

LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNYCH DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU ZGIERSKIEGO

CZĘŚĆ I: lista wg art. 8a ust. 1 pkt 1 ustawy o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej

NAZWA JEDNOSTKI		ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ* dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
RODZINNE							
1	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zgierzu	poradnictwo rodzinne	95-100 Zgierz, ul. Sadowa 6A (lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich)	(42) 237 11 04	poniedziałek 8.00 - 16.00 wtorek 8.00 - 17.00 środa 8.00 - 16.00 czwartek 8.00 - 16.00 piątek 8.00 - 15.00	www.pcprzgierz.bip.wikom.pl pcpr@powiat.zgierz.pl	osoby niepełnosprawne, cudzoziemcy, rodziny zastępcze, osoby starsze
PSYCHOLOGICZNE							
2	Linia „telefonu życzliwości” Starostwa Powiatowego w Zgierzu	poradnictwo psychologiczne	95-100 Zgierz, ul. Sadowa 6A (lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich)	730 250 540 linia „telefonu życzliwości”	poniedziałek 12.00 -14.00 piątek 9.00 -11.00	www.miasto.zgierz.pl/pl/co ntent/telefon-zyczliwosci- dla-seniorow	seniorzy z terenu powiatu zgierskiego

3	Poradnia Zdrowia Psychicznego przy Samodzielnym Publicznym ZOZ w Aleksandrowie Łódzkim	leczenie, porady psychologiczne, działania profilaktyczne, konsultacje	95 – 070 Aleksandrów Łódzki, ul. Marii Skłodowskiej Curie 1 (lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich)	(42) 712 77 10 (42) 712 77 09 wew. 58 (42) 712 77 09 wew. 22; 41 (42) 712 13 54	poniedziałek – piątek 8.00 – 15.30	dyrektor@spzoz.aleksandro-w-lodzki.pl	każdy mieszkaniec powiatu zgierskiego
4	Świetlica Środowiskowa „PRZYSTAŃ” w Zgierzu	zajęcia treningowe z zakresu rozwijania zdolności twórczych, poszukiwanie nowych zainteresowań, zajęcia z zakresu organizacji czasu wolnego; zajęcia plastyczne, wystawy własnej twórczości; kontakty z atrakcyjnymi ludźmi, artystami, twórcami; wyjścia do kin i teatrów; wizyty w interesujących miejscach, kontakt z instytucjami i ludźmi preferującymi odmienny styl życia; wycieczki i rajdy plenerowe, organizowanie biwaków, zajęcia sportowe (wyjścia na basen, na lodowisko, do parku	95-100 Zgierz, ul. Narutowicza 10	(42) 717 10 96 511 140 896	w czasie trwania roku szkolnego poniedziałek - piątek w godzinach 14.00 – 19.00; w okresie wakacyjnym (lipiec-sierpień) poniedziałek - piątek w godzinach 10.00 – 17.00	www.fundacja-arka.org.pl/swietlica fundacja-arka.zgierz@wp.pl	dzieci i młodzież w wieku 7-16 lat, z terenu miasta Zgierza

		linowego, organizowanie turniejów sportowych, etc.); zajęcia z obszaru profilaktyki uzależnień; wspólne organizowanie imprez okolicznościowych, akcji świątecznych; pomoc w odrabianiu lekcji, redukowanie braków w nauce, wspólne omawianie materiału; poszerzenie i utrwalenie wiadomości z zakresu wiedzy szkolnej, poprzez zajęcia przygotowane z użyciem technik interaktywnych (sprzęt audio – wideo, projektor multimedialny); nawiązywanie współpracy z pedagogami szkolnymi i wychowawcami, ewentualnie w danym przypadku z kuratorem sądowym					
5	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej im. bł. o. Rafała Chylińskiego w Zgierzu	Punkt Konsultacyjno-Informacyjny dla Osób i Rodzin Osób Uzależnionych od Narkotyków i Dopalaczy	95-100 Zgierz, ul. Długa 77 pok. nr 5 (siedziba MOPS w Zgierzu) 95-100 Zgierz, ul. Narutowicza 12 (siedziba Fundacji Arka)	603 756 633 Konsultacje umawiane po wcześniejszym kontakcie telefonicznym	poniedziałek 16.00 – 18.00 środa 16.00 - 18.00 piątek 17.00 –20.00 (na terenie Fundacji Arka)	sekretariat@mopszgierz.pl samorząd.gov.pl/web/mops-zgierz	osoby dorosłe; młodzież, mieszkańcy miasta Zgierz

6	Liga Kobiet Polskich Oddział w Zgierzu	konsultacje psychologiczne, porady psychologiczne	95-100 Zgierz, pl. Jana Pawła II 19	500 252 006 (zapisy do prawnika) 794 302 802 (zapisy do psychologa)	prawnik środa w godzinach 15.00 – 17.00 (konsultacje umawiane po wcześniejszym kontakcie telefonicznym); psycholog poniedziałek, środa w godzinach 16.15 – 19.15 (w sprawach pilnych również w piątki, godziny do uzgodnienia)	lkpzgierz@gmail.com	mieszkańcy miasta Zgierz
7	Stowarzyszenie Wspierania Edukacji i Rodzin „Źródła” Ośrodek wspierania rodziny w Zgierzu	udzielanie profesjonalnej pomocy psychologicznej dla rodzin będących w kryzysie, wsparcie psychologiczne dla osób przeżywających kryzys emocjonalny; poradnictwo psychologiczne i pedagogiczne dla rodziców i dzieci wykazujących trudności szkolne; interwencja kryzysowa dla osób przeżywających traumatyczne sytuacje, mediacje rodzinne	95-100 Zgierz, ul. Klonowa 4	605 675 575 606 332 997	dwa dni w tygodniu	www.stowarzyszeniezrodla.pl stowarzyszeniezrodla@gmail.com	każdy mieszkaniec powiatu zgierskiego

		realizacja programu rozwijającego umiejętności wychowawcze					
8	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Zgierzu z siedzibą w Giecznie	poradnictwo psychologiczne w gminie Zgierz: 1) Smardzew, 2) Gieczno, 3) Grotniki, 4) Słowik,	1) Smardzew – Niepubliczny Ośrodek Zdrowia w Smardzewie, ul. Podleśna 2 (lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich-podjazd) 2) Gieczno – Centrum Aktywizacji Społeczno – Kulturalnej w Giecznie, ul. Sportowa 3 3) Grotniki – Niepubliczny Ośrodek Zdrowia w Grotnikach ul. Brzozowa 23 (lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich-winda) 4) Słowik – Niepubliczny Ośrodek Zdrowia w Słowiku, ul. Gdańska 44 (lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich-winda)	(42) 716 65 53	1) dwa wyznaczone dni w miesiącu po 4 godziny 2) dwa wyznaczone dni w miesiącu po 4 godziny 3) dwa wyznaczone dni w miesiącu po 4 godziny 4) dwa wyznaczone dni w miesiącu po 4 godziny	www.gminazgierz.pl, https://gops-zgierz.bip.gov.pl/ e-mail: gops@gminazgierz.pl	osoby starsze, klienci GOPS, dzieci, mieszkańcy gminy Zgierz

9	Świetlica Środowiskowa w Strykowie	świetlica zapewnia opiekę i wychowanie; pomoc w nauce; organizację czasu wolnego dla dzieci z rodzin przeżywających trudności w wypełnianiu funkcji opiekuńczo – wychowawczych	95- 010 Stryków, ul. Grunwaldzka 10	789 203 885	poniedziałek - piątek w godzinach 10.00 – 18.00 (w czasie roku szkolnego), poniedziałek - piątek w godzinach 8.00 – 16.00 (w okresie dni wolnych od nauki)	www.mgopsstrykow.pl/cms/511/swietlica-srodowiskowa-w-strykowie mgops-strykow@o2.pl	dzieci i młodzież z terenu Gminy Stryków
10	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 godziny przez 7 dni w tygodniu	www.linia wsparcia.pl porady@linia wsparcia.pl	osoby będące w kryzysie psychicznym
PEDAGOGICZNE							
11	Zgierska Świetlica Środowiskowa	bezpłatne korepetycje (matematyka, chemia, język polski, język angielski, fizyka, historia, język niemiecki, geografia, biologia); koła zainteresowań (informatyczne, taneczne, plastyczne, teatralne, koło muzyczne)	95-100 Zgierz, ul. Marii Skłodowskiej Curie 5 (Dom Parafialny, pierwsze piętro)	517 944 230	poniedziałek – czwartek w godzinach 15.00 – 18.00	www.facebook.com/pg/ZgierskaSwietlicaSrodowisko www.aklodz.pl/swietlica-srodowiskowa prezes@aklodz.pl	dzieci, młodzież
12	Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Aleksandrowie Łódzkim	diagnoza i terapia psychologiczna, pedagogiczna i logopedyczna diagnoza i terapia Integracji Sensorycznej diagnoza i terapia przetwarzania słuchowego	95 – 070 Aleksandrów Łódzki, ul. Piotrkowska 4/6	505 363 525	poniedziałek 8.00 – 17.00 wtorek 8.00 – 18.00 środa 8.00 – 18.00 czwartek 8.00 – 18.00 piątek 8.00 – 15.00	www.pppaleksandrow.pl kontakt@pppaleksandrow.pl	dzieci, rodzice, nauczyciele

		terapia ręki diagnoza i porada zawodowa zajęcia rozwijające kompetencje emocjonalno-społeczne, socjoterapia, Trening Umiejętności Społecznych, Trening Zastępowania Agresji, Trening pamięci i koncentracji uwagi elementy terapii rodzin mediacje, coaching, interwencje kryzysowe zespoły wsparcia dot. rozwiązywania sytuacji trudnych Szkoła dla Rodziców, Program Wzmacniania Rodziny grupy wsparcia, warsztaty, szkolenia, konsultacje, porady					
13	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Ozorkowie	badania diagnostyczne (psychologiczne, pedagogiczne i logopedyczne); zajęcia indywidualne i grupowe dla dzieci i młodzieży; terapia psychologiczna, terapia pedagogiczna, terapia	95-035 Ozorków, ul. Romualda Traugutta 1	730 510 220 (42) 718 93 54	poniedziałek 8.00 – 18.00 wtorek 8.00 – 18.00 środa 8.00 – 18.00 czwartek 8.00 – 18.00 piątek 8.00 – 16.00	www.poradniaozorkow.pl sekretariat@poradniaozorkow.pl	dzieci i młodzież z gminy Parzęczew, gminy Ozorków oraz miasta Ozorkowa dzieci, uczniowie i młodzież: słabosłyszące,

		logopedyczna, trening umiejętności społecznych, socjoterapia, trening funkcji słuchowych, terapia ręki, rozwiązywanie bieżących problemów wychowawczych, udzielanie informacji oraz indywidualnych porad, pomoc w wyborze dalszej drogi kształcenia, wyborze zawodu; mediacje i negocjacje, interwencje w sytuacjach kryzysowych, organizacja szkoleń dla nauczycieli i rodziców na terenie poradni oraz w placówkach oświatowych (warsztaty, prelekcje, wykłady); działalność profilaktyczna, badania przesiewowe wzroku, słuchu i mowy; współpraca z instytucjami działającymi na rzecz dzieci, młodzieży i rodziny, wsparcie nauczycieli, dzieci i młodzieży oraz ich opiekunów; zajęcia w ramach wczesnego wspomagania rozwoju, terapia integracji sensorycznej, terapia rodzin					nieśłyszące, słabowidzące, niewidzące, z zaburzeniami spektrum autyzmu i zespołem Aspergera z powiatu zgierskiego
--	--	--	--	--	--	--	--

14	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Głownie	diagnoza i terapia psychologiczna, pedagogiczna; treningi grupowe dla dzieci i młodzieży z zakresu kompetencji społeczno-emocjonalnych; treningi umiejętności wychowawczych dla rodziców – program pn. „Szkoła dla rodziców i wychowawców”	95-016 Głowno ul. Kościuszki 10 (lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich)	(42) 719 07 67	poniedziałek 8.00 – 16.00 wtorek 8.00 – 18.00 środa 8.00 – 16.00 czwartek 8.00 – 18.00 piątek 8.00 – 15.00	www.poradniapp-glowno.pl poradniaglowno@gmail.com	dzieci, młodzież, rodzice, nauczyciele
15	Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Zgierzu	programy profilaktyczne i edukacyjne; grupy edukacyjne i terapeutyczne; indywidualna terapia pedagogiczna, logopedyczna, psychologiczna; diagnoza i konsultacje; diagnoza zaburzeń przetwarzania słuchowego CAPD Neuroflow, psychoterapia; poradnictwo zawodowe, warsztaty i trening; grupy edukacyjne; grupy wsparcia; poradnictwo terapeutyczne (indywidualne lub rodzinne); mediację	95-100 Zgierz, ul. Długa 89/91 (lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich)	(42) 718 31 79	poniedziałek – czwartek w godzinach 8:00 – 18:00 piątek w godzinach 8:00 – 15:00	www.poradnia.powiat.zgierz.pl poradnia@powiat.zgierz.pl	dzieci i młodzież rodzice i nauczyciele z miasta Zgierz i gminy Zgierz (z placówek we współpracy z poradnią)

POMOC SPOŁECZNA

16	Ośrodek Pomocy Społecznej im. Ireny Sendlerowej w Aleksandrowie Łódzkim	działania profilaktyczne rozwojowe, opiekuńcze i wychowawcze; pomoc w formie świadczeń pieniężnych, świadczeń w naturze; świadczeń w formie usług, świadczeń udzielanych w ośrodkach wsparcia; praca socjalna; poradnictwo specjalistyczne z zakresu pomocy społecznej oraz w ramach interwencji kryzysowej	95 – 070 Aleksandrów Łódzki, ul. Piotrkowska 4/6 (I piętro) (lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich)	(42) 712 16 11	poniedziałek 8:00–16:00 wtorek 8:00–17:00 środa 8:00– 16:00 czwartek 8:00– 16:00 piątek 8.00–15.00	www.opsal.pl ops@opsal.pl	osoby i rodziny przeżywające trwałe lub przejściowe trudności życiowe, dotknięte ubóstwem, bezdomnością, bezrobociem
17	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Ozorkowie	poradnictwo z zakresu pomocy społecznej; świadczeń rodzinnych, funduszu alimentacyjnego, dodatków mieszkaniowych, refundacji podatku Vat za paliwa gazowe, KDR, OKDR	95 – 035 Ozorków, ul. Stypułkowskiego 1	(42) 710 31 59	poniedziałek 8.00 – 16.00 wtorek 9.00 – 17.00 środa 8.00 – 16.00 czwartek 8.00 – 16.00 piątek 8.00 – 16.00	www.mopsozorkow.pl sekretariat@mopsozorkow.pl	osoby i rodziny z terenu miasta Ozorków z problemami społecznymi
18	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Ozorkowie	poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	95- 035 Ozorków, ul. Wigury 14	(42) 277 14 51 509 995 980	poniedziałek – piątek w godzinach 8.00 – 16.00	www.ops-ozorkow.pl ops@ops-ozorkow.pl	osoby i rodziny zamieszkujące na terenie gminy Ozorków z problemami społecznymi

19	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej im. bł. o. Rafała Chylińskiego w Zgierzu	poradnictwo z zakresu pomocy społecznej, poradnictwo prawne oraz konsultacje i pomoc psychologiczna	1) 95-100 Zgierz ul. Długa 56 (siedziba główna) - Zespół ds. Dodatków Mieszkaniowych, Zespół ds. Świadczeń z Funduszu Alimentacyjnego; 2) 95-100 Zgierz, ul. Długa 77 – Zespół ds. Pracy Socjalnej, Zespół ds. Asysty Rodzinnej, Zespół ds. Usług Socjalnych, Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie, Pomoc prawna i psychologiczna; 3) 95-100 Zgierz, ul. Łęczycka 24 - Zespół ds. Świadczeń Rodzinnych i Świadczenia Wychowawczego	1) MOPS Zgierz, ul. Długa 56 (42) 716 42 13 693 003 064; 2) MOPS Zgierz, ul. Łęczycka 24 693 002 653 693 002 483 Poradnictwo psychologiczne: 512 289 923 poniedziałek, środa, czwartek w godz. 8:00 – 16:00 wtorek 8:00 – 17:00 piątek 8:00 – 15:00 693 002 554 wtorek i piątek 8:00- 18:00 Prawnik: MOPS ul. Długa 77 pok. nr 2	poniedziałek, środa czwartek w godzinach 8:00 – 16:00 wtorek 8:00 – 17:00 piątek 8:00 – 15:00 Konsultacje umawiane po wcześniejszym kontakcie telefonicznym Konsultacje umawiane po wcześniejszym kontakcie telefonicznym poniedziałek 15:00- 17:00	samorząd.gov.pl/web/mops-zgierz sekretariat@mopszgierz.pl	rodziny z dziećmi, osoby starsze, samotne, niepełnosprawne, bezrobotne, znajdujące się w trudnej sytuacji materialnej, rodzinnej, mieszkaniowej z terenu miasta Zgierza
20	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Zgierzu z siedzibą w Giecznie	poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	95-001 Gieczno, ul. Główna 43	(42) 716 65 53	poniedziałek 8:00 – 16.00 wtorek 8.00 – 17.00 środa 8.00 – 16.00 czwartek 8.00 – 16.00 piątek 8.00 – 15.00	www.gminazgierz.pl gops@gminazgierz.pl	wsparcie dla osób i rodzin z problemami społecznymi

21	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Głownie	poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	95-015 Głowno, ul. Norblina 1	(42) 719 27 09 (42) 719 27 25	poniedziałek 7:30 – 16:30 wtorek-piątek 7:30 – 15:30	www.mops.glowno.pl sekretariat.mops@glowno.pl	wsparcie dla osób i rodzin z problemami społecznymi
22	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Głownie	poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	95-015 Głowno, ul. Kilińskiego 2	(42) 719 26 46	poniedziałek - piątek w godzinach 7:30 – 15:30	www.gmina-glowno.pl gops@gmina-glowno.pl	wsparcie dla osób i rodzin z problemami społecznymi
23	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Strykowie	poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	95-010 Stryków, ul. Kościuszki 29 osoby starsze lub niepełnosprawne mogą skorzystać z windy obsługiwanej przez pracownika MGOPS (od strony ul. Kościuszki)	(42) 719 85 01	poniedziałek - piątek w godzinach 8.00 – 16.00	www.bip.mgopsstrykow.pl/ mgops-strykow@o2.pl	wsparcie dla osób i rodzin z problemami społecznymi
24	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Parzęczewie	poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	95-045 Parzęczew, ul. Rocha 8	(42) 718 66 16 535 990 440 531 411 991	poniedziałek - piątek w godzinach 7:30 – 15:30	www.gopsparzeczew.naszops.pl gopsparzeczew@wp.pl	wsparcie dla osób i rodzin z problemami społecznymi
ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ							
25	Poradnia leczenia uzależnień w Aleksandrowie Łódzkim	utrzymanie abstynencji, uczenie się życia w trzeźwości, usuwanie zaburzeń i rozwiązywanie problemów osobistych, edukacja rodziny	95 – 070 Aleksandrów Łódzki, ul. M. Skłodowskiej – Curie 1	(42) 712 77 10	poniedziałek, wtorek – w godzinach 13:00 – 20:00 środa, czwartek, piątek – w godzinach 8:00 – 20:00	www.spzoz.aleksandrow-lodzki.pl/s/poradnia-leczenia-uzaleznien dyrektor@spzoz.aleksandro-w-lodzki.pl	osoby uzależnione od alkoholu, osobom współuzależnione, dorosłe dzieci alkoholików (DDA)

26	Punkt Konsultacyjno – Informacyjny dla Osób i Rodzin Osób Uzależnionych od Narkotyków i Dopalaczy w Zgierzu	poradnictwo z zakresu rozwiązywania problemów uzależnień	95- 100 Zgierz, ul. Długa 77 parter, pokój 5	603 756 633	poniedziałek - w godzinach 16:00 – 18:00		osoby i rodziny osób uzależnionych od narkotyków i dopalaczy
27	Stowarzyszenie Abstynentów Klubu „STOP” w Zgierzu	poradnictwo z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych	95- 100 Zgierz, ul. 3 Maja 69A	(42) 716 67 93	poniedziałek, wtorek, piątek od 17.00 do 22.00, środa 15.00-22.00, czwartek 16.00- 22.00 Zajęcia odbywają się w ciągu całego tygodnia: poniedziałek – spotkanie AA o godzinie 18.30, oraz grupy wsparcia, wtorek godzina 18.00-terapia indywidualna dla młodzieży, środa w godzinach 15.00-18.30 terapia indywidualna dla osób współuzależnionych, czwartek w godzinach 16.00- 18.00 terapia indywidualna dla uzależnionych, czwartek godzina 18.00 terapia grupowa dla osób uzależnionych. Terapia indywidualna dla zainteresowanych w czwartek w godzinach 16.00- 19.00, piątek terapia indywidualna dla uzależnionych i współuzależnionych w godzinach 17.00-19.30	www.facebook.com/STOP-Stowarzyszenie-Abstynenckie-Zgierz-1686334008309039/ stopzgierz@wp.pl www.klubstop-zgierz.pl	osoby uzależnione i ich rodziny

28	Punkt Konsultacyjny al. Uzależnień i Przemocy w Rodzinie w Głównie	poradnictwo z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień	95 – 015 Główno ul. Kilińskiego 2, pok. nr 2 (parter)	(42) 719 26 46	raz w miesiącu	gops@gmina-glowno.pl	osoby uzależnione od alkoholu, osoby zagrożone narkomanią oraz członkowie ich rodzin
29	Świetlica Terapeutyczna przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Ozorkowie	profilaktyka uzależnień, doradztwo zawodowe, pogadanki	95-035 Ozorków, ul. Lotnicza 1	(42) 710 31 59 510 450 869	poniedziałek 9.00 – 17.00 wtorek 9.00 – 17.00 środa 9.00 – 17.00 czwartek 9.00 – 17.00 piątek 9.00 – 17.00	www.mopsozorkow.pl sekretariat@mopsozorkow.pl	dzieci i młodzież z terenu miasta Ozorków
30	Punkt Konsultacyjny dla osób uzależnionych i współuzależnionych od alkoholu w Białej	pomoc psychologiczna i poradnictwo z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień	95-001 Biała, ul. Kościelna 1	694 938 275	poniedziałki 15.00 – 18.00	www.gminazgierz.pl	osoby uzależnione od alkoholu oraz członkowie ich rodzin
PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY W RODZINIE							
31	Punkt Konsultacyjny al. Uzależnień i Przemocy w Rodzinie w Głównie	przeciwdziałanie przemocy w rodzinie, wsparcie psychologiczne	95 – 015 Główno, ul. Kilińskiego 2, pok. nr 2 (parter)	(42) 719 26 46	raz w miesiącu	gops@gmina-glowno.pl	osoby będącym sprawcami przemocy oraz doświadczające przemocy w rodzinie
32	Punkt Informacyjno – Konsultacyjny al. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie i dla Osób w Krzysie w Strykowie	poradnictwo z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie	95 – 010 Stryków, ul. Kościuszki 31 (I piętro)	(42) 719 85 01 wew. 29 789 203 499	poniedziałek 8.00 – 17.00 wtorek 8.00 – 16.00 środa 8.00 – 17.00 czwartek 8.00 – 17.00 piątek 8.00 – 18.00	zespol_strykow@o2.pl	osoby doświadczające przemocy, osoby będące sprawcami przemocy, świadkowie przemocy
33	Punkt Konsultacyjno – Informacyjny dla ofiar przemocy w rodzinie w Aleksandrowie Łódzkim	poradnictwo z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie	95 – 070 Aleksandrów Łódzki, ul. Warszawska 10	(42) 712 17 07 (42) 712 17 71	poniedziałek-piątek w godzinach 8.00 - 16.00	wrzos@opsal.pl	osoby zagrożone przemocą w rodzinie

34	Punkt konsultacyjny dla Ofiar Przemocy Domowej w Ozorkowie	poradnictwo z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie	95-035 Ozorków, ul. Lotnicza 1 – Szkoła Podstawowa nr 2	698 634 334	raz w tygodniu w czwartki przez 2 godziny	pk@mopsozorkow.pl	osoby zagrożone przemocą w rodzinie
35	Zespół Interdyscyplinarny przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Ozorkowie	poradnictwo z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie	95-035 Ozorków, ul. Stypułkowskiego 1	(42) 710 31 59 (42) 710 31 63	poniedziałek 8.00 – 16.00 wtorek 9.00 – 17.00 środa 8.00 – 16.00 czwartek 8.00 – 16.00 piątek 8.00 – 16.00	zi@mopsozorkow.pl	osoby i rodziny dotknięte problemem przemocy
36	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 w godzinach 8.00–22.00, niedziela i święta w godzinach 8.00–16.00	www.niebieskalinia.info biuro@niebieskalinia	osoby doświadczające przemocy domowej
INTERWENCJA KRYZYSOWA							
37	Punkt Interwencji Kryzysowej przy PCPR w Zgierzu	porady prawne, psychologiczne i rodzinne	95- 100 Zgierz, ul. Sadowa 6a (lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich)	(42) 237 11 04	porady psychologiczne i rodzinne poniedziałek 8.00-16.00 wtorek 8.00-17.00 środa 8.00-16.00 czwartek 8.00-16.00 piątek 8.00-15.00 porady prawne środa w godzinach 14.00-16.00	pcpr@powiat.zgierz.pl	każdy mieszkaniec powiatu zgierskiego
38	Punkt Konsultacyjno-Informacyjny dla Osób i Rodzin w Krzysie	poradnictwo z zakresu pomocy społecznej, poradnictwo prawne oraz konsultacje i pomoc psychologiczna, konsultacje z zakresu psychoterapii	95-070 Aleksandrów Łódzki ul. 11-go Listopada 3	506 224 777	poniedziałek 10.00-12.00 środa 14.00-16.00	infopunkt@opsal.pl	osoby z terenu Gminy i miasta Aleksandrów Łódzki

39	Centralne Zarządzanie Kryzysowe	monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa 00-993 Warszawa, ul. Rakowiecka 2A	całodobowy dyżur: (22) 361 69 00 (22) 785 700 177 e-mail: dyzurny@rcb.gov.pl	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	www.rcb.gov.pl/zarządzanie-kryzysowe poczta@rcb.gov.pl	świadek zagrożenia kryzysowego, osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
DLA OSÓB BEZROBOTNYCH							
40	Powiatowy Urząd Pracy w Zgierzu	pośrednictwo pracy, staże zawodowe, roboty publiczne, prace interwencyjne, przygotowanie zawodowe, prace społeczne użyteczne, bony zasiedleniowe, szkolenia, dofinansowanie na rozpoczęcie działalności gospodarczej, doposażenie stanowiska pracy, wspieranie osób z niepełnosprawnością w ich aktywizacji zawodowej	95 – 100 Zgierz, ul. Barona 10	(42) 716 49 41 (42) 716 67 82 (42) 717 41 76	godziny przyjmowania interesantów poniedziałek - piątek w godzinach 8.00 - 14.30	https://zgierz.praca.gov.pl lozg@praca.gov.pl	osoby zarejestrowane w urzędzie, poszukujący pracy, pracodawcy
41	Punkt Informacyjno-Konsultacyjny w Aleksandrowie Łódzkim	staże zawodowe, roboty publiczne, prace interwencyjne, przygotowanie zawodowe, prace społeczne użyteczne, bony zasiedleniowe, szkolenia, dofinansowanie na rozpoczęcie działalności gospodarczej, doposażenie stanowiska pracy,	95 – 070 Aleksandrów Łódzki, ul. Piotrkowska 4/6	(42) 712 22 60 (42) 712 37 42	godziny przyjmowania interesantów poniedziałek, środa, piątek w godzinach 8.00 - 14.30	aleksandrow@pupzgierz.pl	osoby zarejestrowane w urzędzie, poszukujący pracy, pracodawcy

		wspieranie osób z niepełnosprawnością w ich aktywizacji zawodowej					
42	Punkt Informacyjno-Konsultacyjny w Głownie	staże zawodowe, roboty publiczne, prace interwencyjne, przygotowanie zawodowe, prace społeczne użyteczne, bony zasiedleniowe, szkolenia, dofinansowanie na rozpoczęcie działalności gospodarczej, doposażenie stanowiska pracy, wspieranie osób z niepełnosprawnością w ich aktywizacji zawodowej	95-015 Głowno, ul. Ludwika Norblina 1	(42) 710 22 15 (42) 710 22 18	godziny przyjmowania interesantów piątek w godzinach 8.00 - 14.30	glowno@pupzgierz.pl	osoby zarejestrowane w urzędzie, poszukujący pracy, pracodawcy
43	Punkt Informacyjno-Konsultacyjny w Ozorkowie	staże zawodowe, roboty publiczne, prace interwencyjne, przygotowanie zawodowe, prace społeczne użyteczne, bony zasiedleniowe, szkolenia, dofinansowanie na rozpoczęcie działalności gospodarczej, doposażenie stanowiska pracy, wspieranie osób z niepełnosprawnością w ich aktywizacji zawodowej	95-035 Ozorków, ul. Kościelna 1	(42) 718 28 25 (42) 718 28 05 (42) 718 28 04 (42) 718 28 26	godziny przyjmowania interesantów poniedziałek, środa, piątek w godzinach 8.00 - 14.30	ozorkow@pupzgierz.pl	osoby zarejestrowane w urzędzie, poszukujący pracy, pracodawcy

44	Zespół ds. Projektów Rozwojowych i Aktywizacji Zawodowej w Zgierzu	udzielanie porad osobom poszukującym pracy; pomoc w znalezieniu odpowiedniej pracy; pomoc w przygotowaniu dokumentów aplikacyjnych; pomoc w powrocie na otwarty rynek pracy	95 – 100 Zgierz, ul. Długa 77, pokój 7a	(42) 716 02 33 509 214 869 693 002 231	wtorek, czwartek w godzinach 12.00 - 15.00	sekretariat@mopszgierz.pl dfratczak@mopszgierz.pl milena.nowak@mopszgierz.pl aleksandra.karpinska@mopszgierz.pl psycholog@mopszgierz.pl	osoby poszukujące pracy, bezrobotni, nieaktywni zawodowo, korzystający z pomocy społecznej
45	Infolinia Urzędów Pracy – Zielona Infolinia	Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy	Urząd Pracy ul. Ciepła 20, 15-472 Białystok	19 524 (z Polski) +48 22 19524 (z zagranicy) koszt zgodnie z taryfą operatora	poniedziałek - piątek w godzinach 8.00-18.00	www.zielonalinia.gov.pl kontakt@zielonalinia.gov.pl	zarejestrowani, poszukujący pracy, pracodawcy
DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM							
46	Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem (Ośrodek Pomocy Funduszu Sprawiedliwości)	wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	95 – 100 Zgierz, ul. Aleksandrowska 7	533 328 197, 533 328 192 dyżur całodobowy 7 dni w tygodniu	poniedziałek 10.00 -18.00 wtorek 9.00 -17.00 środa 9.00 -17.00 czwartek 10.00 -18.00 piątek 9.00 -17.00	www.pokrzywdzeni.gov.pl funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl	osoby pokrzywdzone przestęstwem i ich osoby bliskie
47	Centrum Praw Kobiet Punkt Konsultacyjny	wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	95-010 Stryków, ul. Kościuszki 31 (wejście z podwórka)	42 719 81 59	pierwszy kontakt: poniedziałek., czwartek w godzinach 15.00 -18.00 porady prawne: poniedziałek, środa w godzinach 15.00 -19.00 porady psychologiczne: poniedziałek, czwartek w godzinach 15.00 - 19.00	www.pk.gov.pl	osoby pokrzywdzone przestęstwem i ich osoby bliskie

48	Specjalistyczne Centrum Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przepęstwem Fundacja Subvenio	wsparcie informacyjne, psychologiczne	ul. Kościuszki 106/116, 90-442 Łódź	514 025 546	poniedziałek, wtorek w godzinach 10.00-20.00; środa - piątek w godzinach 8.00-18.00	www.pokrzywdzeni.gov.pl funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl www.subvenio.org.pl kontakt@subvenio.org.pl	osoby pokrzywdzone przestęstwem, świadkowie, osoby najbliższe
PRAWO KONSUMENCKIE							
49	Biuro Powiatowego Rzecznika Konsumentów w Zgierzu	pomoc prawna dla konsumentów	95-100 Zgierz, ul. Długa 49 budynek B, piętro 1, pokój 102 B	(42) 288 83 11 (42) 288 83 12	poniedziałek, czwartek, piątek w godzinach 10.00 - 13.00 wtorek 13.00 - 16.00	przk@powiat.zgierz.pl j.jaczak@powiat.zgierz.pl u.olszowka@powiat.zgierz.pl	mieszkaniec powiatu zgierskiego będący konsumentem
50	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	ochrona praw konsumenckich	00-950 Warszawa, Pl. Powstańców Warszawy 1	infolinia konsumencka (prowadzona przez Federację Konsumentów) 801 440 220 (22) 290 89 16 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	poniedziałek - piątek w godzinach 8.00-18.00	www.uokik.gov.pl porady@dlakonsumentow.pl	prawo konsumenckie
PRAWA DZIECKA							
51	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania	ochrona praw dziecka	00-450 Warszawa, ul. Przemysłowa 30/32	(22) 583 66 00 poniedziałek- piątek 8.15 - 16.15 800 121 212 bezpłatna infolinia	poniedziałek – piątek w godzinach 8.15 - 20.00 (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią)	www.brpd.gov.pl rpd@brpd.gov.pl	sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem

PRAWA PACJENTA

52	Narodowy Fundusz Zdrowia – Łódzki Oddział Wojewódzki	uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta - leczenie w kraju i poza granicami - kolejki do świadczeń	90-032 Łódź, ul. Kopcińskiego 58	(42) 275 40 30	poniedziałek – piątek w godzinach 8.00 - 16.00	www.nfz-lodz.pl	każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
53	Rzecznik Praw Pacjenta	ochrona praw pacjenta	01-171 Warszawa, ul. Młynarska 46	800 190 590 bezpłatna infolinia zapisy na poradę osobistą: rezerwacja@rpp.gov.pl lub (22) 532 82 43	poniedziałek – piątek w godzinach 8.00 - 20.00	www.bpp.gov.pl kancelaria@rpp.gov.pl	każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
54	Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala	uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta - leczenie w kraju i poza granicami - kolejki do świadczeń	02-390 Warszawa, ul. Grójecka 186	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 w godzinach 8.00 - 16.00	www.nfz.gov.pl infolinia@nfz.gov.pl	każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
55	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	ochrona praw osób niepełnosprawnych	00-503 Warszawa, ul. Żurawia 4 A, adres korespondencyjny: 00-513 Warszawa, ul. Nowogrodzka 1/3/5	(22) 461 60 00 801 801 015 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	poniedziałek – piątek w godzinach 8.00 - 17.00	www.niepelnosprawni.gov.pl sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	osoby niepełnosprawne, ich rodziny, organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych

PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

56	ZUS Inspektorat w Zgierzu	sprawy emerytalne, sprawy dochodowe i zasiłkowe	95-100 Zgierz, ul. Długa 43, ul. Chopina 5	801 400 987 z telefonów stacjonarnych (22) 560 16 00 z telefonów komórkowych	poniedziałek - piątek w godzinach 7.00-15.00	www.zus.pl	ubezpieczeni, płatnicy
57	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	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	poniedziałek – piątek w godzinach 7.00 – 18.00	www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl	ubezpieczeni płatnicy lekarze

PRAWO PRACY

58	Okręgowy Inspektorat Pracy w Łodzi	nadzór i kontrola przestrzegania przepisów prawa pracy	1) Okręgowy Inspektorat Pracy w Łodzi 90-441 Łódź al. Kościuszki 123 2) Okręgowy Inspektorat Pracy w Łodzi – Oddział w Piotrkowie Trybunalskim, 97-300 Piotrków Trybunalski al. 3-go Maja 2 3) Okręgowy Inspektorat Pracy w Łodzi – Oddział w Sieradzu 98-200 Sieradz ul. Polskiej	porady telefoniczne od poniedziałku do piątku w godzinach od 9.00 do 15.00 pod numerem: 801 002 419 – dla osób dzwoniących z telefonów stacjonarnych 459 595 419 – dla osób dzwoniących z telefonów komórkowych	porady udzielane są osobiście w siedzibie OIP w Łodzi (1): poniedziałek 10.00 -18.00 wtorek 10.00 – 12.00 (<i>porady dla uchodźców z Ukrainy</i>) środa 10.00 -16.00 czwartek 10.00 – 12.00 (<i>porady dla uchodźców z Ukrainy</i>) piątek 8.00 -14.00 w przypadku oddziałów porady są udzielana za pośrednictwem środków komunikowania się na odległość, tj. w wyznaczonym, zamkniętym pomieszczeniu następuje	www.lodz.pip.gov.pl	każdy mieszkaniec powiatu zgierskiego
----	------------------------------------	--	---	---	---	--	---------------------------------------

			Organizacji Wojskowej 64 4) Okręgowy Inspektorat Pracy w Łodzi – Oddział w Skierniewicach 96-100 Skierniewice ul. Reymonta 23 5) Okręgowy Inspektorat Pracy w Łodzi – Oddział w Kutnie 99-300 Kutno ul. Grunwaldzka 5	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (porady z zakresu prawa pracy) 801 002 006 – dla osób dzwoniących z telefonów stacjonarnych 459 599 000 – dla osób dzwoniących z telefonów komórkowych porady z zakresu legalności zatrudnienia obywateli Ukrainy na terytorium RP w języku ukraińskim 22 111 35 29 (poniedziałek, wtorek, środa w godzinach 16.00-20.00) porady dla uczniów, studentów oraz młodych ludzi wchodzących na rynek pracy	połączenie z pracownikiem merytorycznym poprzez stanowisko komputerowe z ekranem dotykowym: 2-3) od 9.00 do 15.00 w dniach: poniedziałek, środa i piątek; 4-5) od 9.00 do 15.00 w dniach: poniedziałek i czwartek porady prawne on-line za pomocą aplikacji MS Teams w każdy wtorek w godzinach 10.00-12.00 oprócz wskazanych sposobów, porady również za pomocą środków komunikacji elektronicznej: kancelaria@lodz.pip.gov.pl porady prawne z wykorzystaniem języka migowego – dostęp do bezpłatnego świadczenia usług tłumacza języka migowego osobom doświadczającym trwale lub okresowo trudności w komunikowaniu się w siedzibie Okręgowego Inspektoratu Pracy w Łodzi przy al. Kościuszki 123 lub w oddziałach w: • Piotrkowie Trybunalskim, ul. 3-go Maja 2; • Skierniewicach, ul. Reymonta 23; • Sieradzu, ul. POW 64;		
--	--	--	--	---	---	--	--

				519 521 807 w okresie od 01.07.2023 r. do 30.09.2023 r. w każdy czwartek w godzinach od 11.00 do 13.00 koszt połączenia zależy od stawek operatora; koszty naliczane są od momentu połączenia z infolinią, tj. również za czas oczekiwania)	Kutnie, ul. Grunwaldzka 5 konieczne zgłoszenie co najmniej 3 dni robocze przed dniem skorzystania ze świadczenia (z wyłączeniem sytuacji nagłych), e-mailem, faksem lub listownie na adres: Państwowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy w Łodzi, Al. Kościuszki 123, 90-441 Łódź, e-mail: kancelaria@lodz.pip.gov.pl fax 42 636 85 13 tel. 42 636 23 13 W kontaktach z Państwową Inspekcją Pracy Okręgowym Inspektorem Pracy w Łodzi osoba uprawniona ma prawo do skorzystania z pomocy „osoby przybranej” (osoba, która ukończyła 16 lat i została wybrana przez osobę uprawnioną, doświadczającą trwale lub okresowo trudności w komunikowaniu się w celu ułatwienia porozumiewania się z osobą uprawnioną i udzielania jej pomocy w załatwieniu spraw w organach administracji publicznej, jednostkach systemu, podmiotach lecniczych, jednostkach Policji, Państwowej Straży		
--	--	--	--	--	---	--	--

					Pożarnej i straży gminnych oraz jednostkach ochotniczych działających w tych obszarach; po otrzymaniu zgłoszenia urząd zapewni obsługę uprawnioną w terminie przez nią wyznaczonym lub z nią uzgodnionym. Zapytania prawne kierowane na piśmie, w tym za pośrednictwem poczty elektronicznej, są załatwiane w trybie określonym przez przepisy ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego. W przypadku podania imienia i nazwiska oraz adresu wnoszącego zapytanie - odpowiedzi na piśmie udzielane są niezwłocznie, a w przypadku zapytań bardzo złożonych nie później niż w ciągu miesiąca. Zapytania prawne nie zawierające imienia i nazwiska oraz adresu wnoszącego zapytanie pozostawia się bez rozpoznania. Uwaga: dane osobowe zachowuje się do wyłącznej wiadomości Państwowej Inspekcji Pracy, a w przypadku osobistego zgłoszenia się w celu		
--	--	--	--	--	---	--	--

					uzyskania porady lub informacji, nie jest podawanie danych osobowych.		
59	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	porady z zakresu prawa pracy	Główny Inspektorat Pracy 02-315 Warszawa, ul. Barska 28/30	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.pip.gov.pl , kancelaria@gip.pip.gov.pl	każda osoba potrzebująca pomocy w zakresie prawa pracy
PRAWO PODATKOWE							
60	Urząd Skarbowy w Zgierzu	informacje z zakresu prawa podatkowego	95-100 Zgierz, ul. Księdza Jerzego Popiełuszki 8	(22) 330 03 30	poniedziałek 08:00 - 18:00 wtorek -piątek 08:00 - 15:00	us.zgierz@mf.gov.pl https://wizyta.podatki.gov.pl/index.php?idUrzad=1001 https://www.gov.pl/web/us-zgierz https://www.gov.pl/web/us-zgierz/jak-zalatwic-sprawe	każdy podatnik

61	Krajowa Informacja Skarbowa	informacje podatkowe i celne dot. PIT, CIT, VAT, PCC, SD, akcyza etc.	43-300 Bielsko-Biała, ul. Warszawska 5	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 w godzinach 08.00 - 18.00	www.kis.gov.pl więcej: https://www.gov.pl/web/kas/centralna-infolinia-ulatwi-klientom-kas-zdalne-zalatwianie-spraw https://www.kis.gov.pl/zalatwianie-spraw/udzielanie-informacji	każdy podatnik
DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO							
62	Rzecznik Finansowy (Ubezpieczonych)	prawa ubezpieczonych	02-001 Warszawa, al. Jerozolimskie 87	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 w godzinach 8.00 - 18.00 poniedziałek – piątek w godzinach 11.00 - 15.00 poniedziałek – piątek w godzinach 8.00 - 16.00	Porady e-mail: porady@rf.gov.pl (czas oczekiwania na odpowiedź e-mailową ok. 2 tygodni) www.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		
63	Rzecznik Praw Obywatelskich	ochrona praw obywatelskich	00-090 Warszawa, Al. Solidarności 77	800 676 676 połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych	poniedziałek 10.00 - 18.00 wtorek - piątek w godzinach 8.00 - 16.00	www.rpo.gov.pl biurorzecznika@brpo.gov.pl	każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone

CZĘŚĆ II: NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE

wg art. 8a ust. 1 pkt 2 ustawy o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej

Udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadczenie nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego odbywa się według kolejności zgłoszeń, po wcześniejszym umówieniu terminu wizyty. Z ważnych powodów dopuszcza się ustalenie innej kolejności udzielania nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadczenia nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego.

Kobiecie, która jest w ciąży, udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadczenie nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego odbywa się poza kolejnością.

ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu: **785-050-293 w godzinach pracy urzędu**, tj. w poniedziałki, środy i czwartki w godzinach 08.00 – 16.00, we wtorki w godzinach 08.00 – 17.00 oraz w piątki w godzinach 08.00 – 15.00 lub mailowo na adres: **npp@powiat.zgierz.pl**.

Z porad może skorzystać każda osoba, której nie stać na odpłatną pomoc prawną i która złoży stosowne oświadczenie (w przypadku sygnalistów nie ma zastosowania ten wymóg).

Udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej osobom fizycznym – prowadzącym jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniającym innych osób w ciągu ostatniego roku na podstawie ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej jest pomocą de minimis. Podlega zatem regulacjom przewidzianym w ustawie z dnia 30 kwietnia 2004 r. o postępowaniu w sprawach dotyczących pomocy publicznej. Osoba korzystająca z nieodpłatnej pomocy prawnej w zakresie prowadzonej działalności gospodarczej dodatkowo składa oświadczenie o niezatrudnianiu innych osób w ciągu ostatniego roku oraz zaświadczenia o pomocy de minimis i zaświadczenia o pomocy de minimis w rolnictwie lub rybołówstwie albo oświadczenia o wielkości tej pomocy albo o nieotrzymaniu takiej pomocy.

Beneficjenci mogą skorzystać z nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego w punkcie lub za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość (od 1 stycznia 2026 roku).

Osoby ze znaczną niepełnosprawnością ruchową, które nie mogą stawić się w punkcie osobiście lub osoby doświadczające trudności w komunikowaniu się, może być udzielana nieodpłatna pomoc prawna lub może być świadczone nieodpłatne poradnictwo obywatelskie, także poza punktem, przez zorganizowanie wizyty w:

- 1) miejscu zamieszkania tych osób,
- 2) miejscu wyposażonym w urządzenie ułatwiające porozumiewanie się z osobami doświadczającymi trudności w komunikowaniu się,
- 3) miejscu, w którym zapewnia się możliwość skorzystania z pomocy tłumacza języka migowego,
- 4) innym miejscu dostosowanym do potrzeb tych osób.

Osoba udzielająca nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadcząca nieodpłatne poradnictwo obywatelskie odbiera od osoby uprawnionej oświadczenie, iż nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej.

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA

	PROWADZĄCY	ADRESY DYŻURÓW	DNI i GODZINY		SPECJALIZACJA (o ile określono)	lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich	DANE KONTAKTOWE	WWW
1	Punkt organizacji pozarządowej - EUROPEAN CONCEPT CONSULTING FOUNDATION	95-100 Zgierz, ul. Długa 49	pon. wt. śr. czw. pt.	12:00 - 16:00 12:00 - 16:00 12:00 - 16:00 12:00 - 16:00 11:00 - 15:00	NIEODPŁATNA MEDIACJA	tak	INFORMACJE i ZAPISY: pon., śr. i czw. w godzinach 08.00 – 16.00, we wt. w godzinach 08.00 – 17.00 oraz w pt. w godzinach 08.00 – 15.00 pod numerem: 785-050-293	https://powiatzgierski.bip.net.pl
2	Punkt organizacji pozarządowej - FUNDACJI INTER VIVOS	95-035 Ozorków, ul. Lotnicza 1	pon. wt. śr. czw. pt.	08:00 - 12:00 12:00 - 16:00 08:00 - 12:00 12:00 - 16:00 08:00 - 12:00	brak	tak	INFORMACJE i ZAPISY: pon., śr. i czw. w godzinach 08.00 – 16.00, we wt. w godzinach 08.00 – 17.00 oraz w pt. w godzinach 08.00 – 15.00 pod numerem: 785-050-293	https://powiatzgierski.bip.net.pl

3	Punkt adwokatów i radców prawnych	95-010 Stryków, ul. Kościuszki 29	pon. wt. śr. czw. pt.	14:00 - 18:00 08:00 - 12:00 14:00 - 18:00 14:00 - 18:00 08:00 - 12:00	brak	tak	INFORMACJE i ZAPISY: pon., śr. i czw. w godzinach 08.00 – 16.00, we wt. w godzinach 08.00 – 17.00 oraz w pt. w godzinach 08.00 – 15.00 pod numerem: 785-050-293	https://powiatzgierski.bip.net.pl
4	Punkt adwokatów i radców prawnych	95-070 Aleksandrów Łódzki, ul. Piotrkowska 4/6	pon. wt. śr. czw. pt.	08:00 - 12:00 12:00 - 16:00 08:00 - 12:00 12:00 - 16:00 08:00 - 12:00	brak	tak	INFORMACJE i ZAPISY: pon., śr. i czw. w godzinach 08.00 – 16.00, we wt. w godzinach 08.00 – 17.00 oraz w pt. w godzinach 08.00 – 15.00 pod numerem: 785-050-293	https://powiatzgierski.bip.net.pl
5	Punkt adwokatów i radców prawnych	95-015 Głowno, ul. Kilińskiego 2	pon. wt. śr. czw. pt.	08:00 - 12:00 12:00 - 16:00 08:00 - 12:00 12:00 - 16:00 08:00 - 12:00	brak	tak	INFORMACJE i ZAPISY: pon., śr. i czw. w godzinach 08.00 – 16.00, we wt. w godzinach 08.00 – 17.00 oraz w pt. w godzinach 08.00 – 15.00 pod numerem: 785-050-293	https://powiatzgierski.bip.net.pl

NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE

	PROWADZĄCY	ADRESY DYŻURÓW	DNI i GODZINY		SPECJALIZACJA (o ile określono)	lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich	DANE KONTAKTOWE	WWW
1	Punkt organizacji pozarządowej – FUNDACJI INTER VIVOS	95-100 Zgierz, ul. Sadowa 6a	pon. wt. śr. czw. pt.	08:00 - 12:00 12:00 - 16.00 08:00 - 12.00 12:00 - 16:00 08.00 - 12.00	brak	nie	INFORMACJE i ZAPISY: pon., śr. i czw. w godzinach 08.00 – 16.00, we wt. w godzinach 08.00 – 17.00 oraz w pt. w godzinach 08.00 – 15.00 pod numerem: 785-050-293	https://powiatzgierski.bip.net.pl
2	Punkt organizacji pozarządowej – FUNDACJI MŁODZI LUDZIOM	95-100 Zgierz, ul. Długa 49	pon. wt. śr. czw. pt.	08:00 - 12:00 08:00 - 12:00 08:00 - 12:00 08:00 - 12:00 07:00 - 11:00	brak	tak	INFORMACJE i ZAPISY: pon., śr. i czw. w godzinach 08.00 – 16.00, we wt. w godzinach 08.00 – 17.00 oraz w pt. w godzinach 08.00 – 15.00 pod numerem: 785-050-293	https://powiatzgierski.bip.net.pl