

LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

NAZWA JEDNOSTKI	ADRES JEDNOSTKI	DNI I GODZINY DZIAŁALNOŚCI	DANE KONTAKTOWE	ZAKRES PORADNICTWA	KRYTERIA DOSTĘPU
JEDNOSTKI OGÓLNOKRAJOWE I WOJEWÓDZKIE					
Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	Godz. pracy urzędu: Pn.-pt. : 8.00-18.00	Infolinia konsumencka 801 440 220 oraz 22 290 89 16 (pn.-pt:8.00-18.00) https://www.uokik.gov.pl/	ochrona praw konsumenckich	dla osób zainteresowanych zagadnieniami z zakresu ochrony praw konsumenta
Centrum Informacji Konsumentckiej przy Urzędzie Komunikacji Elektronicznej		Pn.-pt.:8.15.-16.15	Infolinia 801 900 853 lub 22 534 91 74	porady dla konsumentów w zakresie usług telekomunikacyjnych i pocztowych	dla osób zainteresowanych zagadnieniami z zakresu ochrony praw konsumenta
Państwowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy w Lublinie	Al. Piłsudskiego 13, 20-011 Lublin	Godz. pracy urzędu Pn.-pt. : 7.30.-15.30 Osobiste porady prawne: Al. Piłsudskiego 13, pok.nr 1 Pon.: 9.00-18.00 Wt. - pt.: 9.00-15.15	e-mail: kancelaria@lublin.pip.gov.pl https://lublin.pip.gov.pl/pl Porady telefoniczne udzielane są wyłącznie przez Centrum Poradnictwa Państwowej	poradnictwo z zakresu prawa pracy i bhp	dla osób zainteresowanych zagadnieniami z zakresu prawa pracy
Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa		Inspekcji Pracy w godz.9.00- 15.00 dla numerów stacjonarnych: 801 002 006 dla numerów komórkowych: 459 599 006 801 002 006- dla tel. stacjonarnych 459 599 000- dla tel. komórkowych strona internetowa: www./bip.pip.gov.pl	poradnictwo z zakresu prawa pracy	dla osób zainteresowanych zagadnieniami z zakresu prawa pracy
Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu	klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników	Pon.-pt. 7.00-18.00	Infolinia 22 560 16 00 e-mail:	zakres informacji: pomoc techniczną, składki, renty, emerytury	dla osób zainteresowanych zagadnieniami

Ubezpieczeń Społecznych	w Centrum Obsługi Telefonicznej 22 560 16 00		cot@zuz.pl		z zakresu ubezpieczeń społecznych
Zakład Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Lublinie	ul. T. Żana 36-38c 20-601 Lublin	Poniedziałek: 8.00.-18.00	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w Centrum Obsługi Telefonicznej 22 560 16 00	zadania z zakresu ubezpieczeń społecznych	dla osób zainteresowanych zagadnieniami z zakresu ubezpieczeń społecznych
Infolinia Urzędów Pracy- Zielona Infolinia	Urząd Pracy Ciepła 20 15-472 Białystok	Pn.-pt.: 8.00-18.00	19 524 (z Polski) +48 22 19524 (z zagranicy) e-mail: biuro@zielonalinia.gov.pl www.zielonalinia.gov.pl	usługi z zakresu pośrednictwa pracy, poradnictwa zawodowego, informacji zawodowej ,pomocy w aktywnym poszukiwaniu pracy, organizacja szkoleń	Mogą korzystać: -zarejestrowani -poszukujący pracy -pracodawcy
Rzecznik Finansowy	Biuro Rzecznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87 02-001 Warszawa a	Pn.-pt.: 8.00-18.00	Dyżury telefoniczne: 22 333 73 28- ubezpieczenia gospodarcze	wspieranie klientów w sporach z podmiotami rynku finansowego	dla osób będących w sporach z podmiotami rynku finansowego; zapytania drogą elektroniczną: porady@rf.gov.pl
		Pn.-pt.: 11.00-15.00	22 333 73 26 lub 22 333 73 27 - OFE, Pracownicze Programy Emerytalne, indywidualne konta emerytalne		
		Pn.-pt.: 8.00-16.00	22 333 73 25 -banki i inne podmioty rynku kapitałowego		
		Pn.-pt.: 8.00-16.00	Ubezpieczenia Społeczne, OFE,ZUS 22 333 73 26 22 333 73 27		
		Pn.-pt.: 8.00-16.00	Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego 22 333 73 25		
Krajowa Informacja Skarbowa	ul. Teodora Sixta 17 43-300 Bielsko-Biała	Pn.-pt.: 7.00-18.00	Infolinia: 801 055 055-z tel. stacjonarnych	poradnictwo w zakresie podatków	z porad może skorzystać każdy podatnik

Rzecznik Praw Obywatelskich	Biurowo RPO Al. Solidarności 77 00-090 Warszawa	Przyjęcia interesantów Pn.: 9.00-17.00 Wt.-pt.: 9.00-15.00	22 330 03 30-z tel. komórkowych Adres strony internetowej: www.kis.gov.pl Bezpłatna infolinia: 800 676 676 Pn.: 10.00-18.00 Wt.-pt.: 8.00-16.00 e-mail: biurozrecznika@brpo.gov.pl www.rpo.gov.pl	centralny organ stojący na straży wolności i praw człowieka i obywatela, w tym realizacji zasady równego traktowania, bada czy na skutek działania lub zaniechania organów władzy publicznej nie nastąpiło naruszenie prawa, zasad współżycia i sprawiedliwości społecznej oraz czy nie doszło do aktów dyskryminacji.	każdy kto uważa, że jego prawa zostały naruszone
	Urząd Miasta w Lublinie Pl. Łokietka 1 sala nr 3	w każdy ostatni piątek miesiąca w godz. 10.00-15.00		osobiście -punkt przyjęć interesantów RPO Lublin	
Rzecznik Praw Dziecka	Biurowo RPD ul. Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa	Biurowo RPD czynne w godz.: pn.-pt.: 8.15-16.15	tel. 22 583 66 00 Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka 800 12 12 12 Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.15 do 20.00. Każdy, kto zadzwoni po godzinie 20.00 lub w dni wolne od pracy może przedstawić swój problem i zostawić numer kontaktowy. Adres poczty elektronicznej: rpd@brpd.gov.pl	działania na rzecz zapewnienia dziecku pełnego i harmonijnego rozwoju. Wypełnienie tych zadań wymaga ochrony dziecka przed wszelkimi objawami przemocy, okrucieństwa, wyzysku a także przed demoralizacją, zaniedbaniem i innymi formami niewłaściwego traktowania.	dla osób, których dotyczy sprawy przemocy, problemy w relacjach rówieśniczych, szkolnych, rodzinnych
Rzecznik Praw Pacjenta	Biurowo RPP ul. Młynarska 46 01-171 Warszawa	Pn.- pt.: 8.00-20.00	Bezpłatna infolinia Pn.-pt.: 9.00-21.00 800 190 590 Zapisy na poradę osobistą: rezerwacja@rpp.gov.pl lub	ochrona praw pacjenta, funkcjonowanie systemu ochrony zdrowia w Polsce	wszyscy którzy chcą uzyskać szybką, kompleksową i przejrzystą informację dotyczącą praw pacjenta

			22 532 82 43 Adres e-mail: kancelaria@rpp.gov.pl www.bpp.gov.pl Infolinia 801 801 015 e-mail: sekretariat.bon.@mripis.gov.pl www.niepelnosprawni.gov.pl			oraz funkcjonowania systemu ochrony zdrowia w Polsce.
Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Biuro Pełnomocnika Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych ul. Żurawia 4A 00-503 Warszawa Telefon: (22) 461 60 00 Adres korespondencyjny Biura: Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej Biuro Pełnomocnika Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych ul. Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	Pn.-pt.: 8.00-17.00		ochrona praw osób niepełnosprawnych	dla osób niepełnosprawnych, ich rodzin oraz organizacji działających na rzecz osób niepełnosprawnych	
Narodowy Fundusz Zdrowia Centrala	ul. Grójecka 186 02-390 Warszawa	Pn.-pt.: 8.00-16.00	Infolinia centralna 800 392 976- połączenia bezpłatne 22 572 60 42-wg. stawek operatora Także każdy Oddział NFZ posiada własną infolinię. www.nfz.gov.pl E-mail: infolinia@nfz.gov.pl	poradnictwo w zakresie ochrony zdrowia i udzielania świadczeń zdrowotnych	każda osoba objęta lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym	
Narodowy Fundusz Zdrowia Lubelski Oddział Wojewódzki	ul. Szkolna 16 20-124 Lublin	Pn.-pt.: 8.00-16.00	tel. 81 53-10-500 do 502 fax 81 53-10-528 tel. portierni: 81 53-10-521	poradnictwo w zakresie ochrony zdrowia i udzielania świadczeń zdrowotnych		

w Lublinie			www.nfz-lublin.pl e-mail: info@nfz-lublin.pl			
Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”	Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa	Pn.-sob.: 8.00-22.00 Niedziele i święta 8.00-16.00	Bezpłatna infolinia 800 120 002 e-mail: niebieskalinia@niebieskalinia.info	wsparcie, pomoc psychologiczna, informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej	dla osób doświadczających przemocy domowej	
Pomarańczowa Linia		Pn.-pt.: 14.00-20.00	Infolinia: 801 14 00 68 e-mail: pomoc@pomaranczowalinia.pl www.prom.org.pl	program informacyjny - konsultacyjny dla rodziców dzieci pijących alkohol i zażywających narkotyki, pomoc w dotarciu do specjalistycznych placówek zajmujących się tego rodzaju problematyką	dla rodziców dzieci pijących alkohol i zażywających narkotyki	
Kryzysowy telefon zaufania. Telefon jest prowadzony przez Instytut Psychologii Zdrowia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego w Warszawie		Codziennie w godz.: 14.00-20.00	116 123	bezpłatne poradnictwo psychologiczne dla osób dorosłych będących w kryzysie emocjonalnym, potrzebujących wsparcia i porady psychologicznej	osoby doświadczające kryzysu emocjonalnego, potrzebujące wsparcia psychologicznego	
Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego		Bezpłatna infolinia działa 24 godziny przez 7 dni w tygodniu	800 70 2222 E-mail: porady@liniawsparcia.pl www.liniawsparcia.pl	wsparcie i pomoc dla osób będących w kryzysie psychicznym	dla osób będących w stanie kryzysu psychicznego	
JEDNOSTKI FUNKCJONUJĄCE NA TERENIE POWIATU KRAŚNICKIEGO						
Powiatowy Rzecznik Konsumenta	ul. Szpitalna 2A	Pn.-Czw.: 10.00-15.30 Pt.: 10.00-15.00	tel. 81 826 18 04	ochrona praw konsumentów	mieszkańcy powiatu kraśnickiego	
Powiatowy Urząd Pracy	Al. Niepodległości 20	Interesanci obsługiwani są w godzinach:	Tel/fax..81 826-18-23 e-mail :	poradnictwo zawodowe, w zakresie przeciwdziałania bezrobociu	osoby bezrobotne, poszukujące pracy	

		pon. 8.00 – 14.45 wt.: 8.00 – 15.15 śr.: 8.00 – 14.45 czw. 8.00 – 14.45 pt.: 8.00 – 14.30	sekretariat@pup.krasnik.pl		z terenu powiatu kraśnickiego
Zakład Ubezpieczeń Społecznych Oddział Kraśnik	ul. Ks. Popiełuszki 3 a 23-210 Kraśnik	Obsługa interesantów: Pon.: 8.00-18.00 Wt.: 8.00-15.00 Śr.: 8.00-15.00 Czw.: 8.00-15.00 Pt.: 8.00-15.00	Tel.: (81) 825-66-40 Infolinia 22) 560 16 00 - z telefonów stacjonarnych i komórkowych	zadania z zakresu ubezpieczeń społecznych	mieszkańcy powiatu kraśnickiego (dla osób zainteresowanych zagadnieniami z zakresu ubezpieczeń społecznych)
Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego PT Kraśnik	ul. T. Kościuszki 28 23-200 Kraśnik	Pon.: 7.15-15.15 Wt.: 7.15-16.15 Śr.: 7.15-15.15 Czw.: 7.15-15.15 Pt.: 7.15-15.15	tel. (81) 825 22 34; tel./fax (81) 884 47 38 krasnik(at)krus.gov.pl	zadania z zakresu ubezpieczeń społecznych rolników	mieszkańcy powiatu kraśnickiego (dla osób zainteresowanych zagadnieniami z zakresu ubezpieczeń społecznych rolników)
Powiatowy Zespół Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych	ul. Słowackiego 7 23-204 Kraśnik	Pn.-czw.: 8.00 – 17.00 Pt.: 8.00-16.00	tel. 81 825 87 88 e-mail: poradniakrasnik@o2.pl	psychologiczne, pedagogiczne	dzieci w wieku od urodzenia do 18-go roku życia, dzieci niepełnosprawne w wieku od urodzenia do 24 -go roku życia
NZOZ Ośrodek Terapii Uzależnień	ul. Fabryczna 6 23-204 Kraśnik	Pn.-czw.: 8.00-20.00 Pt.: 8.00-15.35	tel. 81 884 53 18 508 646 459 e-mail: nzozotu@wp.pl www.terapiauzaleznien.com.pl	rozwiązywanie problemu uzależnień od środków psychoaktywnych i alkoholu	dla osób z problemem uzależnienia i ich rodzin., ośrodek zajmuje się również działalnością profilaktyczną w zakresie rozwiązywania problemów uzależnień na terenie powiatu kraśnickiego oraz całego kraju.

Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Kraśniku	ul. Sikorskiego 19 23-204 Kraśnik	Pon.: 7.30-15.30 Wt.: 7.30-16.00 Śr.: 7.30-15.30 Czw.: 10.00-18.00 Pt.: 10.00-17.30	Zapisy pod nr tel.: 665-943-069 oiik@pcnr.krasnik.pl	poradnictwo rodzinne, socjalne, prawne, psychologiczne, w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie,	mieszkańcy powiatu kraśnickiego (osoby znajdujące się w kryzysowych sytuacjach życiowych)
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Kraśniku	ul. Grunwaldzka 4A, 23-204 Kraśnik	Pn.-pt.: 7.00-15.00	Tel.: 81 825 15 80, 81 825 15 81, 81 825 43 29, 81 825 41 35 (sekcja ds. uzależnień) e-mail: mops@mops.krasnik.pl	profilaktyka uzależnień, poradnictwo rodzinne, socjalne, prawne, pomoc społeczna	mieszkańcy miasta Kraśnik
	Al. Tysiąclecia 3B 23-200 Kraśnik		Punkt pracowników socjalnych Tel.: 81 825 20 14		
Rodzinny Punkt Konsultacyjno-Informacyjny PROMYK	ul. Grunwaldzka 4A	Harmonogram bezpłatnych porad (ul. Grunwaldzka 4a) <u>Psycholog:</u> Pon.: 15.30-17.30 Czw.: 15.30-17.30 <u>Specjalista terapii uzależnień i współuzależnień:</u> Pn.: 9.30-12.30 <u>Radca prawny:</u> Pt.: 9.00-12.00 <u>Mediator:</u> Czw.: 13.00-15.00 Harmonogram bezpłatnych porad (filia punktu- ul Sikorskiego 11, 23-210 Kraśnik) <u>Specjalista terapii uzależnień:</u> Wt.: 16.00-21.00	Dyżurny telefon informacyjny - konsultacyjny : 81 825 43 99 (w czwartek 17.00-19.00)	terapia uzależnień oraz współuzależnieni, poradnictwo psychologiczne, prawne	mieszkańcy powiatu kraśnickiego

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Kraśniku	ul. Grunwaldzka 6 23-210 Kraśnik	Pn.: 7.30-15.30 Wt.: 7.30-16.00 Śr.: 7.30-15.30 Czw.: 7.30-15.30 Pt.: 7.30-15.00	tel. 81 826 18 64 e-mail: pcpr@pcpr.krasnik.pl	poradnictwo prawne, psychologiczne, rodzinne, terapia rodzinna	mieszkańcy powiatu kraśnickiego
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Kraśniku, w tym	ul. Kościuszki 24 23-200 Kraśnik	Pn.-pt.: 7.30-15.30	tel. 81 458 70 88 (pomoc społeczna) http://www.krasnik.bip.gmina.pl/	pomoc społeczna	mieszkańcy gminy Kraśnik
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych			tel. 81 884 34 27	pomoc w rozwiązywaniu problemów alkoholowych	
Ośrodek Pomocy Społecznej Dzierzkowice	Terpentyna 170	Pn.-pt.: 7.00-15.00	tel. 81 822 10 31 e-mail: pomocspoleczna.ops@dzierzkowice.pl	pomoc społeczna	mieszkańcy gminy Dzierzkowice
Ośrodek Pomocy Społecznej w Gościeradowie	Gościeradów Ukazowy 63, 23-275 Gościeradów Ukazowy	Pn., śr.: 8.00-16.00 Wt., czw., pt.- 7.30-15.30	tel.: 15 838-14-52 Fax: 15 838-14-92 e-mail: ops.goscieradow@pro.onet.pl	pomoc społeczna, poradnictwo specjalistyczne, prawne, psychologiczne i rodzinne świadczone jest osobom, które mają trudności lub wykazują potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych bez względu na posiadany dochód, zespół działań podejmowanych na rzecz osób i rodzin, w tym rodzin dotkniętych przemocą, tak aby zapobiegać powstawaniu lub pogłębianiu się dysfunkcji	mieszkańcy gminy Gościeradów

Ośrodek Pomocy Społecznej w Zakrzówku	ul. Żeromskiego 24 23-213 Zakrzówek	Pn.-pt.: 7.30-15.30	Tel.: 81 821-50-65 e-mail: zakrzówek@ops.pl www.ops.zakrzówek.pl	pomoc społeczna	mieszkańcy gminy Zakrzówek
Ośrodek Pomocy Społecznej w Wilkołazie	Wilkołaz Pierwszy 9 23-212 Wilkołaz	Pn.-pt.: 7.30-15.30	Tel./fax. 81 82 12 023 e-mail: ops.wilkołaz@mbnet.pl	pomoc społeczna	mieszkańcy gminy Wilkołaz
Ośrodek Pomocy Społecznej Szastarka	Urząd Gminy Szastarka Szastarka 121	Pn.-pt.: 7.30-15.30	Tel.: 0-8115 873 40 12 e-mail: sop.szastarka@woilublin.pl	pomoc społeczna	mieszkańcy gminy Szastarka
Ośrodek Pomocy Społecznej Trzydnik Duży	Urząd Gminy Trzydnik Duży Trzydnik Duży 59A 23-230 Trzydnik Duży	Pn.-pt.: 7.30-15.30	tel./fax. (015) 873 18 75 e-mail: trzydnikduzy@ops.pl www.trzydnik.lubelskie.pl	pomoc społeczna	mieszkańcy gminy Trzydnik Duży
Ośrodek Pomocy Społecznej w Urzędowie	ul. Błażeja Dzikowskiego 1 23-250 Urzędów	Pn.-pt.: 7.00-15.00	Tel.: 81 822 52 09 e-mail: biuro@opsurzedow.pl	pomoc społeczna	mieszkańcy gminy Urzędów
Ośrodek Pomocy Społecznej w Annopolu, w tym	ul. Leśna 2, 23-235 Annopol	Pn.-pt.: 7.30-15.30	tel./fax (15) 861-34-04 e-mail: sekretariat@annopolops.pl	pomoc społeczna	mieszkańcy gminy Annopol
Punkt Konsultacyjny Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Annopolu		Pn.: 8.00-10.30 (2 i 4 poniedziałek miesiąca 11.00-15.00) Wt.: 12.00-14.00 Śr.: 9.00-12.00 (trzecia środa miesiąca) Pt.: 13.30-15.30 (I piątek miesiąca)		terapia uzależnień oraz współuzależnień, poradnictwo psychologiczne, prawne	

STAROSTA KRAJNICKI

mgr inż. Andrzej Kolla

