|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| NAZWA  JEDNOSTKI | ZAKRES  PORADNICTWA | ADRES | TELEFON  odpłatności  połączeń | | DOSTĘPNOŚĆ  dni i godzin | WWW  e-mail | | KRYTERIA  DOSTĘPU |
| Rodzinne | | | | | | | | |
| Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Puławach | - poradnictwo psychologiczne, terapia indywidualna | al. Królewska 3  24-100 Puławy | | Tel. 81 888 0 4 92  81 888 53 06  81 888 53 05  Bezpłatna infolinia  800 110 001 | poniedziałek 8.00-16.00  wtorek-piątek 7.00-18.00 | pcpr\_pul@o2.pl | | Mieszkańcy powiatu puławskiego |
| - poradnictwo prawne | czwartek 15.00-17.00 |
| - program korekcyjno- edukacyjny dla osób stosujących przemoc, |  |
| - całodobowy hostel dla osób doświadczających przemocy |
| Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Puławach | -pomoc psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna dla dzieci i młodzieży,  - konsultacje dla rodziców, | al. Królewska 19  24-100 Puławy | | Tel. 81 886 47 96 | Od poniedziałku do piątku 8.00 do 16.00 | poradnia.pulawy@wp.pl | | Mieszkańcy powiatu puławskiego |
| Fundacja „Praesterno”  - Ośrodek w Puławach | - poradnictwo rodzinne  - poradnictwo psychologiczne dla dorosłych i młodzieży  -treningi umiejętności społecznych | ul. Czartoryskich 8  24-100 Puławy | | Tel. 603 772 230 | godziny pracy ustalane telefonicznie | www.praestarno.pl  besz2@wp.pl | | Według zgłoszeń |
| Stowarzyszenie „Barwy Tęczy” | - prowadzenie poradnictwa rodzinnego (spotkania z rodzicami, pomoc i konsultacje dla rodziców podopiecznych) | ul. Niemcewicza 9  24-100 Puławy | | Tel. 882 019 887 | pn.-pt.: 15.00-19.00 | barwy.teczy378@gmail.com | | Według zgłoszeń |
| Stowarzyszenie „Rodzina” | - prowadzenie poradnictwa rodzinnego (spotkania z rodzicami, pomoc i konsultacje dla rodziców podopiecznych) | ul. Piramowicza 12  24-100 Puławy | | Tel. 662 040 138 | pn.-pt.: 15.15-19.15 | gosiateper@op.pl  www.rodzina.pulawy.pl | | Według zgłoszeń |
| Puławskie Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego | - terapia rodzinna  -prowadzenie poradnictwa rodzinnego (spotkania z rodzicami, pomoc i konsultacje dla rodziców podopiecznych) | Ul. Wólka Profecka 26  24-100 Puławy | | 81 888 42 20  81 458 62 22,  Infolinia: 800 306 833 | całodobowo | psozp@poczta.onet.pl | | Według zgłoszeń |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Nałęczowie | -specjalistyczne poradnictwo rodzinne dla rodzin przeżywających trudności opiekuńczo-wychowawcze, tj: mediacje rodzinne, poradnictwo psychologiczne, poradnictwo psychologiczne dziecięce, terapia rodzinna, problemy uzależnień;  -działania profilaktyczne wspierające rodzinę w pełnieniu funkcji opikuńczo-wychowawczej | ul. Spółdzielcza 17 A  24-150 Nałęczów | | Tel./fax: 81 501 44 81  kom. 513 16 393, 513 177 989 | pn.- pt. w godz. 7.30-15.30 | mops@naleczow.pl  www.naleczow.naszops.pl | | Mieszkańcy gminy Nałęczów |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Puławach | - specjalistyczne poradnictwo dla osób i rodzin będących w trudnej sytuacji życiowej | ul. Leśna17  24-100 Puławy | | Tel. 81 458 62 01  tel/fax  (81) 458 62 09 | Pn., śr.-pt. 7.15-15.15  Wt. 7.15-16.30 | sekretariat@mops.pulawy.pl [www.mops.pulawy.pl](http://www.mops.pulawy.pl) | | Mieszkańcy Puław |
| Psychologiczne | | | | | | | | |
| Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna | - poradnictwo psychologiczne i pedagogiczne dla dzieci i młodzieży,  - konsultacje dla rodziców. | Al. Królewska 19  24-100 Puławy | | Tel. 81 886 47 96 | Od poniedziałku do piątku 8.00 do 16.00 | poradnia.pulawy@wp.pl | | Mieszkańcy powiatu puławskiego |
| Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Puławach | - poradnictwo psychologiczne, terapia indywidualna | Al. Królewska 3  24-100 Puławy | | Tel. 81 888 0 4 92  81 888 53 06  81 888 53 05  Bezpłatna infolinia  800 110 001 | poniedziałek 8.00-16.00  wtorek-piątek 7.00-18.00 | www.pcpr.pulawy.pl  pcpr\_pul@o2.pl | | Mieszkańcy powiatu puławskiego |
| Puławskie Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego | - poradnictwo i wsparcie psychologiczne | Ul. Wólka Profecka 26  24-100 Puławy | | 81 888 42 20  81 458 62 22,  Infolinia: 800 306 833 | Godziny pracy: całodobowo | psozp@poczta.onet.pl | | Według zgłoszeń |
| Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychologicznego (zlecenie NFZ) | Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze | Fundacja ITAKA  skr. pocztowa 127  00-958 Warszawa 66 | | 800 70 2222  Bezpłatna infolinia | 24 godz. 7 dni w tygodniu | www.liniawsparcia.pl  porady@liniawsparcia.pl | | Dla osób będących w kryzysie psychicznym |
| Katolickie Stowarzyszenie Pomocy Osobom Potrzebującym AGAPE | Poradnictwo psychologiczne | ul. Słowackiego 32  24-100 Puławy | | Tel. 81 534 38 87 | Wtorek, Środa: 14.00-20.00  Piątek: 8.00-16.00 | www.agape.lublin.pl  poczta@agape.lublin.pl | | Według zgłoszeń |
| Stowarzyszenie „Barwy Tęczy” | -Poradnictwo psychologiczne  -poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych | ul. Niemcewicza 9/7  24-100 Puławy | | Tel. 882 019 887 | Pon.-pt.: 15.00-19.00 | barwy.teczy378@gmail.com | | Według zgłoszeń |
| Stowarzyszenie „Rodzina” | Poradnictwo psychologiczne- specjalistyczna placówka wsparcia dziennego dla dzieci z rodzin z problemem alkoholowym | ul. Piramowicza 12  24-100 Puławy | | Tel. 662 040 138 | Pn.-pt.: 15.15-19.15 | gosiateper@op.pl  www.rodzina.pulawy.pl | | Według zgłoszeń |
| Towarzystwo NOWA KUŹNIA | Specjalistyczna placówka wsparcia dziennego dla dzieci z rodzin z problemem alkoholowym  - poradnictwo psychologiczne | ul. Legionu Puławskiego 8  24-100 Puławy | | Tel. 602 796 368 | Pn.-pt.: 15.00-20.00 | www.towarzystwo-kuznia.lublin.pl  poczta@isiudem.pl | | Według zgłoszeń |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Nałęczowie | Poradnictwo psychologiczne | ul. Spółdzielcza 17 A  24-150 Nałęczów, | | Tel./fax: 81 501 44 81  kom. 513 16 393, 513 177 989 | Pn. 12.00-18.00 | mops@naleczow.pl  www.naleczow.naszops.pl | | Według zgłoszeń |
| Punkt Informacyjno-Konsultacyjny „Przystanek” | Porady psychologa i Grupa Wsparcia pod kierunkiem psychologa | Ul. Kilińskiego 2a  24-170 Kurów | | 81 88 11 701 | Sobota w godz. 12.00-14.00  Grupa Wsparcia I sobota miesiąca w godz. 14.00-18.00 | ops.kurow.eu | | Według zgłoszeń |
| 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 | | Według zgłoszeń |
| PEDAGOGICZNE | | | | | | | | |
| Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna | - poradnictwo psychologiczne i pedagogiczne dla dzieci i młodzieży,  - konsultacje dla rodziców. | Al. Królewska 19  24-100 Puławy | | Tel. 81 886 47 96 | Pn.-pt: 8.00 do 16.00 | poradnia.pulawy@wp.pl | | Mieszkańcy powiatu puławskiego |
| Rzecznik Praw Dziecka- dziecięcy telefon zaufania | Ochrona praw dziecka | Biuro RPD ul. Przemysłowa 30/32  00-450 Warszawa | | 800 121 212  Bezpłatna infolinia  Tel. 22 583 66 00 | Pn.-pt.: 8.15-20.00 (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią) | brpd.gov.pl  rpd@brpd.gov.pl | | Dla osób, których dotyczą sprawy przemocy oraz problemy z relacjami rówieśniczymi, szkolnymi i rodzinnymi. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem |
| POMOC SPOŁECZNA | | | | | | | | |
| Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Puławach | - poradnictwo psychologiczne, terapia indywidualna  - poradnictwo prawne  - program korekcyjno- edukacyjny dla osób stosujących przemoc,  - całodobowy hostel dla osób doświadczających przemocy | al. Królewska 3  24-100 Puławy | | Tel. 81 888 0 4 92  81 888 53 06  81 888 53 05  Bezpłatna infolinia  800 110 001 | .00 poniedziałek 8.00-16.00  wtorek-piątek 7.00-18.00 | www.pcpr.pulawy.pl  pcpr\_pul@o2.pl | Według zgłoszeń | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Puławach | - pomoc pieniężna i niepieniężna w zakresie pomocy społecznej | ul. Leśna17  24-100 Puławy | | Tel.81 458 62 01  tel/fax  (81) 458 62 09 | Pn., śr.-pt. 7.15-15.15  Wt. 7.15-16.30 | sekretariat@mops.pulawy.pl [www.mops.pulawy.pl](http://www.mops.pulawy.pl) | Mieszkańcy Puław | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Puławach | - pomoc pieniężna i niepieniężna w zakresie pomocy społecznej | ul. Dęblińska 4  24-100 Puławy | | tel. +48 (81) 889-05-19 faks +48 (81) 888-82-45 | poniedziałek-piątek: 7:30-15:30 | gops@gops.pulawy.pl | Mieszkańcy Gminy Puławy | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Nałęczowie | - pomoc pieniężna i niepieniężna w zakresie pomocy społecznej | ul. Spółdzielcza 17 A  24-150 Nałęczów, | | 4 Tel./fax: 81 501 44 81  kom. 513 16 393, 513 177 9894 8 | pn.- pt. w godz. 7.30-15.30 | mops@naleczow.pl  www.naleczow.naszops.pl | Mieszkańcy Gminy Nałęczów | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej w Kazimierzu Dolnym | - pomoc pieniężna i niepieniężna w zakresie pomocy społecznej | ul. Lubelska 32/34  24-120 Kazimierz Dolny | | tel: (81) 881-01-53 tel./fax: (81) 888-45-88 | **Pn.- pt. w godz. 730-1530** | www.kazimierzdolny.naszops.pl  kazimierzdolny.ops@gmail.com | Mieszkańcy Gminy Kazimierz Dolny | |
| Gminny Ośrodek Społeczny w Janowcu | - pomoc pieniężna i niepieniężna w zakresie pomocy społecznej | ul. Lubelska 21  24-123 Janowiec | | tel/fax: 81 881 55 04 tel. kom: 502 710 622 | Ośrodek czynny jest od poniedziałku do piątku w godzinach od 700-1500 | gops.janowiec@samorzad.pl | Mieszkańcy Gminy Janowiec | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej w Wąwolnicy | - pomoc pieniężna i niepieniężna w zakresie pomocy społecznej | ul. Lubelska 39 24-160 Wąwolnica | | tel. 81 882 50 51 | Dni robocze od 7:00 do 15:00 | opsw@gt.pl | Mieszkańcy Gminy Wąwolnica | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Markuszowie | - pomoc pieniężna i niepieniężna w zakresie pomocy społecznej | ul. Marka Sobieskiego 1 24-173 Markuszów | | Tel: (081)8818071 | poniedziałek - 9.00 - 17.00 wtorek- piątek - 7.15 - 15.15 | gops@markuszow.pl | Mieszkańcy Gminy Markuszów | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej w Końskowoli | - pomoc pieniężna i niepieniężna w zakresie pomocy społecznej | ul. Pożowska 3a  24-130 Końskowola | | tel./fax  81 881 69 09 | pon., wt., czw., pt.-  7.00-15.00  śr.- 9.00-17 | ops\_konskowola@post.pl | Mieszkańcy Gminy Końskowola | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej w Kurowie | - pomoc pieniężna i niepieniężna w zakresie pomocy społecznej | ul. Lubelska 45  24-170 Kurów | | Tel./fax 81 88-11-490 | Poniedziałek - Piątek: 7:00 - 15:00 |  | Mieszkańcy Gminy Kurów | |
| **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Baranowie** | - pomoc pieniężna i niepieniężna w zakresie pomocy społecznej | ul. Rynek 14 24-105 Baranów | | tel./fax: 81 883-41-54 | Poniedziałki: **8:00 - 16:00** Wtorki - Piątki: **7:00 - 15:00** | gops@gminabaranow.pl | Mieszkańcy Gminy Baranów | |
| **Ośrodek Pomocy Społecznej w Żyrzynie** | - pomoc pieniężna i niepieniężna w zakresie pomocy społecznej | ul. Powstania Styczniowego 15 , 24-103 Żyrzyn | | **Telefon/fax**: 81 881 42 68 | poniedziałek : 8.00 - 16.00 wtorek - piątek : 7.00 - 15.00 | ops\_zyrzyn@onet.pl | Mieszkańcy Gminy Żyrzyn | |
| ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ | | | | | | | | |
| Stowarzyszenie MONAR | Punkt konsultacyjny dla osób i rodzin dotkniętych problemem narkomanii | al. Królewska 3a  24-100 Puławy | | Tel./faks: 81 886 42 36 | Wtorek, piątek:  14.00- 20.00,  środa- czwartek: 8.00-14.00 | www.monarpulawy.pl  monar\_pulawy@poczta.onet.pl | | Według zgłoszeń |
| Katolickie Stowarzyszenie Pomocy Osobom Potrzebującym AGAPE | Punkt konsultacyjny dla osób i rodzin z problemami alkoholowymi | ul. Słowackiego 32  24-100 Puławy | | Tel. 815 343 887 | Wtorek- środa: 14.00-20.00  Piątek: 8.00-16.00 | www.agape.lublin.pl  poczta@agape.lublin.pl | | Według zgłoszeń |
| Fundacja „Praesterno”  - Ośrodek w Puławach | Program działań psychoedukacyjnych i terapeutycznych w zakresie profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych | Ul. Czartoryskich 8  24-100 Puławy | | Tel. 603 772 230 | Godziny pracy: ustalane telefonicznie | www.praestarno.pl  praestarno.pulawy@wp.pl | | Według zgłoszeń |
| Puławskie Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego | Poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych | ul. Wólka Profecka 26  24-100 Puławy | | Tel. 81 888 42 20 Infolinia: 800 306 833 | całodobowo | psozp@poczta.onet.pl | | Według zgłoszeń |
| Stowarzyszenie „Barwy Tęczy” | Placówka wsparcia dziennego dla dzieci z rodzin z problemami alkoholowymi | ul. Niemcewicza 9/7  24-100 Puławy | | Tel. 882 019 887 | Pon.-pt.: 15.00-19.00 | barwy.teczy378@gmail.com | | Według zgłoszeń |
| Stowarzyszenie „Rodzina” | Poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych | ul. Piramowicza 12  24-100 Puławy | | Tel. 662 040 138 | Pon.-pt.: 15.15-19.15 | gosiateper@op.pl  www.rodzina.pulawy.pl | | Według zgłoszeń |
| Towarzystwo NOWA KUŹNIA | Specjalistyczna placówka wsparcia dziennego dla dzieci z rodzin z problemem alkoholowym  - poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych | ul. Legionu Puławskiego 8  24-100 Puławy | | Tel. 602 796 368 | Pon.-pt.: 15.00-20.00 | www.towarzystwo-kuznia.lublin.pl  poczta@isiudem.pl | | Według zgłoszeń |
| Punkt Konsultacyjny Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych- Wąwolnica | Pomoc w rozwiązywaniu problemów alkoholowych | ul. Lubelska 39  24-160 Wąwolnica, pok. 14 | | Tel. 81 882 50 72 wew. 30 | Pon.-pt.: 7.00-15.00 |  | | Według zgłoszeń |
| Punkt Konsultacyjny dla osób z problemami alkoholowymi- Żyrzyn | Inf. o możliwościach leczenia osób uzależnionych, motywowanie do terapii, porady i wsparcie dla członków rodzin z problemem alkoholowym i przemocy rodzinie, pomoc psychologiczno-terapeutyczna dla osób uzależnionych i współuzależnionych od alkoholu | ul. Powstania Styczniowego 10,  24-103 Żyrzyn | |  | Co druga środa miesiąca w godz. 16.00-18.00 |  | | Według zgłoszeń |
| Zespół Interdyscyplinarny, gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych | Pomoc w rozwiązywaniu problemów alkoholowych | Ul. Lubelska 93  24-130 Końskowola | | Te. 81 881 69 09 | środa 9.00-11.00 | http://konskowola.naszops.pl | | Mieszkańcy Gminy Końskowola |
| Niebieska Linia Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych | Oferuje całodobową pomoc osobom doznającym przemocy w rodzinie, świadkom przemocy oraz osobom poszukującym informacji na temat zjawiska przemocy w rodzinie | Al. Jerozolimskie 155  02-326 Warszawa | | 800 120 002  Bezpłatna infolinia | Pon.- sob. Godz. 8.00- 22.00  Ndz. i święta godz. 8.00-16.00 | www.niebieskalinia.info  biuro@niebieskalinia | | Według zgłoszeń |
| PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ | | | | | | | | |
| Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Puławach | - poradnictwo psychologiczne, terapia indywidualna  - poradnictwo prawne  - program korekcyjno- edukacyjny dla osób stosujących przemoc,  - całodobowy hostel dla osób doświadczających przemocy | al. Królewska 3  24-100 Puławy | | Tel. 81 888 0 4 92  81 888 53 06  81 888 53 05  Bezpłatna infolinia  800 110 001 | poniedziałek 8.00-16.00  wtorek-piątek 7.00-18.00 | pcpr\_pul@o2.pl | | Według zgłoszeń |
| Katolickie Stowarzyszenie Pomocy Osobom Potrzebującym AGAPE | Poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie | ul. Słowackiego 32  24-100 Puławy | | Tel. 815 343 887 | Wtorek- środa : 14.00-20.00  Piątek: 8.00-16.00 | www.agape.lublin.pl  poczta@agape.lublin.pl | | Według zgłoszeń |
| Puławskie Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego | Całodobowa pomoc dla osób doznających przemocy w rodzinie z możliwi]ością udzielania schronienia | ul. Wólka Profecka 26  24-100Puławy | | Tel. 81 458 62 21 Infolinia: 800 306 833 | całodobowo | psozp@poczta.onet.pl | | Według zgłoszeń |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Nałęczowie | Grupa wsparcia dla kobiet doświadczających przemocy | ul. Spółdzielcza 17 A  24-150 Nałęczów,  Miejsce realizacji:  ul. Głębocznica 23a  24-150 Nałęczów | | Tel./fax: 81 501 44 81  kom. 513 16 393, 513 177 989 | co dwa tygodnie w godz. 17.00-18.30 | mops@naleczow.pl  www.naleczow.naszops.pl | | Według zgłoszeń |
| Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie | Poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie | Ul. Lubelska 45  24-170 Kurów | | Tel. 81 88 11 490 | Pon.- pt. w godz. 7.00-15.00 | [ops@kurow.eu](mailto:ops@kurow.eu)  ops.kurow.eu | | Według zgłoszeń |
| Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy „Niebieska linia” | Pomoc psychologiczna, informacja o najbliższym miejscu przemocy w problemach przemocy domowej | Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych  Al. Jerozolimskie 155 | | 800 120 002  Bezpłatna infolinia | Pon.- sob. Godz. 8.00- 22.00  Ndz. i święta godz. 8.00-16.00 | www.niebieskalinia.info  biuro@niebieskalinia | | Dla osób doświadczających przemocy domowej |
| INTERWENCJA KRYZYSOWA | | | | | | | | |
| Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Puławach | - poradnictwo psychologiczne, terapia indywidualna  - poradnictwo prawne  - program korekcyjno- edukacyjny dla osób stosujących przemoc,  - całodobowy hostel dla osób doświadczających przemocy | al. Królewska 3  24-100 Puławy | | Tel. 81 888 0 4 92  81 888 53 06  81 888 53 05  Bezpłatna infolinia  800 110 001 | poniedziałek 8.00-16.00  wtorek-piątek 7.00-18.00 | pcpr\_pul@o2.pl | | Według zgłoszeń |
| Puławskie Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego | Poradnictwo w ramach interwencji kryzysowej | ul. Wólka Profecka 26  24-100 Puławy | | Tel. 81 888 42 20 Infolinia: 800 306 833 | całodobowo | psozp@poczta.onet.pl | | Według zgłoszeń |
| Centralne Zarządzanie Kryzysowe | Monitorowanie bezpieczeństwa | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa  Al. Rakowiecka 2a  00-993 Warszawa | | Całodobowy dyżur:  22 361 69 00  22 785 700 177 | 24 godz. na dobę przez 7 dni w tygodniu | dyzurny@rcb.gov.pl  poczta@rcb.gov.pl | | Świadek zagrożenia kryzysowego, os. Poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego |
| DLA OSÓB BEZROBOTNYCH | | | | | | | | |
| Powiatowy Urząd Pracy | - pomoc osobom poszukującym pracy oraz pracowników | ul. Lubelska 2G  24-100 Puławy | | tel./fax: 81 886 40 96 | Pn.-pt. 7.00-15.00 | [lupu@praca.gov.pl](mailto:lupu@praca.gov.pl)  [http://pulawy.praca.gov.pl](http://www.pup.pulawy.pl/undefined/) | | Według zgłoszeń |
| Infolinia Urzędów Pracy- Zielona Infolinia | Informacje o usługach urzędów pracy | Urząd Pracy  Ul. Ciepła 20  15-472 Białystok | | 19 524  (z Polski)  + 48 22 19524  (z zagranicy) | Pn.-pt. w godz. 8.00-18.00 | www.zielonalinia.gov.pl  biuro@zielonalinia.gov.pl | | Dla bezrobotnych zarejestrowanych, poszukujących pracy, pracodawcy |
| DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM | | | | | | | | |
| Fundusz Sprawiedliwości | - pomoc pokrzywdzonym i świadkom,  - przeciwdziałanie przestępczości,  - pomoc postpenitencjarna | Ministerstwo Sprawiedliwości  Al. Ujazdowskie 11  00-567 Warszawa | | 222 309 900 | Pn.pt.- 8.15-16.15 | funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl | | Według zgłoszeń, dla osób pokrzywdzonych przestępstwem, potrzebujących pomocy postpenitencjarnej |
| PRAWO KONSUMENCKIE | | | | | | | | |
| Powiatowy Rzecznik Konsumentów | Ochrona praw konsumenckich | Al. Królewska 19  24-100 Puławy | | 81 886 11 47 | Pon.- pt. w godz. 7.00-15.00 |  | | Według zgłoszeń |
| **Wojewódzki Inspektorat Inspekcji Handlowej w Lublinie** | Prawo konsumenckie | ul. T. Zana 38 c 20-601 Lublin | | 81 528-07-47 | Przyjęcia interesantów:  poniedziałek, środa, czwartek, piątek: 7:00 - 14:00 wtorek: 8:00 - 15:30 | [ihlublin@lublin.uw.gov.pl](mailto:ihlublin@lublin.uw.gov.pl) | | Według zgłoszeń |
| Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów | Ochrona praw konsumenckich | Pl. Powstańców Warszawy 1  00-950 Warszawa | | 801 440 220  22 290 89 16 | Pn.-pt. godz. 8.00-18.00 | porady@dlakonsumentow.pl | | Prawo konsumenckie |
| PRAWA PACJENTA | | | | | | | | |
| Narodowy Fundusz Zdrowia- Oddział Wojewódzki w Lublinie | Sprawy z zakresu ochrony zdrowia i udzielania świadczeń | Ul. Szkolna 16  20-124 Lublin | | 800 190 590 | Od poniedziałku do piątku 8.00 – 16.00 | www.nfz-lublin.pl | | Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym |
| Rzecznik Praw Pacjenta | Ochrona praw pacjenta | Ul. Młynarska 46  01-171 Warszawa | | 800 190 590  Bezpłatna infolinia  Zapisy na poradę indywidualną:  22 532 82 43 | Pn.-pt. godz. 8.00-20.00 | kancelaria@rpp.gov.pl  rezerwacja@rpp.gov.pl | | Każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta |
| Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala | Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego:  - prawa pacjenta,  - leczenie w kraju i poza granicami,  - kolejki do świadczeń | Ul. Grójecka 186  02-390 Warszawa | | 800 392 976- infolinia bezpłatna  22 572 60 42- koszt połączenia zgody z taryfą operatora | Pn.- pt. w godz. 8.00- 16.00 | www.nfz.gov.pl  infolinia@nfz.gov.pl | | Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym |
| Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych | Ochrona praw osób niepełnosprawnych | Siedziba:  Ul. Żurawia 4a  00-503 Warszawa  Korespondencja:  Ul. Nowogrodzka 1/3/5  00-513 Warszawa | | 801 801 015- koszt połączenia zgodny z taryfą operatora | Pn.- pt. w godz. 8.00- 17.00 | www.niepelnosprawni.gov.pl  sekretariat.bon@mrpips.gov.pl | | Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na ich rzecz |
| Rzecznik Praw Dziecka- dziecięcy telefon zaufania | Ochrona praw dziecka | Ul. Przemysłowa 30/32  00-450 Warszawa | | 800 121 212- bezpłatna infolinia  Tel. 22 583 66 00 | Pn.-pt.: 8.15-20.00 (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią) | brpd.gov.pl  rpd@brpd.gov.pl | | Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. |
| PRAWO PRACY | | | | | | | | |
| Państwowa Inspekcja Pracy  Okręgowy Inspektorat Pracy w Lublinie | Bezpłatne porady prawne z zakresu prawa pracy i bhp | Al. Piłsudskiego 13 , pokój nr. 1 | | 801 002 300  81 463 50 90 | Telefonicznie:  poniedziałek 9.00-18.00  wtorek – piątek 9.00 – 13.00 | https://lublin.pip.gov.pl/pl | | Według zgłoszeń |
| 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. stacjonarnych  459 599 000- dla tel. komórkowych  22 391 83 60- dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP.  Koszt połączenia zgodny z taryfą operatora |  | www.bip.pip.gov.pl  kancelaria@gip.pip.gov.pl | | Według zgłoszeń |
| PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH | | | | | | | | |
| Zakład Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Puławach | Sprawy dotyczące ubezpieczeń społecznych, składki, emerytury, renty | ul. Lubelska 20 B  24-100 Puławy | | **22 560 16 00** czynny od pn.- pt. 7.00- 18.00 | pn. 8.00-18.00  wt.- pt. 8.00-15.00 | www.zus.pl | | Adresaci porad:  - ubezpieczeni,  - płatnicy. |
| Zakład Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Lublinie | Zadania z zakresu ubezpieczeń społecznych | Ul. T. Zana 36,38c  20-601 Lublin | | Centrum Obsługi Telefonicznej:  22 560 16 00 | Pn. w godz. 8.00-18.00  Wt.- pt. w godz. 8.00- 15.00 | www.zus.pl | | Adresaci porad:  - ubezpieczeni,  - płatnicy. |
| Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych | Zakres informacji:  - pomoc techniczna,  -składki,  -renty,  - emerytury |  | | Tel. 22 560 16 00 | Pn.- pt. w godz. 7.00- 18.00 | www.zus.pl  cot@zus.pl | | Adresaci porad:  - ubezpieczeni,  - płatnicy. |
| PRAWO PODATKOWE | | | | | | | | |
| Urząd Skarbowy w Puławach | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, akcyza, etc. | ul. Władysława Grabskiego 4 24-100 Puławy | | tel.: 81 887-96-41 81 887-96-42 81 889-04-50 | Pn.-pt. w godz. 7:15 – 15:15 | [sekretariat.us.pulawy@mf.gov.pl](http://sekretariat.us.pulawy@mf.gov.pl) | | Z porad może skorzystać każdy podatnik |
| Krajowa Informacja Skarbowa | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, akcyza, etc. | Ul. T. Sixta 17  43-300 Bielsko- Biała | | 01 055 055- dla tel. stacjonarnych,  22 330 03 30- dla tel. komórkowych,  48 22 33 00 330- z tel. zagranicznych  Koszt połączenia zgodny z taryfą operatora | Pn.- pt. w godz. 7.00- 18.00 | www.kis.gov.pl | | Z porad może skorzystać każdy podatnik |
| DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO | | | | | | | | |
| Rzecznik Finansowy | - prawa ubezpieczonych,  - dla członków Otwartych Funduszy Emerytalnych, uczestników Pracowniczych Programów Emerytalnych oraz osób korzystających z indywidualnych kont emerytalnych,  - z zakresu problemów z bankami i na rynku kapitałowym | Al. Jerozolimskie 87  02-001 Warszawa | | Ubezp. gospodarcze: 22 333 73 28,  Ubezp. społeczne, OFE ZUS: 22 333 73 26 lub 22 333 73 27  Ubez. bankowe i rynku kapitałowego: 22 333 73 25 | Pn.- pt. w godz. 8.00- 18.00  Pn.- pt. w godz. 11.00- 15.00  Pn.-pt. w godz. 8.00-16.00 | porady@rf.gov.pl  https://rf.gov.pl/kontakt  biuro@rf.gov.pl | | Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń |
| INNE | | | | | | | | |
| www.obywatel.gov.pl | | | | | Informacje i usługi przyjazne obywatelom  Portal Ministerstwa Cyfryzacji | | | |
| Rzecznik Praw Obywatelskich | 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. | Al. Solidarności 77  00 – 090 Warszawa | | Infolinia 800 676 676 | Poniedziałek 10.00 – 18.00  Wtorek – piątek  8.00 – 16.00 | https://www.rpo.gov.pl/  biurorzecznika@brpo.gov.pl | | Każdy, kto uważa, że państwo naruszyło jego prawa;  Każdy, kto uważa, że jest nierówno traktowany z powodu tego, kim jest;  Osoba pozbawiona wolności, żeby poskarżyć się na nieludzkie traktowania |
| Urząd Miasta w Lublinie plac W. Łokietka 1 sala nr. 3 | |  | W każdy ostatni piątek miesiąca od 10.00 do 15.00 |
| Fundusz Sprawiedliwości | - pomoc pokrzywdzonym i świadkom,  - przeciwdziałanie przestępczości,  - pomoc postpenitencjarna | Ministerstwo Sprawiedliwości  Al. Ujazdowskie 11  00-567 Warszawa | | 222 309 900 |  | funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl | | Według zgłoszeń, dla osób pokrzywdzonych przestępstwem, potrzebujących pomocy postpenitencjarnej |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE | | | | |
| Z nieodpłatnej pomocy prawnej oraz nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego może skorzystać każda osoba, która nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej i która złoży stosowne oświadczenie.  Aby skorzystać z porad udzielanych w punktach nieodpłatnej pomocy prawnej i nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego należy wcześniej zapisać się telefonicznie dzwoniąc pod nr tel. **609 009 469**. Zapisy prowadzone są od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00-15.00.  Osoby, które ze względu na niepełnosprawność ruchową nie są w stanie przybyć do punktu lub osoby doświadczające trudności w komunikowaniu się mogą otrzymać poradę przez telefon lub przez Internet. W przypadku takich osób możliwe jest także udzielenie porady prawnej w innej lokalizacji niż punkt nieodpłatnej pomocy prawnej. Szczegółowe informacje odnośnie warunków udzielania porad prawnych przez telefon, Internet lub w innej lokalizacji niż punkt porad prawnych można uzyskać pod nr telefonu **609 009 469**.  Informacje na temat funkcjonowania punktów dostępne są na stronie internetowej: www.pulawy.powiat.pl, w zakładce „Pomoc prawna 2022”. | | | | |
| PROWADZĄCY | | ADRESY DYŻURÓW | DNI I GODZINY | LOKAL DOGODNY DLA OSÓB NA WÓZKACH INWALIDZKICH |
| NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA | | | | |
| 1. | Punkt prowadzony przez adwokatów | Puławy,  Al. Królewska 3 | Punkt czynny od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-12.00 | tak |
| 2. | Punkt prowadzony przez radców prawnych | Puławy,  Al. Królewska 3 | Punkt czynny od poniedziałku do piątku w godz. 12.00-16.00 | tak |
| 3. | Punkt prowadzony przez Lubelski Ośrodek Samopomocy | **poniedziałek: Baranów**, ul. Rynek 14  (siedziba Urzędu Gminy),  **wtorek: Nałęczów**, ul. Głębocznica 23a,  **środa: Janowiec**, ul. Radomska 2  (siedziba Urzędu Gminy),  **czwartek: Kurów**, ul. I Armii Wojska Polskiego 1 (siedziba Gminnej Biblioteki Publicznej),  **piątek: Końskowola**, ul. Lubelska 93  (siedziba Gminnego Ośrodka Kultury). | Punkt czynny od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-12.00 | tak |
| NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE | | | | |
| 4. | Punkt prowadzony przez Lubelski Ośrodek Samopomocy | **poniedziałek: Markuszów**,  ul. M. Sobieskiego 1 (siedziba Urzędu Gminy),  **wtorek: Kazimierz Dolny**,  ul. Szkolna 1 (budynek Gminnego Zespołu Szkół),  **środa: Puławy**, ul. Dęblińska 4 (siedziba Urzędu Gminy Puławy),  **czwartek: Puławy**, ul. Dęblińska 4 (siedziba Urzędu Gminy Puławy),  **piątek: Żyrzyn**, ul. Tysiąclecia 29 (budynek Biblioteki Gminnej). | Punkt czynny w poniedziałki  w godz. 9.00- 13.00  od wtorku do piątku w godz. 8.00-12.00 | tak |