

LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
RODZINNE						
1	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Piecza zastępca Poradnictwo rodzinne Rehabilitacja społeczna osób niepełnosprawnych	ul. Komeńskiego 40 82-300 Elbląg	tel. 55 233 62 82	poniedziałek, wtorek i czwartek godz. 07:30 - 15:30 środa godz. 07:30 - 17:00 piątek godz. 07:30 - 14:00	e-mail: sekretariat@pcprelblag.pl Każdy mieszkaniec powiatu
PSYCHOLOGICZNE						
2	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 1	- pomoc: psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna, - doradztwo zawodowe - konsultacje lekarskie.	ul. Słoneczna 14 82-300 Elbląg	tel. (55) 625 82 30	poniedziałek-środa godz 8:00 – 18:00 czwartek godz. 8:00 – 17:00 piątek godz. 8:00 – 16:00	ppp1@elblag.com.pl Dzieci, młodzież i osoby dorosłe, rodzice, nauczyciele, wychowawcy

3	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 2	- diagnoza, - konsultacja, Psychoedukacja, - doradztwo, mediacja, - interwencja w środowisku ucznia,	ul. Kosynierów Gdyńskich 30	tel. 55 625 82 51 55 625 82 53	Poniedziałek, czwartek godz. 8:00 – 17:00 Wtorek, środa Godz. 8:00 – 19:00 Piątek Godz. 8:00 -16:00 Sobota godz. 8:00 – 12:00	pppdwa@elblag.com.pl www.pppdwa.elblag.com.pl	Dzieci, młodzież i osoby dorosłe, rodzice, nauczyciele, wychowawcy
4	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.linia wsparcia.pl porady@linia wsparcia.pl	Dla osób będących w kryzysie psychicznym
PEDAGOGICZNE							
5	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 1	- pomoc: psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna, - doradztwo zawodowe - konsultacje lekarskie.	ul. Słoneczna 14 82-300 Elbląg	tel. (55) 625 82 30	poniedziałek-środa godz 8:00 – 18:00 czwartek godz. 8:00 – 17:00 piątek godz. 8:00 – 16:00	ppp1@elblag.com.pl	Dzieci, młodzież i osoby dorosłe, rodzice, nauczyciele, wychowawcy
6	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 2	- diagnoza, - konsultacja, Psychoedukacja, - doradztwo, mediacja, - interwencja w środowisku ucznia,	ul. Kosynierów Gdyńskich 30	tel. 55 625 82 51 55 625 82 53	Poniedziałek, czwartek godz. 8:00 – 17:00 Wtorek, środa Godz. 8:00 – 19:00 Piątek Godz. 8:00 -16:00 Sobota godz. 8:00 – 12:00	pppdwa@elblag.com.pl www.pppdwa.elblag.com.pl	Dzieci, młodzież i osoby dorosłe, rodzice, nauczyciele, wychowawcy
POMOC SPOŁECZNA							
7	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Pieczna zastępca Poradnictwo rodzinne Rehabilitacja społeczna osób niepełnosprawnych	ul. Komeńskiego 40 82-300 Elbląg	tel. 55 233 62 82	poniedziałek, wtorek i czwartek godz. 07:30 - 15:30 środa godz. 07:30 - 17:00 piątek godz. 07:30 - 14:00	email: sekretariat@pcprelblag.pl	Każdy mieszkaniec powiatu

8	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Elblągu	Pomoc socjalna mieszkańcom w trudnych sytuacjach	ul. Winna 9 82-300 Elbląg	tel. 55 625 6100.	pn.- pt. godz. 7.30-15.30	email: mops@mops.elblag.pl	Każdy mieszkaniec miasta
9	Dom dla Bezdomnych im. Św. Brata Alberta	Pomoc i wsparcie dla osób bezdomnych	ul. Nowodworska 49 82-300 Elbląg	tel.55 625 62 84	całodobowo	odnowaelblag@wp.pl	Każdy mieszkaniec miasta
10	Ośrodek Wsparcia i Interwencji Kryzysowej – Dom dla Matek z Małoletnimi Dziećmi i Kobiet w Cięży	Schronienie dla kobiet i kobiet z dziećmi Wyżywienie	ul. Nowodworska 49 82-300 Elbląg	tel. 55 233 80 79	całodobowo	osrodekwsparcia.elblag@gmail.com	Kobiety i kobiety z dziećmi
ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ							
11	Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Elblągu	Rozwiązywanie problemów alkoholowych	Ul. Kosynierów Gdynskich 42	Tel. 55 239 30 27	poniedziałek, środa i czwartek godz. 07:30 - 15:30 wtorek godz. 07:30 - 16:30 piątek godz. 07:30 - 14:30	dziss@umelblag.plmr	Osoby uzależnione oraz członkowie ich rodzin
12	Niepubliczny Zakład Opieki Centrum Odwykowo-Terapeutyczne	- konsultacje psychologiczne i psychiatryczne, - diagnostyka, - lecznictwo odwykowe, - porady terapeutyczne	ul. Trybunalska 11 82-300 Elbląg	Tel. 55 232 56 89	pn.- pt. godz. 08.00-17.00	email: centrum-49@o2.pl	Osoby uzależnione oraz członkowie ich rodzin
13	Stowarzyszenie Klub Abstynenta „Żuławy”	- konsultacje psychologiczne i psychiatryczne, - diagnostyka, - lecznictwo odwykowe, - porady terapeutyczne.	Ul. Kosynierów Gdynskich 13	Tel. 55 237 07 90	pn.- pt. godz. 10.00-15.00	e-mail: klubzulawy@onet.eu	Osoby uzależnione oraz członkowie ich rodzin

14	NZOZ Poradnia Profilaktyki i Terapii Uzależnień „MONAR”	<ul style="list-style-type: none"> - poradnictwo dla osób używających, nadużywających i uzależnionych od narkotyków, - psychoterapia indywidualna dla osób używających i uzależnionych od narkotyków, - psychoterapia grupowa dla osób uzależnionych dla narkotyków, - poradnictwo dla rodzin osób uzależnionych, - psychoterapia grupowa dla rodzin osób uzależnionych, - konsultacje z lekarzem psychiatrą, - wystawianie skierowań do oddziałów detoksykacyjnych i ośrodków rehabilitacyjnych, - zajęcia edukacyjno-profilaktyczne poświęcone uzależnieniu od narkotyków dla uczniów elbląskich szkół. 	Ul. Komeńskiego 42	Tel. 55 236 92 13	pn.- pt. godz. 9.00-17.00	email:monar@elblag.com.pl	Pacjenci uzależnieni oraz członkowie ich rodzin
----	---	---	--------------------	-------------------	------------------------------	---------------------------	---

15	<p>Stowarzyszenie Katolicki Ruch Antynarkotyczny „KARAN” Oddział Elbląg</p> <p>Młodzieżowy Ośrodek Terapeutyczny „Dom Zacheusza”</p>	<ul style="list-style-type: none"> - udzielanie informacji, - edukacja, - profilaktyka, - warsztaty, - grupy wsparcia, - treningi - świetlice socjoterapeutyczne, - organizowanie wypoczynku dzieci i młodzieży, - opieka duszpasterska, - dopłaty do leczenia i rehabilitacji. miejsca pobytowe – całodobowe, terapię 	<p>ul. Robotnicza 29, Adres do korespondencji: Elbląg ul. Królewiecka 197</p>	<p>tel. (55) 232 78 93, 649 69 49</p>	<p>pn.- pt. godz. 8.00-18.00</p>	<p>karan@karan.elblag.pl</p>	<p>Pacjenci uzależnieni oraz członkowie ich rodzin</p>
PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ							
16	<p>Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie w Elblągu</p>	<p>Diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie. Podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą Inicjowanie interwencji. Inicjowanie działań w stosunku do osób stosujących przemoc w rodzinie.</p>	<p>MOPS w Elblągu Ul. Winna 9 82-300 Elbląg</p>	<p>tel. 55 625 61 09 55 625 61 08</p>	<p>pn.- pt. godz. 7.30-15.30</p>	<p>email: mops@mops.elblag.pl</p>	<p>Osoby doznające przemocy w rodzinie</p>
17	<p>Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia Ofiar Przemocy w Rodzinie</p>	<p>Całodobowe schronienie</p>	<p>Ul. Związku Jaszczurczego 17 82 – 300 Elbląg</p>	<p>Tel. 533 323 377 55 255 00 01</p>	<p>całodobowo</p>	<p>e-mail: sow@mops.elblag.pl</p>	<p>Osoby doznające przemocy w rodzinie</p>

18	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							
19	Miejski Zespół Zarządzania Kryzysowego w Elblągu	Monitorowanie bezpieczeństwa	ul. Orzeszkowej 2 82-300 Elbląg	Całodobowy dyżur 55 239 30 40	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	mczk@umelblag.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
20	Centralne Zarządzenie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Rakowiecka 2A 00-993 Warszawa	Całodobowy dyżur: (22) 361 69 00 (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							
20	Powiatowy Urząd Pracy	Informacje o ofertach pracy. Poradnictwo zawodowe.	Saperów 24 82-300 Elbląg	55 237 67 00	poniedziałek, wtorek, czwartek godz. 7:30 - 15:30 środa godz. 7:30 – 16:30 piątek godz. 7:30 – 14:30	www.elblag.praca.gov.pl olel@up.gov.pl olel@praca.gov.pl	Osoby poszukujące pracy Pracodawcy
21	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

DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

22	Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem Elbląskie Centrum Mediacji i Aktywacji Społecznej	Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	ul. Związku Jaszczurczego 17/101 82 – 300 Elbląg	Tel. 55 642 44 25	Poniedziałek Godz. 13:00 – 20:00 Wtorek, środa, czwartek, piątek Godz. 8:00 – 15:00 Dobota godz. 8:00 – 12:00	www.pokrzywdzeni.gov.pl funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl e-mail: esas_1@wp.pl	Osoby pokrzywdzone przestęstwem i ich osoby bliskie
----	--	---	---	-------------------	--	--	---

PRAWO KONSUMENCKIE

23	Powiatowy Rzecznik Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	Starostwo Powiatowe w Elblągu Ul. Saperów 14A, 82-300 Elbląg	55 239 49 34	Poniedziałek, wtorek, czwartek godz. 15.00 - 16.00, środa godz. 16.30 - 17.30, piątek godz. 13.30 - 14.30.	kadry@powiat.elblag.pl	Konsumenci
24	Miejski Rzecznik Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	Urząd Miejski w Elblągu Ul. Kosynierów Gdyńskich 42 pok. Nr 2	tel. (55) 239 34 56	Poniedziałek, środa, czwartek godz. 8.00 – 15.00 Wtorek godz. 8.00 – 16.00	mrk@umelblag.pl	Konsumenci stałe zameldowani/zamieszkujący na terenie miasta Elbląg
25	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

26	Narodowy Fundusz Zdrowia – Delegatura w Elblągu	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta -leczenie w kraju i poza granicami -kolejki do świadczeń	Ul. Gen. Józefa Bema 18 82-300 Elbląg	89 678 77 55	poniedziałek godz. 8.00-18.00 od wtorku do piątku godz. 08.00-16.00	elblag@nfz-olsztyn.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
27	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
28	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
29	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

30	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							
31	Punkt Informacyjny Zakładu Ubezpieczeń Społecznych oddział w Elblągu	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	ul. Teatralna 4 82-300 Elbląg	Kontakt z COT (22) 560 16 00 55 641 92 00 55 641 92 14	poniedziałek godz. 8.00-18.00 od wtorku do piątku godz. 08.00-15.00	cot@zus.pl	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze
32	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w <u>Centrum Obsługi Telefonicznej</u> 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							
33	Państwowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy w Olsztynie Oddział w Elblągu	Porady z zakresu prawa pracy	Al. Grunwaldzka 2/bud. B14/F 82-300 Elbląg	55 239 75 94	pn. – pt. godz. 07.30 – 15.30	www.pip.gov.pl elblag@olsztyn.pip.gov.pl	Każdy mieszkaniec z problemami z zakresu prawa pracy
34	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. stacj.) 459 599 000 (dla tel. kom.) 22 391 83 60	pn. – pt. godz. 08.00 – 16.00	www.bip.pip.gov.pl , kancelaria@gip.pip.gov.pl	Każdy mieszkaniec z problemami z zakresu prawa pracy

			fax. 22 391 82 14	(dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. Uwaga!!! naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie .			
PRAWO PODATKOWE							
35	Urząd Skarbowy w Elblągu	Informacje podatkowe	Ul. Mickiewicza 43 82-300 Elbląg	55 611 56 00	poniedziałek godz. 7.15-18.00 od wtorku do piątku godz. 7.15-15.15	us.elblag@mf.gov.pl	Z porad może skorzystać każdy podatnik
36	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://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa	Z porad może skorzystać każdy podatnik
DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO							
37	Rzecznik Finansowy. (Ubezpieczonych)	Prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87 02-001 Warszawa.	<u>Ubezpieczenia gospodarcze</u> (22) 333 73 28 <u>Ubezpieczenia Społeczne, OFE ZUS</u> (22) 333 73 26 lub (22) 333 73 27 <u>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego</u> (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

38	WWW. OBYWATEL.GOV.PL				Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji		
39	Rzecznik Praw Obywatelskich	Ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO Al. Solidarności 77. 00-090 Warszawa	800 676 676 . Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych	Poniedziałek 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