

LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

Lista zawiera **dane jednostek** nieodpłatnego poradnictwa uporządkowane według tematyki poradnictwa, w tym jednostek **publicznych**, jednostek **niepublicznych działających na zlecenie** oraz jednostek **prowadzących działalność pożytku publicznego działających na zlecenie**, którym powierzono zadania z zakresu poradnictwa specjalistycznego na podstawie odrębnych przepisów. Dane obejmują informacje o nazwie jednostek, zakresie poradnictwa, adresach i danych kontaktowych, w tym o stronach internetowych i numerach telefonicznych, dniach i godzinach działalności oraz kryteriach dostępu do usługi.

Na poniższym wykazie ujęto także krajowe infolinie tematyczne i innych formach porad świadczonych za pośrednictwem komunikacji elektronicznej.

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

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
RODZINNE							
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Wspieranie Rodziny i System Pieczy Zastępczej	ul. Konstytucji 3 Maja 6, 96-100 Skierniewice	(46) 834 59 47	Pon - Pt 8.00-16.00	pcpr@powiat-skierniewice.pl	Każdy mieszkaniec powiatu skierniewickiego
PSYCHOLOGICZNE							
2.	Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Skierniewicach	udzielanie dzieciom i młodzieży pomocy psychologiczno-pedagogicznej, w tym pomocy logopedycznej, pomocy w wyborze kierunku kształcenia i zawodu, a także	ul. Konstytucji 3 Maja 6, 96-100 Skierniewice	(46) 834 59 80	Pon. - Pt. 8.00 -17.00 Sekretariat Pon. - Pt. 8.00 -16.00	ppppskce@op.pl	Każdy mieszkaniec powiatu skierniewickiego

		udzielanie rodzicom i nauczycielom pomocy psychologiczno-pedagogicznej, związanej z wychowywaniem i kształceniem dzieci i młodzieży.					
3.	Poradnia Zdrowia Psychicznego Wojewódzkiego Szpitala Zespołonego w Skierniewicach	Poradnia zdrowia psychicznego	ul. Wita Stwosza 1 96-100 Skierniewice	(46) 833 59 14	Pon. 10.00 – 18.00 Wt. 7.30 – 15.05 Śr. 7.30 – 18.30 Czw. 7.30 – 17.30 Pt. 7.30 – 15.05	www.szpitalskierniewice.pl/poradnia-zdrowia-psychicznego.html	Dla osób będących w kryzysie psychicznym
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.liniawsparcia.pl porady@liniawsparcia.pl	Dla osób będących w kryzysie psychicznym
PEDAGOGICZNE							
5.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Skierniewicach	Poradnia udziela dzieciom i młodzieży rzetelnej pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej	ul. Rybickiego 6 96-100 Skierniewice	(46) 833-28-28, 500-081-263	Pon. 8.00 – 17.00 Wt. 8.00 – 17.00 Śr. 8.00 – 17.00 Czw. 8.00 – 17.00 Pt. 8.00 – 16.00	pppsk@interia.pl poradnia-skierniewice.pl	Mieszkańcy Miasta Skierniewice
POMOC SPOŁECZNA							
6.	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Skierniewicach	Wsparcie podopiecznych (pomoc finansowa, wsparcie psychologiczne, porady prawne)	ul. Senatorska 12 96-100 Skierniewice	(46) 833 39 48	Pon. - Pt. 8.00-16.00	sekretariat@mopr.skierniewice.pl ice.bipst.pl moprskierniewice.pl	Mieszkańcy Miasta Skierniewice

ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

7	Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Skierniewicach	Sprawy z zakresu profilaktyki alkoholowej	ul. Jagiellońska 21 pok. 1 96-100 Skierniewice	Brak	Każda środa od godz. 16.15 według potrzeb	Brak	Mieszkańcy Miasta Skierniewice
8	Poradnia Terapii Uzależnień	Poradnia Leczenia Uzależnień	ul. Sobieskiego 4, pawilon C, wejście od Al. Rataja	(46) 833-04-46	Poniedziałek – czwartek, godz. 7.30 – 15.05, 16.00 – 21.00; piątek, godz. 7.30 – 15.05	www.szpitalskierniewice.pl/poradnia-leczenia-uzalezni.html	Rejestracja do poradni odbywa się bez skierowania lekarskiego. Pacjent zobowiązany jest do podania numeru PESEL. Istnieje możliwość rejestracji telefonicznej.

PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ

9	Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie Skierniewicach	Prowadzenie spraw z zakresu profilaktyki przemocy	ul. Senatorska 12 96-100 Skierniewice	(46) 833 39 48	Pon. - Pt. 8.00-16.00	sekretariat@mopr.skierniewice.bipst.pl	Mieszkańcy Miasta Skierniewice
10	Punkt Informacyjno-Konsultacyjny	- pierwszy kontakt edukacyjno - motywacyjny z osobami uzależnionymi od alkoholu i ich rodzinami, - grupy wsparcia, - prace społeczne członków.	ul. Kozińskiego 3 96-100 Skierniewice	(46) 833 11 25	6x w tygodniu godz. 17.0-22.00	ametyst@ametyst.org.pl	Mieszkańcy Miasta Skierniewice i mieszkańcy powiatu skierniewickiego
11	Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia Ofiar Przemocy Rodzinie w Skierniewicach	- pierwszy kontakt diagnostyczny z ofiarą przemocy, - indywidualne prace z	ul. Kozińskiego 3 96-100 Skierniewice	(46) 833 11 25	5x w tygodniu x 8 godz. hostel- 7 dni w tygodniu/24h	ametyst@ametyst.org.pl	Mieszkańcy Miasta Skierniewice i mieszkańcy powiatu skierniewickiego

		psychologiem, - grupa wsparcia, - poradnictwo prawne, - konsultacje z psychologiem, - rozmowy wstępne ze sprawcą przemocy, - mediacje rodzinne, - HOSTEL- miejsce dla kobiet i kobiet z dziećmi.					
12	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							
13	Miejski Zespół Zarządzania Kryzysowego w Skierniewicach	Monitorowanie bezpieczeństwa	al. Rataja 4 96-100 Skierniewice	46 833-36-11 wew. 47 (8-16) 727 501 551 (16-8)		mczk@um.skierniewice.pl	Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
14	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.pl .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

15	Powiatowy Urząd Pracy	poradnictwo indywidualne, grupowe udzielanie informacji o usługach rynku pracy i sytuacji na lokalnym rynku pracy	Al. Niepodległości 7 96-100 Skierniewice	tel.: 0-46 833-61-82 tel.: 0-46 833-63-99 fax: 0-46 833-61-82 wew. 215	Pon. – Pt. 8.00- 16.00	info@pupskierniewice.pl losk@praca.gov.pl www.pupskierniewice.pl	Osoby bezrobotne poszukujące pracy pracodawcy osoby niezarejestrowane
16	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

PRAWO KONSUMENCKIE

17	Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	ul. Piłsudskiego 2 96-100 Skierniewice	46 834-51-99	Pon. 9.00 - 15.00 Wt. 10.00 - 16.00 Śr. 9.00 - 17.00 Czw. 10.00 - 16.00 Pt. 8.00 - 12.00	p.gabrych@um.skierniewice.pl	Mieszkańcy Miasta Skierniewice
18	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	www.uokik.gov.pl/ porady@dlakonsumentow.pl	Prawo konsumenckie

PRAWA PACJENTA

19	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	www.bpp.gov.pl kancelaria@rpp.gov.pl	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
20	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	www.nfz.gov.pl infolinia@nfz.gov.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
21	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	www.niepelnosprawni.gov.pl sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych
22	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

23	Zakład Ubezpieczeń Społecznych w Skierniewicach	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	al. Niepodległości 5 96-100 Skierniewice	(22) 560 16 00	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	www.zus.info.pl/zus-skierniewice/	Miasto: Skierniewice Gminy: Bolimów, Głuchów, Godzianów, Kowiesy, Lipce Reymontowskie, Maków, Nowy Kawęczyn, Skierniewice, Słupia
24	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. 07.00 – 18.00	www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze
PRAWO PRACY							
25	Okręgowy Inspektorat Pracy w Łodzi	Informacja dotycząca przepisów prawa pracy, w tym bezpieczeństwa i higieny pracy, poprzez efektywne i ukierunkowane kontrole oraz działania prewencyjne, zmierzające do ograniczenia zagrożeń wypadkowych i poszanowania prawa pracy.	al. Kościuszki 123 Łódź	(42) 636 23 13	pn. – pt. 08.00 – 16.00	lodz.pip.gov.pl	

26	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

27	Urząd Skarbowy w Skierniewicach	Informacja w zakresie prawa podatkowego z wyłączeniem spraw podatkowych związanych z prowadzeniem działalności gospodarczej z wyjątkiem przygotowania do rozpoczęcia działalności.	ul. Czerwona 22 96-100 Skierniewice	(46) 834 63 00	Pn. 7.30-18.00 Wt. - Pt. 7.30-15.30	www.lodzkie.kas.gov.pl	
28	Krajowa Informacja Skarbowa	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Teodora Sixta 17, 43-300 Bielsko-Biała	01 055 055 z tel. stacjonarnych. (22) 330 03 30 z tel. komórkowych. 48 (22)33 00 330 z tel. zagranicznych. Koszt zgodnie z taryfą peratora	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

29	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							
30	WWW.OBYWATEL.GOV.PL			Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji			
31	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 .pl	Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone

CZĘŚĆ II: NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA (wg art. 8a ust 1 pkt 2):

ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu: **46 834 51 77** lub e-mail: m.denisiuk@um.skierniewice.pl

Z porad **może skorzystać każda osoba**, której nie stać na odpłatną pomoc prawną i która złoży stosowne oświadczenie.

PUNKT NR 1

(prowadzi: Miasto Skierniewice)

Godziny otwarcia:

poniedziałek 12.00-16.00 (radca prawny)

wtorek 12.00-16.00 (radca prawny)

środa 8.00-12.00 (adwokat lub radca prawny)

czwartek 8.00-12.00 (adwokat)

piątek 8.00-12.00 (adwokat)

PUNKT NR 2

(prowadzi: Stowarzyszenie Wsparcie Społeczne „JA-TY-MY” z Łodzi)

Godziny otwarcia:

poniedziałek 08.00-12.00 (adwokat lub radca prawny)

wtorek 08.00-12.00 (adwokat lub radca prawny)

środa 12.00-16.00 (adwokat lub radca prawny)

czwartek 12.00-16.00 (adwokat lub radca prawny)

piątek 12.00-16.00 (adwokat lub radca prawny)