracodawcom poszukującym pracowników, | Ul. Suwalska 38  Ełk | Tel. 87 629 02 00  Fax. 87 629 02 04 | Pn-pt  7:40-15:00 | [olek@praca.gov.pl](mailto:olek@praca.gov.pl)  [sekretariat@pup.elk.pl](mailto:sekretariat@pup.elk.pl) | Mogą korzystać:  - zarejestrowani  -poszukujący pracy  - pracodawcy  Z terenu powiatu ełckiego87 |
|  | Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia | Pod tym numerem udzielane są  informacje o usługach urzędów pracy. | Urząd Pracy.  Ciepła 20 .  15-472 Białystok. | 19 524  (z Polski)  +48 22 19524  (z zagranicy)  Koszt zgodnie z taryfą operatora. | pn.- pt.  godz. 08.00-18.00 | www.zielonalinia.gov.pl  biuro@zielonalinia.gov.pl | Mogą korzystać:  - zarejestrowani  -poszukujący pracy  - pracodawcy |
| **Prawne** | | | | | | | |
|  | Urząd Gminy Stare Juchy | **Prawne**  **Z każdego zakresu**  - po umówieniu się telefonicznym. | Pl. 500-lecia 4  19-330 Stare Juchy | 87 619 90 53 | Poniedziałek  12:00-15:00 | ug@stare-juchy.pl | Mieszkańcy gminy Stare Juchy |
| **DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM** | | | | | | | |
|  | **Ministerstwo Sprawiedliwości Departament Funduszu Sprawiedliwości** | Wsparcie informacyjne, psychologiczne,  prawne i finansowe | Al. Ujazdowskie 11 00-567 Warszawa | (22) 23 90 742 | pn.- pt.  godz.08.15-16.15 | funduszsprawiedliwosci.gov.pl 2019  www.pokrzywdzeni.gov.pl  funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl | Osoby pokrzywdzone przestępstwem  i ich osoby bliskie |
|  | **Centrum Aktywności Społecznej „Pryzmat”** | Ełk,  ul. J. Piłsudskiego 8 | TEL.:  **883 240 678**,  dyżur całodobowy   7 dni w tygodniu | Poniedziałek 12.00 - 20.00  Wtorek 9.00 - 16.00  Środa 9.00 - 16.00  Czwartek 9.00 - 16.00  Piątek 9.00 - 16.00  Sobota 8.00 - 12.00 |  |
| **PRAWO KONSUMENCKIE** | | | | | | | |
|  | Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów  W Ełku | Poradnictwo konsumenckie | Ełk,  Ul.Piłsudskiego 4  II.piętro  Pok. 394A | 87 621 83 22  Kom. 783 883 999 | Pn-pt  7:30-15:30 | [rzecznik@powiat.elk.pl](mailto:rzecznik@powiat.elk.pl)  gg: 1840107 | Prawo konsumenckie,  Mieszkańcy powiatu ełckiego |
|  | Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów | Ochrona praw konsumenckich | UOKiK  Pl. Powstańców Warszawy 1  00-950 Warszawa | Infolinia konsumencka  (prowadzona przez Federację Konsumentów)  801 440 220  22 290 89 16  Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora | pn.- pt.  godz. 08.00-18.00 | https://www.uokik.gov.pl/  porady@dlakonsumentow.pl | Prawo konsumenckie |
| **PRAWA PACJENTA** | | | | | | | |
|  | Rzecznik Praw Pacjenta przy Warmińsko-Mazurskim Oddziale Narodowego Funduszu Zdrowia | Ochrona praw pacjenta | Olsztyn,  Ul. Żołnierska 16,  Ełk ul. Chopina | 089 539 97 93  (w Olsztynie) | W Olsztynie:  Poniedziałek  10:00-18:00,  Wt-pt  8:00-16:00.  W 3 i 4 środę miesiąca  RPP przyjmuje odpowiednio w Delegaturze WM OW NFZ w Elblągu i w Ełku | ewa.szuba@nfz-olsztyn.pl | Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta |
|  | Rzecznik Praw Pacjenta | Ochrona praw pacjenta | Biuro RPP  ul. Młynarska 46. 01-171 Warszawa | 800 190 590  Bezpłatna infolinia  Zapisy na poradę osobistą:  rezerwacja@rpp. gov.pl lub (22) 532 82 43 | pn. - pt.  godz. 08.00-20.00 | https://www.bpp.gov.pl  kancelaria@rpp.gov.pl | Z porad może korzystać 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 | Narodowy Fundusz Zdrowia  Grójecka 186  02-390 Warszawa | **Infolinia Centralna**  **800 392 976 (\*)**  **22 572 60 42 (\*\*)**  (\*) połączenia bezpłatne  **(\*\*)** koszt zgodnie z taryfą operatora  **Także każdy oddział NFZ posiada własną infolinię** | **pn.- pt.**  **godz. 08.00-16.00** | http://www.nfz.gov.pl  infolinia@nfz.gov.pl | Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym |
|  | Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych | Ochrona praw  osób niepełnosprawnych | SIEDZIBA  ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa  Telefon  (22) 461 60 00  KORESPONDENCJA  Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa | **801 801 015**  Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora | pn.-pt.  godz. 08.00-17.00 | http://www.niepelnosprawni.gov.pl  sekretariat.bon@mrpips.gov.pl | Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych |
|  | 3.**Rzecznik Praw Dziecka** – dziecięcy telefon zaufania . | Ochrona praw dziecka | Biuro RPD  Przemysłowa 30/32  00-450 Warszawa  **tel.**: (22) 583 66 00 .  **fax.**: (22) 583 66 96.  pn.-pt.  godz.08.15-16.15. | 800 121 212  Bezpłatna infolinia | pn.- pt. godz.  08.15-20.00.  (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią) | https://brpd.gov.pl  rpd@brpd.gov.pl | Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych.  Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem. |
| **PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH** | | | | | | | |
|  | Infolinia Zakładu Ubezpieczeń Społecznych w Ełku | Zakres informacji:  - pomoc techniczna  - składki  - renty  - emerytury | Ełk,  Ul. Wojska Polskiego 73 | 22 560 16 00  Koszt wg. cen oeratora | Pn.  8:00-15:00  Wt-pt  8:00-15:00 |  | Mieszkańcy powiatu Ełckiego |
|  | Centrum Obsługi Telefonicznej  Zakładu Ubezpieczeń Społecznych | Zakres informacji:  - pomoc techniczna  - składki  - renty  - emerytury | **Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w**[Centrum Obsługi Telefonicznej](http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-)**lub podczas wizyty osobistej w placówce jak wyżej.**  Nr centrali :  (22) 667 10 00. | (22) 560 16 00  Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. | **pn. – pt.**  **godz. 07.00 – 18.00** | http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-  cot@zus.pl | Adresaci porad:  - ubezpieczeni  - płatnicy  - lekarze |
| **PRAWO PRACY** | | | | | | | |
|  | Okręgowy Inspektorat Pracy w Olsztynie  Oddział w Ełku | Porady z zakresu prawa pracy. | Ełk,  Ul. Mickiewicza 15 |  | Pn-pt  8:00-14:00 | [www.olsztyn.pip.gov.pl](http://www.olsztyn.pip.gov.pl) |  |
|  | 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 fax. 22 391 82 14 | 801 002 006  (dla tel. stacj.)  459 599 000  (dla tel. kom.)  22 391 83 60  (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP)  Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. **Uwaga!!!** naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie . |  | www.bip.pip.gov.pl,  kancelaria@gip.pip.gov.pl |  |
| **PRAWO PODATKOWE** | | | | | | | |
|  | Urząd Skarbowy w  W Ełku | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc. | Ełk,  Ul. Wojska Polskiego 67 | 87 610 41 00  87 610 55 35  87 621 65 54  Fax 87 521 30 69 |  | us@mf.gov.pl |  |
|  | Krajowa Informacja Skarbowa | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc. | ul. Teodora Sixta 17,  43-300 Bielsko-Biała | 801 055 055 (  ( z tel. stacjonarnych.  ( (22) 330 03 30  Z z tel. komórkowych.  + 48 (22)33 00 330  ( z tel. zagranicznych.  Koszt zgodnie z taryfą operatora | pn.- pt.  godz. 07.00-18.00 | 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** | | | | | | | |
|  | Rzecznik Finansowy.  (Ubezpieczonych) | Prawa ubezpieczonych | Biuro Rzecznika 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** | **pn.-pt.**  **godz. 08.00-18.00**  **pn.-pt.**  **godz.11.00-15.00**  **pn.-pt.**  **godz. 08.00-16.00** | **Porady** **e-mail:** porady@rf.gov.pl  (czas oczekiwania na odpowiedz  e-mailową ok.2 tygodni)  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](https://obywatel.gov.pl/) portal Ministerstwa Cyfryzacji | | |
|  | Rzecznik Praw Obywatelskich | Ochrona praw obywatelskich | Biuro RPO  Al. Solidarności 77.  00-090 Warszawa | 800 676 676 .  Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych | * pon. * godz. 10.00-18.00   wt.- pt.  godz. 08.00-16.00 | https://www.rpo.gov.pl  biurorzecznika@brpo.gov.pl | Może zgłosić się każdy, kto uważa,  że jego prawa są naruszone |