

CZĘŚĆ I:

LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW MIASTA

LP.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
RODZINNE							
1.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Ostrołęce	udzielanie informacji o prawach i uprawnieniach w zakresie świadczeń rodzinnych, funduszu alimentacyjnego oraz ustawy o wsparciu kobiet w ciąży i rodzin "Za życiem"	07-410 Ostrołęka, ul. Gen. J. Hallera 12	tel. 29 764 41 30	poniedziałek -piątek godz. 8.00 - 16.00	e-mail: sekretariat@mopr.ostroleka.pl	każdy mieszkaniec miasta
2.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Ostrołęce Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Ostrołęce	- prowadzenie poradnictwa psychologicznego, pedagogicznego, prawnego (indywidualnego i rodzinnego), w tym dla osób doznających przemocy w rodzinie - udzielanie wsparcia psychologicznego oraz informowanie o możliwościach uzyskania innych form pomocy - prowadzenie mediacji rodzinnych i małżeńskich - prowadzenie konsultacji dla osób uzależnionych i współuzależnionych - prowadzenie rozmów terapeutycznych i informacyjnych - udzielanie porad dot. problemów osobistych i rodzinnych - udzielanie schronienia osobom będącym w trudnej sytuacji życiowej (w tym dla osób doznających przemocy w rodzinie) - wsparcie grupowe - przeciwdziałanie przemocy domowej	07-410 Ostrołęka, ul. T. Kościuszki 24/26	tel. 29 767 61 94 tel. interwencyjny 506 029 478 (godz. 8.00 - 20.00 siedem dni w tygodniu)	poniedziałek - piątek godz. 8.00 - 20.00	e-mail: kontakt@oik.ostroleka.pl	każdy mieszkaniec miasta
3.	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Ostrołęce	- wspomaganie wychowawczej funkcji rodziny (porady, prelekcje, mediacje, warsztaty dla rodziców) - prowadzenie Ośrodka Koordynacyjno-Rehabilitacyjno-Opiekuńczego w ramach Programu kompleksowego wsparcia dla rodzin „Za życiem” (udzielanie rodzicom specjalistycznej informacji dotyczącej problemów rozwojowych dziecka, wskazywanie właściwych dla dziecka i rodziny form specjalistycznej pomocy, organizowanie wczesnego wspomagania rozwoju dziecka oraz dodatkowych usług terapeutów/specjalistów)	07-410 Ostrołęka, ul. Oświatowa 1	tel.: 29 760 45 36 29 760 06 72	Poradnia czynna poniedziałek - piątek godz. 8.00 - 17.00 Sekretariat Poradni: poniedziałek - piątek godz. 8.00 - 16.00	e-mail: kontakt@ppp.ostroleka.pl	uczniowie, ich rodzice, nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek mających siedziby na terenie miasta

PSYCHOLOGICZNE

4.	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Ostrołęce	• prowadzenie poradnictwa psychologicznego (trudności w nauce dzieci i młodzieży, problemy wychowawcze, emocjonalne, zaburzenia zachowania, sytuacje trudne/traumatyczne, nadpobudliwość psychoruchowa, lęki, choroby przewlekłe, problemy depresyjne, trudności adaptacyjne, interwencja kryzysowa) • diagnozowanie dzieci i młodzieży • wydawanie opinii o potrzebie wczesnego wspomagania rozwoju dziecka • wydawanie innych opinii w sprawach dzieci i młodzieży • wydawanie orzeczeń o potrzebie kształcenia specjalnego, indywidualnego nauczania z uwagi na stan zdrowia utrudniający/unieumożliwiający uczęszczanie do przedszkola/szkoły • wczesne wspomaganie rozwoju dziecka od urodzenia do rozpoczęcia nauki w szkole • udzielanie dzieciom i młodzieży pomocy psychologicznej (zajęcia indywidualne i grupowe) • wspieranie potencjału rozwojowego ucznia • prowadzenie zajęć z profilaktyki zachowań ryzykownych i uzależnień • konsultacje dla nauczycieli, spotkania z radą pedagogiczną • mediacje dla uczniów i nauczycieli	07-410 Ostrołęka, ul. Oświatowa 1	tel.: 29 760 45 36 29 760 06 72	Poradnia czynna poniedziałek - piątek godz. 8.00 - 17.00 Sekretariat Poradni: poniedziałek - piątek godz. 8.00 - 16.00	e-mail: kontakt@ppp.ostroleka.pl	uczniowie, ich rodzice, nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek mających siedziby na terenie miasta
5.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Ostrołęce Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Ostrołęce	• prowadzenie poradnictwa psychologicznego (indywidualnego i rodzinnego) • udzielanie wsparcia psychologicznego oraz informowanie o możliwościach uzyskania innych form pomocy • prowadzenie mediacji rodzinnych • prowadzenie konsultacji dla osób uzależnionych i współuzależnionych • prowadzenie rozmów terapeutycznych i informacyjnych • udzielanie konsultacji dot. problemów osobistych i rodzinnych • dostęp do lekarza psychiatry za pośrednictwem specjalistów OIK	07-410 Ostrołęka, ul. T. Kościuszki 24/26	tel. 29 767 61 94 tel. interwencyjny 506 029 478 (godz. 8.00 - 20.00 siedem dni w tygodniu)	poniedziałek - piątek godz. 8.00 – 20.00 każda środa	e-mail: kontakt@oik.ostroleka.pl	każdy mieszkaniec miasta

PEDAGOGICZNE							
6.	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Ostrołęce	• prowadzenie poradnictwa pedagogicznego (trudności rozwojowe dzieci i młodzieży, trudności w nauce, niepowodzenia szkolne) • prowadzenie poradnictwa logopedycznego (podejrzenie wady wymowy, zaburzenia komunikacji językowej u dzieci) • diagnozowanie dzieci i młodzieży • wydawanie opinii o potrzebie wczesnego wspomagania rozwoju dziecka • wydawanie innych opinii w sprawach dzieci i młodzieży • wydawanie orzeczeń o potrzebie kształcenia specjalnego, indywidualnego nauczania z uwagi na stan zdrowia utrudniający/unieumożliwiający uczęszczanie do przedszkola/szkoły • wczesne wspomaganie rozwoju dziecka od urodzenia do rozpoczęcia nauki w szkole • udzielanie dzieciom i młodzieży pomocy pedagogicznej (zajęcia indywidualne i grupowe: terapia pedagogiczna sensorycznej, Trening Pewności Siebie) • terapia ręki, zajęcia integracji sensorycznej, Trening Pewności Siebie, inne zajęcia wspierające wszechstronny rozwój dla dzieci i młodzieży • udzielenie dzieciom pomocy logopedycznej (terapia logopedyczna, instruktaż dla rodziców) • doradztwo zawodowe (pomoc uczniom w dokonywaniu wyboru kierunku kształcenia, zawodu i planowania kariery zawodowej) • konsultacje dla nauczycieli, spotkania z radą pedagogiczną	07 - 410 Ostrołęka, ul. Oświatowa 1	tel.: 29 760 45 36 29 760 06 72	Poradnia czynna poniedziałek - piątek godz. 8.00 - 17.00 Sekretariat Poradni: poniedziałek - piątek godz. 8.00 - 16.00	e-mail: kontakt@ppp.ostroleka.pl	uczniowie, ich rodzice, nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek mających siedzibę na terenie miasta
POMOC SPOŁECZNA							
7.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Ostrołęce	• udzielanie informacji o prawach i uprawnieniach z zakresu pomocy społecznej	07-410 Ostrołęka, ul. Gen. J. Hallera 12	tel. 29 764 41 30	poniedziałek - piątek godz. 8.00 - 16.00	e-mail: sekretariat@mopr.ostroleka.pl	każdy mieszkaniec miasta
ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ							
8.	Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	• profilaktyka i rozwiązywanie problemów alkoholowych • przeprowadzanie rozmów motywujących do leczenia, z osobami uzależnionymi oraz z osobami współuzależnionymi	Urząd Miasta Ostrołęki, 07-400 Ostrołęka, ul. T. Kościuszki 45	tel. 29 764 68 11 w. 303 29 765 43 03	poniedziałek - piątek w godzinach pracy urzędu	brak	każdy mieszkaniec miasta
9.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Ostrołęce Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Ostrołęce	• profilaktyka uzależnień w szkołach • poradnictwo i konsultacje dla osób uzależnionych i współuzależnionych • terapia dla osób uzależnionych i współuzależnionych • możliwość udziału w grupie wsparcia dla osób doświadczających przemocy domowej w rodzinie z problemem alkoholowym	07-410 Ostrołęka, ul. T. Kościuszki 24/26	tel. 29 767 61 94 tel. interwencyjny 506 029 478 (godz. 8.00 - 20.00 siedem dni w tygodniu)	poniedziałek- piątek godz. 8.00 – 20.00 Grupa wsparcia w każdy poniedziałek od 18:00 do 20:00	e-mail: kontakt@oik.ostroleka.pl	każdy mieszkaniec miasta

PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ							
10.	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”	- wsparcie - pomoc psychologiczna - informacje o możliwościach uzyskania pomocy najbliższej miejsca zamieszkania - pomoc prawna	Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych 02-326 Warszawa, Al. Jerozolimskie 155	tel. 800 120 002 Bezpłatna infolinia (czynna przez całą dobę)	Sekretariat Pogotowia czynny poniedziałek - piątek godz. 8.00 – 16.00	www.niebieskalinia.info e-mail: niebieskalinia@niebieskalinia.info	osoby doświadczające przemocy domowej i świadkowie przemocy
11.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Ostrołęce Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Ostrołęce	- wszczynanie procedury dotyczącej przeciwdziałania przemocy w rodzinie pod nazwą „Niebieska Karta” - prowadzenie poradnictwa w zakresie procedury „Niebieskiej Karty” - udzielanie wsparcia oraz informowanie o możliwościach uzyskania pomocy w innych instytucjach (w ramach grup roboczych ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie) - kierowanie osób doznających przemocy na terapię indywidualną oraz grupową - zapewnienie schronienia osobom doznającym przemocy w rodzinie - grupa korekcyjno-edukacyjna dla osób nieradzących sobie z agresją - pomoc prawna w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	07-410 Ostrołęka, ul. T. Kościuszki 24/26	tel. 29 767 61 94 tel. interwencyjny 506 029 478 (godz. 8.00 - 20.00 siedem dni w tygodniu)	poniedziałek - piątek godz. 8.00 – 20.00	e-mail: kontakt@oik.ostroleka.pl	każdy mieszkaniec miasta
DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM							
12.	Okręgowy Ośrodek Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przestępstwem w Ostrołęce	Rodzaj pomocy: - pomoc prawna - finansowanie alternatywnych metod rozwiązywania sporów (mediacja) - psychoterapia lub pomoc psychologiczna - finansowanie szkoleń i kursów - pokrywanie kosztów czasowego zakwaterowania lub udzielania schronienia - finansowanie okresowych dopłat do bieżących zobowiązań czynszowych za lokal mieszkalny - pokrywanie kosztów żywności lub bonów żywnościowych - pokrywanie kosztów zakupu odzieży, bielizny, obuwia, środków czystości i higieny osobistej - zakup urządzeń i wyposażenia Rodzaje przestępstw: - uszkodzenie ciała - bójka lub pobicie - wypadek komunikacyjny - groźby karalne - zgwałcenie - inne przeciwko wolności seksualnej - przemoc w rodzinie - niealimentacja - kradzież - rozbój, oszustwo - uszkodzenie mienia - przemoc ekonomiczna	07-410 Ostrołęka, ul. Prosta 7	tel. 536 771 202 Linia Pomocy Pokrzywdzonym tel. 222 309 900 (telefon całodobowy) lub e-mail: info@numerosos.pl	poniedziałek godz. 8.00-15.00 wtorek godz. 8.00-15.00 środa godz. 13.00-20.00 czwartek godz. 8.00-15.00 piątek godz. 8.00-15.00 sobota godz. 9.00-14.00	brak	osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie

INTERWENCJA KRYZYSOWA							
13.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Ostrołęce Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Ostrołęce	• udzielanie natychmiastowej specjalistycznej pomocy psychologicznej, a w zależności od potrzeb – poradnictwa socjalnego lub prawnego • specjalistyczna pomoc w celu zapobiegania przejściu reakcji kryzysowej w stan chronicznej niewydolności psychospołecznej • udzielenie schronienia osobom znajdującym się w sytuacji kryzysowej – do 3 miesięcy	07-410 Ostrołęka, ul. T. Kościuszki 24/26	tel. 29 767 61 94 tel. interwencyjny 506 029 478 (godz. 8.00 - 20.00 siedem dni w tygodniu)	poniedziałek - piątek godz. 8.00 – 20.00	e-mail: kontakt@oik.ostroleka.pl	każdy mieszkaniec miasta bez względu na posiadany dochód
14.	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa	• monitorowanie bezpieczeństwa	00-583 Warszawa, Al. Ujazdowskie 5	całodobowy dyżur: tel.: 47 72 16 900 (-03) 785 700 177	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	http://rcb.gov.pl e-mail: dyzurny@rcb.gov.pl e-mail: poczta@rcb.gov.pl	świadek zagrożenia kryzysowego, osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
DLA OSÓB BEZROBOTNYCH							
15.	Powiatowy Urząd Pracy w Ostrołęce	• poradnictwo zawodowe dla osób zarejestrowanych w PUP, jak i węższym zakresie dla osób niezarejestrowanych oraz pracodawców i ich pracowników	07-410 Ostrołęka, ul. 11 Listopada 68	tel.: 29 760 43 83 29 760 33 77 29 760 45 62	Urząd Pracy czynny poniedziałek - piątek godz. 8.00-16.00	e-mail: kancelaria@pup-ostroleka.pl	osoby zarejestrowane i niezarejestrowane w PUP, pracodawcy i ich pracownicy
16.	Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie Filia w Ostrołęce	• poradnictwo zawodowe, wsparcie psychologiczne i informacje zawodowe • usługi Eures – oferty pracy za granicą	07-400 Ostrołęka, ul. Poznańska 17	tel.: 29 649 93 10	poniedziałek - piątek godz. 8.00-16.00	e-mail: ostroleka@wup.mazowsze.pl	osoby zarejestrowane i niezarejestrowane, poszukujący pracy, pracodawcy
PRAWO KONSUMENCKIE							
17.	Miejski Rzecznik Konsumentów	• poradnictwo konsumenckie i informacje prawne w zakresie ochrony interesów konsumentów	Urząd Miasta Ostrołęki, 07-410 Ostrołęka, ul. T. Kościuszki 45 pok. 4	tel.: 29 764 68 11 w. 324 29 765 43 24	poniedziałek - piątek w godzinach pracy urzędu	e-mail: maria.kuczynska@um.ostroleka.pl	konsumenci zamieszkali na terenie miasta
18.	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	• ochrona praw konsumenckich	00-950 Warszawa, pl. Powstańców Warszawy 1	Infolinia Konsumencka tel.: 801 440 220 222 66 76 76	poniedziałek - piątek godz. 8.00-18.00	www.uokik.gov.pl e-mail: porady@dlakonsumentow.pl	prawo konsumenckie
PRAWA PACJENTA							
19.	Narodowy Fundusz Zdrowia Mazowiecki Oddział Wojewódzki w Warszawie Delegatura w Ostrołęce	• informacje dot. zasad dostępu do świadczeń zdrowotnych i wykazu świadczeniodawców udzielających świadczeń w ramach zawartej umowy z Funduszem, zasad zawierania i rozwiązywania umów dobrowolnego ubezpieczenia zdrowotnego, zweryfikowania ubezpieczenia zdrowotnego, prawa do świadczeń opieki zdrowotnej finansowanej ze środków publicznych	07-410 Ostrołęka, ul. T. Kościuszki 45	tel. 29 753 90 00	poniedziałek - piątek godz. 8.00- 16.00	e-mail: ostroleka@nfz-warszawa.pl	świadczeniobiorcy NFZ

20.	Narodowy Fundusz Zdrowia - Centrala	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: • prawa pacjenta • leczenie w kraju i poza granicami • kolejki do świadczeń	02-528 Warszawa, ul. Rakowiecka 26/30	Telefoniczna Informacja Pacjenta: tel. 800 190 590 (całodobowy kontakt, 7 dni w tygodniu)	poniedziałek - piątek godz. 8.00-16.00	www.nfz.gov.pl e-mail: kancelariaelektroniczna@nfz.gov.pl	każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
21.	Rzecznik Praw Pacjenta	• ochrona praw pacjenta	Biuro RPP 01-171 Warszawa, ul. Młynarska 46	Bezpłatna Telefoniczna Informacja Pacjenta tel. 800 190 590 (poniedziałek-piątek godz. 8.00-18.00)	poniedziałek godz. 9.00-18.00 wtorek-piątek godz. 9.00-15.00	https://www.rpp.gov.pl e-mail: kancelaria@rpp.gov.pl	z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
22.	Pełnomocnik Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych	• ochrona praw osób niepełnosprawnych	00- 503 Warszawa, ul. Żurawia 4 A tel. 538 117 590 KORESPONDENCJA 00-513 Warszawa ul. Nowogrodzka 1/3/5	Ogólnopolskie Centrum Informacyjne dla Osób Niepełnosprawnych tel. 801 801 015 (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	poniedziałek - piątek godz. 8.00-16.00	www.niepelnosprawni.gov.pl e-mail: sekretariat.bon@mrips.gov.pl	z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych
23.	Rzecznik Praw Dziecka Dziecięcy Telefon Zaufania	• ochrona praw dziecka	Biuro RPD 00-791 Warszawa, ul. Chocimska 6	tel. 22 583 66 00 tel. 800 12 12 12 Bezpłatna infolinia (całodobowa, 7 dni w tygodniu)	poniedziałek - piątek godz. 8.15- 16.15	https://brpd.gov.pl e-mail: rpd@brpd.gov.pl	sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem
PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH							
24.	Zakład Ubezpieczeń Społecznych Inspektorat w Ostrołęce	• składki, renty, emerytury	07-410 Ostrołęka, ul. dr. A. Kuklińskiego 3	infolinia ZUS tel. 22 560 16 00 (z tel. stacjonarnych i komórkowych)	godziny obsługi klientów: poniedziałek godz. 8.00-17.00 wtorek - piątek godz. 8.00-15.00	brak	ubezpieczeni i płatnicy
25.	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: tel. 22 667 10 00	tel. 22 560 16 00 (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	poniedziałek - piątek godz. 7.00 – 18.00	www.zus.pl/ozus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot- e-mail: cot@zus.pl	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze
PRAWO PRACY							
26.	Państwowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy w Warszawie Oddział w Ostrołęce	• porady z zakresu prawa pracy	07-410 Ostrołęka, ul. Gen. Augusta Emila Fieldorfa „Nila” 15	tel. 29 764 24 96	godziny urzędowania: poniedziałek - piątek godz. 8.00 – 16.00 porady prawne: poniedziałek - piątek godz. 9.00 – 15.00	e-mail: otostroleka@warszawa.pip.gov.pl	osoby świadczące pracę

27.	Państwowa Inspekcja Pracy Główny Inspektorat Pracy	porady z zakresu prawa pracy	02-315 Warszawa, ul. Barska 28/30 tel. 22 391 82 15	Infolinia Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy z tel. komórkowych 459 599 000 z tel. stacjonarnych 801 002 006 Porady z zakresu legalności zatrudnienia obywateli Ukrainy na terytorium RP w języku ukraińskim udzielane są od poniedziałku do piątku w godz. 9.00-15.00 pod numerem telefonu 22 111 35 88	poniedziałek - piątek godz. 9.00 – 15.00	www.bip.pip.gov.pl e-mail: kancelaria@gip.pip.gov.pl	osoby świadczące pracę
PRAWO PODATKOWE							
28.	Urząd Skarbowy w Ostrołęce	informacje podatkowe	07-410 Ostrołęka, ul. Przechodnia 6	tel. 29 746 41 00	godziny obsługi klienta: poniedziałek godz. 8.00 - 18.00 wtorek-piątek godz. 8.00-15.00	e-mail: us.ostroleka@mf.gov.pl	każdy podatnik
29.	Krajowa Informacja Skarbowa	informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	43-300 Bielsko-Biała, ul. Teodora Sixta 17	tel. 801 055 055 z tel. stacjonarnych tel. 22 330 03 30 z tel. komórkowych	poniedziałek - piątek godz. 8.00-18.00	www.kis.gov.pl e-mail: kancelaria.kis@mf.gov.pl	każdy podatnik
DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO							
30.	Rzecznik Finansowy	prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego 00-695 Warszawa, ul. Nowogrodzka 47A	<u>Ubezpieczenia gospodarcze</u> tel. 22 333 73 28 <u>Ubezpieczenia Społeczne, OFE ZUS</u> tel. 22 333 73 32 <u>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego</u> tel. 22 333 73 25	tel. czynny: poniedziałek godz. 9.00-17.00 wtorek - piątek godz. 9.00-14.00 tel. czynny: poniedziałek godz. 14.00-17.00 środa i piątek godz.12.00-14.00 tel. czynny: poniedziałek - piątek godz. 8.00-16.00	Porady e-mail: porady@rf.gov.pl https://rf.gov.pl e-mail: biuro@rf.gov.pl	osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń
INNE							
31.	WWW.OBYWATEL.GOV.PL				Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji		
32.	Rzecznik Praw Obywatelskich	ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO 00-090 Warszawa, Al. Solidarności 77	Infolinia tel. 800 676 676 (połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych) tel. 22 551 77 91 (połączenia płatne zgodnie z cennikiem operatora)	Infolinia czynna: poniedziałek godz. 10.00-18.00 wtorek-piątek godz. 8.00-16.00	www.brpo.gov.pl e-mail: biurorzecznika@brpo.gov.pl	każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone

CZEŚĆ II: NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE

ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu: tel. (29) 765 42 78

Z porad może skorzystać każda osoba, której nie stać na odpłatną pomoc prawną, w tym osoba fizyczna prowadząca jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniającą innych osób w ciągu ostatniego roku. Osoba uprawniona, przed uzyskaniem nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego, składa pisemne oświadczenie, że nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej. Osoba korzystająca z nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego w zakresie prowadzonej działalności gospodarczej dodatkowo składa oświadczenie o niezatrudnianiu innych osób w ciągu ostatniego roku.

Osobom ze znaczną niepełnosprawnością ruchową, które nie mogą stawić się w punkcie osobiście, oraz osobom doświadczającym trudności w komunikowaniu się, o których mowa w ustawie z dnia 19 sierpnia 2011 r. o języku migowym i innych środkach komunikowania się, może być udzielana nieodpłatna pomoc prawna lub świadczone nieodpłatne poradnictwo obywatelskie, także poza punktem albo za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość. Bliższe informacje pod numerem telefonu podanym do zapisów.

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA							
Lp.	PROWADZĄCY	ADRESY DYŻURÓW	DNI i GODZINY	SPECJALIZACJA	lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich	DANE KONTAKTOWE	WWW
1.	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej prowadzony przez radcę prawnego i adwokata	07-410 Ostrołęka, ul. Gen. Augusta Emila Fieldorfa „Nila” 15, pok. 51 a	poniedziałek-piątek radca prawny: poniedziałek 8.00-12.00 wtorek 8.00-12.00 środa 8.00-10.00 adwokat: środa 10.00-12.00 czwartek 8.00-12.00 piątek 8.00 -12.00	brak	tak	INFORMACJE i ZAPISY: poniedziałek – piątek w godzinach pracy Urzędu Miasta Ostrołęki tel. (29) 765 42 78	brak
NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE							
2.	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej oraz nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego prowadzony przez FUNDACJĘ TOGATUS PRO BONO	siedziba Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Ostrołęce, 07-410 Ostrołęka, ul. Gen. J. Hallera 12, pok. 6	nieodpłatna pomoc prawna poniedziałek- czwartek godz. 13.00 – 17.00 (adwokat) nieodpłatne poradnictwo obywatelskie piątek godz.13.00 – 17.00 (doradca)	brak	tak	INFORMACJE i ZAPISY: poniedziałek - piątek w godzinach pracy Urzędu Miasta Ostrołęki tel. (29) 765 42 78	brak

W zależności od bieżącego zapotrzebowania na nieodpłatną mediację, zgłaszanego przez osoby uprawnione, w punktach organizuje się spotkanie z mediatorem poświęcone nieodpłatnej mediacji.