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  w Limanowej | Wspieranie Rodziny  i System Pieczy Zastępczej | Ul. Józefa Marka 9 34-600 Limanowa | tel. 18 3375826 798311499  wg stawek operatora | Poniedziałek–piątek  7.15 – 15.15 | pcpr@powiat.limanowski.pl | Każdy mieszkaniec powiatu limanowskiego |
| 2 | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie  w Limanowej | Wspieranie Rodziny  i System Pieczy Zastępczej,  mediacje | Ul. Józefa Marka 9 34-600 Limanowa | tel. 18 3375826 798311499  wg stawek operatora | Poniedziałek–piątek  7.15 – 15.15 | pcpr@powiat.limanowski.pl | Każdy mieszkaniec powiatu limanowskiego |
| **PSYCHOLOGICZNE** | | | | | | | |
| 3 | Zespół Placówek Oświatowych  Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna Powiatu Limanowskiego | Udzielanie pomocy psychologiczno – pedagogicznej w tym pomocy logopedycznej, pomocy w wyborze kierunku kształcenia  i zawodu, dzieciom  i młodzieży uczącej się, a także udzielanie pomocy psychologiczno – pedagogicznej, związanej  z wychowaniem  i kształceniem dzieci  i młodzieży, rodzicom  i nauczycielom. | ul. Zygmunta Augusta 8  34-600 Limanowa | Tel. 18 3371737  wg stawek operatora | Poniedziałek – piątek  7:30 – 17:00 | [pomagamy@poczta.onet.pl](mailto:pomagamy@poczta.onet.pl) | Dzieci, młodzież, rodzice i nauczyciele  z terenu powiatu limanowskiego |
| **PEDAGOGICZNE** | | | | | | | |
| 4 | Zespół Placówek Oświatowych  Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna Powiatu Limanowskiego | Udzielanie pomocy psychologiczno – pedagogicznej w tym pomocy logopedycznej, pomocy w wyborze kierunku kształcenia  i zawodu, dzieciom  i młodzieży uczącej się, a także udzielanie pomocy psychologiczno – pedagogicznej, związanej  z wychowaniem  i kształceniem dzieci  i młodzieży, rodzicom  i nauczycielom. | ul. Zygmunta Augusta 8  34-600 Limanowa | Tel. 18 3371737  wg stawek operatora | Poniedziałek – piątek  7:30 – 17:00 | [pomagamy@poczta.onet.pl](mailto:pomagamy@poczta.onet.pl) | Dzieci, młodzież, rodzice i nauczyciele  z terenu powiatu limanowskiego |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ** | | | | | | | |
| 5 | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie  w Limanowej | Prowadzenie  Programów  korekcyjno-  edukacyjnych dla  sprawców przemocy  oraz psychologiczno-  terapeutycznych dla  rodzin dotkniętych  przemocą | Ul. Józefa Marka 9  34-600 Limanowa | tel. 18 3375826  798311499  wg stawek operatora | Poniedziałek–piątek  7.15 – 15.15 | [pcpr@powiat.limanowski.pl](mailto:pcpr@powiat.limanowski.pl) | Każdy mieszkaniec powiatu limanowskiego |
| 6 | 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 | Poniedziałek–sobota  08.00–22.00  niedziela i święta  08.00–16.00 | www.niebieskalinia.info  biuro@niebieska linia.pl | Dla osób doświadczających przemocy domowej |
| 7 | Lokalny Punkt Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przestępstwem | Kompleksowa oferta Punktu skierowana jest do osób pokrzywdzonych przestępstwem oraz do osób im najbliższych  i obejmuje bezpłatną: pomoc osoby pierwszego kontaktu (dotyczy również świadków przestępstwa), pomoc psychologiczną (dotyczy również świadków przestępstwa), pomoc prawną, pomoc psychiatryczną, pomoc tłumacza (także tłumacza jęz. migowego). | **W budynku Starostwa Powiatowego  w Limanowej (parter, Klub Pracy, ul. Józefa Marka 9)** | Dyżur całodobowy 7 dni w tygodniu, tel.  783-222-800 | Punkt czynny jest  w następujących godzinach:  Poniedziałek:  15.30 – 19.30  Wtorek:  15.30 – 19.30  Środa:  15.30 – 19.30  Czwartek:  15.30 – 19.30 | www.funduszsprawiedliwosci. gov.pl www.pokrzywdzeni.gov.pl www.podhaleregion.pl | Do Punktu mogą się zgłaszać osoby, które zostały pokrzywdzone różnego typu przestępstwami m.in. przeciwko mieniu (kradzież, oszustwo, uszkodzenie mienia), przeciw rodzinie  i opiece (znęcanie się, przemoc domowa, uchylanie się od alimentów), przeciwko wolności (groźba karalna, stalking, pozbawienie wolności, handel ludźmi) oraz przeciwko zdrowiu  i życiu (uszkodzenia ciała, pobicie, nieumyślne spowodowanie śmierci, zabójstwo). |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **INTERWENCJA KRYZYSOWA** | | | | | | | |
| 8 | 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.pl | 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** | | | | | | | |
| 9 | Powiatowy Urząd Pracy  w Limanowej | Usługi z zakresu pośrednictwa pracy, poradnictwa zawodowego, informacji zawodowej, pomocy w aktywnym poszukiwaniu pracy, organizacji szkoleń. | ul. Józefa Marka 9  34-600 Limanowa  Ul. Starowiejska 9  34-730 Mszana Dolna | 18 3311710  Wg stawek operatora | Poniedziałek-piątek  7.15 – 15.15 | limanowa.praca.gov.pl | Osoby bezrobotne  i poszukujące pracy  z terenu powiatu limanowskiego |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 10 | 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. | Poniedziałek-piątek  08.00-18.00 | www.zielonalinia. gov.pl  biuro@zielonalinia.gov.pl | Mogą korzystać:  – zarejestrowani  -poszukujący pracy  – pracodawcy |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **PRAWO KONSUMENCKIE** | | | | | | | |
| 11 | Powiatowy Rzecznik Konsumentów | Udzielanie ustnych porad i pomocy prawnej w oparciu  o przedstawiony materiał dowodowy, kierowanie do przedsiębiorców korespondencji w oparciu o dowody przedstawione przez Konsumenta  i obowiązujące przepisy,  prowadzenie postępowania mediacyjnego celem ugodowego załatwiania sprawy,  kierowanie spraw konsumenckich na drogę postępowania sądowego  i reprezentowanie Konsumentów przed sądami (w zależności od okoliczności sprawy i opinii radcy prawnego Biura) | Starostwo Powiatowe w Limanowej  Ul. Józefa Marka 9  34-600 Limanowa  Pok.102 | 18 3337822  Wg stawek operatora | Poniedziałek-piątek  7.30 do 15.30 | rzecznik.konsumentow@powiat.limanowski.pl | Mieszkańcy powiatu limanowskiego |
| 12 | 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 | Poniedziałek-piątek  08.00-18.00 | https://www.uokik.gov.pl/  porady@dlakonsumentow.pl | Prawo konsumenckie |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **PRAWA PACJENTA** | | | | | | | |
| 13 | Małopolski Oddział Wojewódzki NFZ | Informacje dotyczące świadczeń medycznych | ul. Ciemna 6, 31-053 Kraków | tel. (12) 298 81 00  Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora | Poniedziałek-piątek  8.00 – 16.00 | www.nfz-krakow.pl | Pacjenci oraz świadczeniodawcy |
| 14 | 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 | Poniedziałek-piątek  08.00-20.00 | https://www.bpp.gov.pl  kancelaria@rpp.gov.pl | Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta |
| 15 | 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 | Poniedziałek-piątek  08.00-16.00 | http://www.nfz.gov.pl  infolinia@nfz.gov.pl | Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym |
| 16 | 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 | Poniedziałek-piątek  godz. 08.00-17.00 | www.niepelnosprawni.gov.pl  sekretariat.bon@ mrpips.gov.pl | Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych |
| 17 | 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 | Poniedziałek-piątek  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** | | | | | | | |
| 18 | Zakładu Ubezpieczeń Społecznych  w Limanowej | Informacje dotyczące m. in. : emerytur  i rent, świadczeń przedemerytalnych,  kapitału początkowego  i innych świadczeń  Zakres informacji:  – pomoc techniczna  – składki  – renty  – emerytury | Ul. Józefa Marka 9, 34-600 Limanowa | (0-18) 337-96-10 | poniedziałek: 08:00-18:00 wtorek:  08:00 – 15:00  środa:  08:00 – 15:00 czwartek:  08:00 – 15:00 piątek:  08:00 – 15:00 |  | Mieszkańcy powiatu limanowskiego  Adresaci porad:  – ubezpieczeni  – płatnicy  – lekarze |
| **PRAWO PRACY** | | | | | | | |
| 19 | 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** | | | | | | | |
| 20 | 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 tel. komórkowych + 48 (22)33 00 330(  z tel. zagranicznych. Koszt zgodnie z taryfą operatora | Poniedziałek-piątek  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** | | | | | | | |
| 21 | 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 | Poniedziałek-piątek 08.00-18.00 Poniedziałek-piątek 11.00-15.00 Poniedziałek-piątek 08.00-16.00 | Porady e-mail: porady@rf.gov.pl  (czas oczekiwania na odpowiedz  e-mailową ok.2 tygodni)  biuro@rf.gov.pl | Osoby ubezpieczone  i w sporze dotyczącym ubezpieczeń |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **INNE** | | | | | | | | | | | | | |
| **22** | | [**WWW.**](http://WWW/) **OBYWATEL.GOV.PL** | | | | | | | [Informacje i usługi przyjazne obywatelom](https://obywatel.gov.pl/) portal  Ministerstwa Cyfryzacji | | | | |
| 23 | | 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  wtorek -piątek godz. 08.00-16.00 | | https://www.rpo. gov. pl  biurorzecznika@ brpo. gov.pl | | Może zgłosi waża,  że jego ć się każdy, kto u  prawa są naruszone |
| **DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM** | | | | | | | | | | | | | |
| 24 | Ośrodek Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przestępstwem | | Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne, finansowe | | Lokalny Punkt Pomocy osobom Pokrzywdzonym Przestępstwem ul. Piłsudskiego 20 34-600 Limanowa | | tel: 794 001 245 Koszt zgodnie z taryfą operatora | | Dyżur:  Środa  09:00- 14:00  Sobota  07:00 -12:00 | www.pokrzywdzeni.gov.pl  funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl | | Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie | |