

# LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

## CZĘŚĆ I

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
<b>RODZINNE</b>							
1	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sępólnie Krajeńskim z siedzibą w Więcborku	Pomoc rodzinna	ul. Starodworcowa 8 89-410 Więcbork	52 389 85 01 fax: 52 389 75 75	Poniedziałek – 7:00 – 15:00 Wtorek – 8:00 – 16:00 Środa – 7:00 – 15:00 Czwartek – 7:00 – 15:00 Piątek – 7:00 – 15:00	e-mail: poczta@pcprwiecbork.pl www: www.pcprwiecbork.pl	Osoby poszukujące pomocy z zakresu poradnictwa rodzinnego
2	Punkt Poradnictwa Specjalistycznego	Pomoc rodzinna	ul. Starodworcowa 8 89-410 Więcbork	52 389 85 01 fax: 52 389 75 75	Poniedziałek – 7:00 – 15:00 Wtorek – 8:00 – 16:00 Środa – 7:00 – 15:00 Czwartek – 7:00 – 15:00 Piątek – 7:00 – 15:00	e-mail: poczta@pcprwiecbork.pl www: www.pcprwiecbork.pl	Osoby poszukujące pomocy z zakresu poradnictwa rodzinnego
<b>PSYCHOLOGICZNE</b>							
3	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Sępólnie Krajeńskim	Pomoc psychologiczna	ul. Wojska Polskiego 20 89-400 Sępólno Krajeńskie	tel/fax 52 3882147 tel. kom. 661873186	Poniedziałek - Czwartek od 7:30 do 16:00 Piątek od 7:30 do 15:00	e-mail: ppp_seporno@vp.pl	Osoby poszukujące pomocy z zakresu poradnictwa psychologicznego
4	Poradnia Zdrowia Psychicznego	Pomoc psychologiczna	budynek Przychodni PROVITA, I piętro ul. Powstańców Wlkp. 2a, Więcbork	52 389 62 22	Środa: 7:00-14:30 Sobota: 14:00-18:30 Piątek: 9:00-15:00	e-mail: sekretariat@szpital-wiecbork.pl	Osoby poszukujące pomocy z zakresu poradnictwa psychologicznego
5	Poradnia Zdrowia Psychicznego	Pomoc psychologiczna	ul. Hallera 8, 89-400 Sępólno Krajeńskie, II piętro	52 388 22 25	Poniedziałek – piątek, godz. 7:30 – 14:30	e-mail: sekretariat@szpital-wiecbork.pl	Osoby poszukujące pomocy z zakresu poradnictwa psychologicznego
6	Punkt Interwencji Kryzysowej przy Miejsko – Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Więcborku	Pomoc psychologiczna	89-410 Więcbork ul. Mickiewicza 22a	tel. 52 389 53 50	Psycholog: Wtorki od 8:30 do 11:30	e-mail: sekretariat@mgopswiecbork.pl	Osoby poszukujące pomocy z zakresu poradnictwa psychologicznego

7	Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)	Pomoc psychologiczna	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
<b>PEDAGOGICZNE</b>							
8	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Sępólnie Krajeńskim	Pomoc psychologiczna	ul. Wojska Polskiego 20 89-400 Sępólno Krajeńskie	tel/fax 52 3882147 tel. kom. 661873186	Poniedziałek - Czwartek od 7:30 do 16:00 Piątek od 7:30 do 15:00	e-mail: ppp_sepolno@vp.pl	Osoby poszukujące pomocy z zakresu poradnictwa pedagogicznego
<b>POMOC SPOŁECZNA</b>							
9	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sępólnie Krajeńskim z siedzibą w Więcborku	Pomoc rodzinna	ul. Starodworcowa 8 89-410 Więcbork	telefon: 52 389 85 01 faks: 52 389 75 75	Poniedziałek – 7:00 – 15:00 Wtorek – 8:00 – 16:00 Środa – 7:00 – 15:00 Czwartek – 7:00 – 15:00 Piątek – 7:00 – 15:00	e-mail: poczta@pcprwiecbork.pl www: www.pcprwiecbork.pl	Osoby uprawnione do skorzystania z pomocy społecznej
10	Miejsko - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Więcborku	Pomoc społeczna	ul. Mickiewicza 22A, 89-410 Więcbork,	tel. 52 389 53 50 fax 52 389 53 51	Poniedziałek - 7:00 - 15:00 Wtorek - 8:00 - 16:00 Środa - 7:00 - 15:00 Czwartek - 7:00 - 15:00 Piątek - 7:00 - 15:00	e-mail: sekretariat@mgopswiecbork.pl	Osoby uprawnione do skorzystania z pomocy społecznej
11	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Kamieniu Krajeńskim	Pomoc społeczna	Plac Odrodzenia 3 89-430 Kamień Krajeński	tel. 52 3894526	Poniedziałek 7.30 - 15.30 Wtorek 7.30 - 16.00 Środa 7.30 - 15.30 Czwartek 7.30 - 15.30 Piątek 7.30 - 15.00	e-mail: sekretariat@mgops.kami enkr.pl	Osoby uprawnione do skorzystania z pomocy społecznej
12	Ośrodek Pomocy Społecznej w Sępólnie Krajeńskim	Pomoc społeczna	ul. Szkolna 8, 89-400 Sępólno Krajeńskie	Tel. 52 388 84 50 fax: 52 388 84 51	Poniedziałek - 7:30 - 15:30 Wtorek - 7:30 - 16:00 Środa - 7:30 - 15:30 Czwartek - 7:30 - 15:30 Piątek - 7:30 - 15:00	e-mail: ops@opssepolno.pl	Osoby uprawnione do skorzystania z pomocy społecznej
13	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sośnie	Pomoc społeczna	ul. Parkowa 4, 89-412 Sośno	tel. 52 389 12 17 fax: 52 389 11 17	poniedziałek - 7:15 - 15:15 wtorek - 7:15 - 15:15 środa - 7:15 - 15:15 czwartek - 7:15 - 15:15 piątek - 7:15 - 15:15	e-mail: sekretariat@gops.sosno.pl	Osoby uprawnione do skorzystania z pomocy społecznej
14	Centrum Pomocy dla Bezdomnych Mężczyzn w Bydgoszczy	Podstawowa pomoc dla bezdomnych mężczyzn	ul. Fordońska 422 85-752 Bydgoszcz	tel. 52 343 93 40			Osoby poszukujące pomocy społecznej

15	Centrum Pomocy dla Bezdolnych Kobiet i Matek z Dziećmi w Bydgoszczy	Podstawowa pomoc dla bezdomnych kobiet i matek z dziećmi	ul. Polanka 1 85-085 Bydgoszcz	tel. 52 342 29 65 lub 52 372 22 57			Osoby poszukujące pomocy społecznej
<b>ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ</b>							
16	Punkt Interwencji Kryzysowej przy Miejsko – Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Więcborku	konsultacje terapeuty uzależnień	89-410 Więcbork ul. Mickiewicza 22a	tel. 52 3895350	Terapeuta uzależnień Czwartki od 12:00 do 14:00		
17	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Sępólnie Krajeńskim	Pomoc w rozwiązywaniu problemów alkoholowych i innych uzależnień	ul. Szkolna 8, 89-400 Sępólno Krajeńskie	tel. 52 388 84 50 fax: 52 388 84 51	Poniedziałek - 7:30 - 15:30 Wtorek - 7:30 - 16:00 Środa - 7:30 - 15:30 Czwartek - 7:30 - 15:30 Piątek - 7:30 - 15:00	e-mail: ops@ops-sepolno.pl	Osoby poszukujące pomocy w rozwiązywaniu problemów alkoholowych i innych uzależnień
18	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Więcborku	Pomoc w rozwiązywaniu problemów alkoholowych i innych uzależnień	ul. Mickiewicza 22A, 89-410 Więcbork,	tel. 52 389 53 50 fax 52 389 53 51	Poniedziałek - 7:00 - 15:00 Wtorek - 8:00 - 16:00 Środa - 7:00 - 15:00 Czwartek - 7:00 - 15:00 Piątek - 7:00 - 15:00	e-mail: sekretariat@mgopswiecbork.pl	Osoby poszukujące pomocy w rozwiązywaniu problemów alkoholowych i innych uzależnień
19	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Kamieniu Krajeńskim	Pomoc w rozwiązywaniu problemów alkoholowych i innych uzależnień	Plac Odrodzenia 3 89-430 Kamień Krajeński	tel. 52 3894526	Poniedziałek 7.30 - 15.30 Wtorek 7.30 - 16.00 Środa 7.30 - 15.30 Czwartek 7.30 - 15.30 Piątek 7.30 - 15.00	e-mail: sekretariat@mgops.kami-enkr.pl	Osoby poszukujące pomocy w rozwiązywaniu problemów alkoholowych i innych uzależnień
20	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Sośnie	Pomoc w rozwiązywaniu problemów alkoholowych i innych uzależnień	ul. Parkowa 4, 89-412 Sośno	tel. (52) 389 12 17 fax: (52) 389 11 17	poniedziałek - 7:15 - 15:15 wtorek - 7:15 - 15:15 środa - 7:15 - 15:15 czwartek - 7:15 - 15:15 piątek - 7:15 - 15:15	e-mail: sekretariat@gops.sosno.pl	Osoby poszukujące pomocy w rozwiązywaniu problemów alkoholowych i innych uzależnień

## PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ

21	Zespół Interdyscyplinarny w Więcborku	Pomoc w przeciwdziałaniu przemocy domowej	ul. Mickiewicza 22A, 89-410 Więcbork	tel. 52 389 53 50 fax 52 389 53 51	Poniedziałek - 7:00 - 15:00 Wtorek - 8:00 - 16:00 Środa - 7:00 - 15:00 Czwartek - 7:00 - 15:00 Piątek - 7:00 - 15:00	sekretariat@mgopswiecbork.pl	Dla osób doświadczających przemocy domowej
22	Zespół Interdyscyplinarny w Sępólnie Krajeńskim	Pomoc w przeciwdziałaniu przemocy domowej	ul. Szkolna 8, 89-400 Sępólno Krajeńskie	Tel. 52 388 84 50 fax: 52 388 84 51	Poniedziałek - 7:30 - 15:30 Wtorek - 7:30 - 16:00 Środa - 7:30 - 15:30 Czwartek - 7:30 - 15:30 Piątek - 7:30 - 15:00	e-mail: ops@ops-sepolno.pl	Dla osób doświadczających przemocy domowej
23	Zespół Interdyscyplinarny w Kamieniu Krajeńskim	Pomoc w przeciwdziałaniu przemocy domowej	Plac Odrodzenia 3 89-430 Kamień Krajeński	tel. 52 3894526	Poniedziałek 7.30 - 15.30 Wtorek 7.30 - 16.00 Środa 7.30 - 15.30 Czwartek 7.30 - 15.30 Piątek 7.30 - 15.00	e-mail: sekretariat@mgops.kamienkr.pl	Dla osób doświadczających przemocy domowej
24	Zespół Interdyscyplinarny w Sośnie	Pomoc w przeciwdziałaniu przemocy domowej	ul. Parkowa 4, 89-412 Sośno	tel. (52) 389 12 17 fax: (52) 389 11 17	Poniedziałek - 7:15 - 15:15 wtorek - 7:15 - 15:15 Środa - 7:15 - 15:15 Czwartek - 7:15 - 15:15 Piątek - 7:15 - 15:15	e-mail: sekretariat@gops.sosno.pl	Dla osób doświadczających przemocy domowej
25	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 godz. 08.00–22.00 Niedziela i święta godz. 08.00–16.00	www.niebieskalinia.info  biuro@niebieskalinia	Dla osób doświadczających przemocy domowej

## INTERWENCJA KRYZYSOWA

26	Stanowisko ds. Zarządzania Kryzysowego, Ochrony Ludności i Spraw Obronnych Starostwa Powiatowego w Sępólnie Krajeńskim	Interwencja kryzysowa	ul. T. Kościuszki 11 89-400 Sępólno Krajeńskie	tel. (52) 388 13 10 fax. (52) 388 13 03	Poniedziałek 7.30 - 15.30 Wtorek 7.30 - 16.00 Środa 7.30 - 15.30 Czwartek 7.30 - 15.30 Piątek 7.30 - 15.00	kryzysowe@powiat-sepolno.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
----	--	-----------------------	--	--	--	-----------------------------	---

27	Gminny Zespół Zarządzania Kryzysowego w Sępólnie Krajeńskim	Interwencja kryzysowa	ul. T. Kościuszki 11 89-400 Sępólno Krajeńskie	tel.(52) 389-42-00 fax.(52) 389-42-20	Poniedziałek 7.30 - 15.30 Wtorek 7.30 - 16.00 Środa 7.30 - 15.30 Czwartek 7.30 - 15.30 Piątek 7.30 - 15.00	sekretariat@gmina-sepolno.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
28	Gminny Zespół Zarządzania Kryzysowego w Więcborku	Interwencja kryzysowa	ul. Mickiewicza 22, 89-410 Więcbork	tel. 52 3895207, 52 3895202 fax.(+48) 52 3897212	Poniedziałek 7.00 - 15.00 Wtorek 8.00 - 16.00 Środa 7.00 - 15.00 Czwartek 7.00 - 15.00 Piątek 7.00 - 15.00	umwiecbork@wiecbork.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
29	Gminny Zespół Zarządzania Kryzysowego w Kamieniu Krajeńskim	Interwencja kryzysowa	Plac Odrodzenia 3 89-430 Kamień Krajeński	tel.: (52) 389-45-10 fax: (52) 388-63-92	Poniedziałek 7.30 - 15.30 Wtorek 7.30 - 16.00 Środa 7.30 - 15.30 Czwartek 7.30 - 15.30 Piątek 7.30 - 15.00	sekretariat@um.kamienk.r.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
30	Gminny Zespół Zarządzania Kryzysowego w Sośnie	Interwencja kryzysowa	ul. Nowa 1, 89-412 Sośno	tel. 52 389 01 10	Poniedziałek - Piątek: 7:15 - 15:15	sekretariat@sosno.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
31	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	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	<a href="http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/">http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/</a> poczta@rcb.gov.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego

### DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

32	Powiatowy Urząd Pracy w Sępólnie Krajeńskim	Pomoc dla osób bezrobotnych	ul. T. Kościuszki 11 89-400 Sępólno Krajeńskie	Telefon: 52 3881350 Faks: 52 3885367	Poniedziałek - Piątek 07:00 – 15:00	e-mail: tose@praca.gov.pl	Mogą korzystać: - zarejestrowani - poszukujący pracy - pracodawcy
33	Wojewódzki Urząd Pracy w Toruniu	Pomoc dla osób bezrobotnych	ul. Szosa Chełmińska 30/32 87-100 Toruń	tel. 56 669 39 00, fax: 56 669 39 99	Poniedziałek - Piątek 07:30 – 15:30	wup@wup.torun.pl	Mogą korzystać: - zarejestrowani - poszukujący pracy - pracodawcy

34	Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Bydgoszczy	Pomoc dla osób bezrobotnych	ul. Ignacego Paderewskiego 26 85-075 Bydgoszcz	tel. 52 339 95 36, 52 339 95 37 fax. 52 339 95 38	Poniedziałek - Piątek 07:30 – 15:30	oddzial.bydgoszcz@wup.torun.pl	Mogą korzystać: - zarejestrowani - poszukujący pracy - pracodawcy
35	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 godz. 08.00-18.00	www.zielonalinia.gov.pl  biuro@zielonalinia.gov.pl	Mogą korzystać: - zarejestrowani - poszukujący pracy - pracodawcy
<b>DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM</b>							
36	OPOPP Stowarzyszenie „Azyl” na Rzecz Pomocy Kobiutom i Dzieciom Ofiarom Przemocy w Toruniu	Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	ul. Brzozowa 9, 87-100 Toruń	tel. 56 657 58 61	Poniedziałek - Piątek 10:00 – 18:00	www.pokrzywdzeni.gov.pl  funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl biuro@azyltorun.org.pl	Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie
<b>PRAWO KONSUMENCKIE</b>							
37	Powiatowy Rzecznik Konsumentów	Udzielanie porad i informacji prawnych z zakresu ochrony interesów konsumentów	ul. Tadeusza Kościuszki 11 89-400 Sępólno Krajeńskie	tel. 52 388-13-68	Poniedziałek 7.30 - 15.30 Wtorek 7.30 - 16.00 Środa 7.30 - 15.30 Czwartek 7.30 - 15.30 Piątek 7.30 - 15.00	powiatowy.rzecznik.konsumentow@powiat-sepolno.pl	
38	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 godz. 08.00-18.00	www.uokik.gov.pl  porady@dlakonsumentow.pl	
<b>PRAWA PACJENTA</b>							
39	Narodowy Fundusz Zdrowia – Oddział w Bydgoszczy	Ochrona praw pacjenta	ul. Łomżyńska 33, 85-863 Bydgoszcz	tel. 52 32 52 706 fax. 52 32 52 709	Poniedziałek - Piątek 08:00 – 16:00	oddzial.bydgoszcz@nfz-bydgoszcz.pl	

40	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 godz. 08.00-20.00	www.bpp.gov.pl  kancelaria@rpp.gov.pl	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
41	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 godz. 08.00-16.00	www.nfz.gov.pl  infolinia@nfz.gov.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
42	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	SIEDZIBA ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa Telefon (22) 461 60 00 KORRESPONDENCJA 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.go v.pl  sekretariat.bon@mrp s.gov.pl	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych
43	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 godz. 08.15-20.00. (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.
<b>PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH</b>							
44	ZUS Biuro Terenowe w Sępólnie Krajeńskim	Obsługa dotycząca ubezpieczeń społecznych	89-400 Sępólno Krajeńskie, ul. T. Kościuszki 16	infolinia (22) 560 16 00	Poniedziałek - Piątek: 8.00- 15.00	www.zus.pl	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze

45	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w Centrum Obsługi Telefonicznej 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 godz. 07.00 – 18.00	<a href="http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl">www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl</a>	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze
----	---	---	--	--	---	--	--

### PRAWO PRACY

46	Okręgowa Inspekcja Pracy w Bydgoszczy	Porady z zakresu prawa pracy.	Plac Piastowski 4a 85-012 Bydgoszcz	tel. (52) 320 24 00 fax. (52) 321 42 40	Poniedziałek – Piątek: 07:30 – 15:30	<a href="mailto:kancelaria@bydgoszcz.p.gov.pl">kancelaria@bydgoszcz.p.gov.pl</a>	Osoby poszukujące pomocy z zakresu prawa pracy.
47	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. <b>Uwaga!!!</b> naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie.	Poniedziałek – Piątek: 08:00 – 16:00	<a href="http://www.bip.pip.gov.pl">www.bip.pip.gov.pl</a> , <a href="mailto:kancelaria@gip.pip.gov.pl">kancelaria@gip.pip.gov.pl</a>	Osoby poszukujące pomocy z zakresu prawa pracy.

### PRAWO PODATKOWE

48	Urząd Skarbowy w Sępólnie Krajeńskim	Obsługa podatników	ul. T. Kościuszki 22 89-400 Sępólno Krajeńskie	Centrala: 52 388-83-10 Naczelnik: 52 388-83-10 Fax: 52 388-83-23	Poniedziałek – Piątek: od 7:30 do 15:30	<a href="mailto:us.sepolno-krajenskie@mf.gov.pl">us.sepolno-krajenskie@mf.gov.pl</a>	Z porad może skorzystać każdy podatnik
49	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 z tel. komórkowych. + 48 (22)33 00 330 (z tel. zagranicznych. Koszt zgodnie z taryfą o operatora	Poniedziałek – Piątek: godz. 07.00-18.00	<a href="http://www.kis.gov.pl">www.kis.gov.pl</a> więcej: <a href="https://poradnikprzedsiebiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa">https://poradnikprzedsiebiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa</a>	Z porad może skorzystać każdy podatnik



<b>DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO</b>							
50	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: godz. 08.00-18.00  Poniedziałek – Piątek: godz.11.00-15.00  Poniedziałek – Piątek: godz. 08.00-16.00	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
<b>INNE</b>							
51	<b>WWW. OBYWATEL.GOV.PL</b>				Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji		
52	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	www.rpo.gov.pl  biurorzecznika@brpo.gov .pl	Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone

## **CZĘŚĆ II: NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE**

Od 1 stycznia 2019 r. udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej odbywa się według kolejności zgłoszeń, po uprzednim umówieniu terminu. Wizytę w punkcie nieodpłatnej pomocy prawnej można zgłosić się poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie: [www.np.ms.gov.pl/kujawsko-pomorskie/sepolenski](http://www.np.ms.gov.pl/kujawsko-pomorskie/sepolenski) lub telefonicznie w godzinach pracy starostwa pod nr tel. (52) 388 13 00. Z ważnych powodów dopuszcza się ustalenie innej kolejności udzielania nieodpłatnej pomocy prawnej. Z porad może skorzystać każda osoba, której nie stać na odpłatną pomoc prawną i która złoży stosowne oświadczenie.

## NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA

	PROWADZĄCY	ADRESY DYŻURÓW	DNI i GODZINY	SPECJALIZACJA	lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich	DANE KONTAKTOWE	WWW
1	Radcy Prawni i Adwokaci	Inkubator Przedsiębiorczości ul. Przemysłowa 7A biuro nr 1 89-400 Sępólno Krajeńskie	Poniedziałek: 14:00 do 18:00 Wtorek: Nieczynne Środa: 14:00 do 18:00 Czwartek: 12:30 do 16:30 Piątek: 12:30 do 16:30	nie określono	tak	INFORMACJE i ZAPISY: Poniedziałek 7.30 - 15.30 Wtorek 7.30 - 16.00 Środa 7.30 - 15.30 Czwartek 7.30 - 15.30 Piątek 7.30 - 15.00  pod nr 52 388 13 00 lub 52 388 13 05 <b>Rejestracja online:</b> <a href="http://www.np.ms.gov.pl/kuja-wsko-pomorskie/sepolenski">www.np.ms.gov.pl/kuja-wsko-pomorskie/sepolenski</a>	<a href="http://www.bip.powiat-sepolno.pl/903,nieodplatna-pomoc-prawna">www.bip.powiat-sepolno.pl/903,nieodplatna-pomoc-prawna</a>
		Urząd Miejski w Kamieniu Krajeńskim ul. Plac Odrodzenia 3 89-430 Kamień Krajeński	każdy wtorek w godz. 12:00 do 16:00	nie określono	tak		
2	Fundacja CIVITAS z Nakła n/Not.	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Więcborku ul. Mickiewicza 22a, 89-410 Więcbork	Poniedziałek: 14:00 do 18:00 Wtorek: NIECZYNNE Środa: 13:00 do 17:00 Czwartek: 8:00 do 12:00 Piątek: 8:00 do 12:00	Poniedziałek: prawo rodzinne Środa: dyżur skierowany dla osób pokrzywdzonych przestępstwem, doświadczających problemów przemocy i dyskryminacji Piątek: prawo karne	tak	INFORMACJE i ZAPISY: Poniedziałek 7.30 - 15.30 Wtorek 7.30 - 16.00 Środa 7.30 - 15.30 Czwartek 7.30 - 15.30 Piątek 7.30 - 15.00  pod nr 52 388 13 00 lub 52 388 13 05 <b>Rejestracja online:</b> <a href="http://www.np.ms.gov.pl/kuja-wsko-pomorskie/sepolenski">www.np.ms.gov.pl/kuja-wsko-pomorskie/sepolenski</a>	<a href="http://www.bip.powiat-sepolno.pl/903,nieodplatna-pomoc-prawna">www.bip.powiat-sepolno.pl/903,nieodplatna-pomoc-prawna</a>
		Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sośnie ul. Parkowa 4, 89- 412 Sośno	w każdy wtorek w godz. 12:00 do 16:00	Wtorek: pomoc społeczna	tak		

## NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE

	PROWADZĄCY	ADRESY DYŻURÓW	DNI i GODZINY	SPECJALIZACJA	lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich	DANE KONTAKTOWE	WWW
5	Fundacja CIVITAS	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Więcborku ul. Mickiewicza 22a, 89-410 Więcbork	Poniedziałek: 14:00 do 18:00 Wtorek: NIECZYNNE Środa: 13:00 do 17:00 Czwartek: 8:00 do 12:00 Piątek: 8:00 do 12:00	Poniedziałek: prawo rodzinne	tak	INFORMACJE i ZAPISY: Poniedziałek 7.30 - 15.30 Wtorek 7.30 - 16.00 Środa 7.30 - 15.30 Czwartek 7.30 - 15.30 Piątek 7.30 - 15.00	<a href="http://www.bip.powiat-sepolno.pl/903,nieodplatna-pomoc-prawna">www.bip.powiat-sepolno.pl/903,nieodplatna-pomoc-prawna</a>
		Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sośnie ul. Parkowa 4, 89-412 Sośno	w każdy wtorek od godziny 12:00 do 16:00	Wtorek: pomoc społeczna	tak	pod nr 52 388 13 00 lub 52 388 13 05 <b>Rejestracja online:</b> <a href="http://www.np.ms.gov.pl/kuja-wsko-pomorskie/sepolenski">www.np.ms.gov.pl/kuja-wsko-pomorskie/sepolenski</a>	