

## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

Lista jednostek nieodpłatnego poradnictwa, którą zgodnie z art. 8a ust. 1 Ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej (Dz. U. z 2026 r., poz.44) sporządza i aktualizuje Starosta Powiatu Łosickiego. Na poniższym wykazie ujęto dane jednostek nieodpłatnego poradnictwa na terenie Powiatu Łosickiego, a także ogólnokrajowe infolinie tematyczne i inne formy darmowego poradnictwa specjalistycznego - w ramach działań instytucji publicznych lub na ich zlecenie, jako formy poradnictwa również łatwo dostępnego dla mieszkańców Powiatu Łosickiego.

### CZĘŚĆ I : LISTA wg. art. 8a ust.1 pkt 1:

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ Dni i godziny	www e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
<b>PORADNICTWO RODZINNE</b>							
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Łosicach	Zabezpieczenie społeczne, przeciwdziałanie przemocy w rodzinie, wsparcie dziecka i rodziny, piecza zastępcza, wsparcie osób niepełnosprawnych, praca socjalna w systemie ciągłym.	ul. Narutowicza 6, 08-200 Łosice	Tel. 83 357 05 51 83 357 19 54	Od poniedziałku do piątku 7 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>	<a href="https://samorzad.gov.pl/web/pcpr-losice">https://samorzad.gov.pl/web/pcpr-losice</a>  kontakt@pcpr.losice.pl	Zasięg Powiat Łosicki, osoby bez względu na wiek, płeć, wykształcenie czy sytuację materialną.
2.	Caritas Diecezji Siedleckiej – Centrum Wsparcia	Pomoc osobom najuboższym, rodzinom wielodzietnym i innym osobom, których sytuacja życiowa jest trudna.	ul. Budowlana 1, 08 – 110 Siedlce	Tel. 25 640 71 30  Osoba pierwszego kontaktu 513 077 966	Od poniedziałku do piątku 8 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup>	<a href="https://siedlce.caritas.pl/">https://siedlce.caritas.pl/</a>  centrumpomocy.siedlce@caritas.pl	Zasięg również Powiat Łosicki. Pomoc świadczona jest rodzinom wielodzietnym i innym osobom, których sytuacja życiowa czy zdrowotna jest trudna, wymagająca wsparcia zarówno najbliższych jak i instytucji pomocowych.

## PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE

3.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Łosicach	Diagnoza i terapia psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna - diagnoza i terapia wyższych funkcji, - interwencja kryzysowa, poradnictwo z zakresu uzależnień i przemocy w rodzinie, - diagnoza i terapia Procesów Integracji Sensorycznej.	ul. Piłsudskiego 6 08-200 Łosice	Tel. 83 357 37 88 Zgłoszeń dokonywać można osobiście w sekretariacie Poradni lub przesłać wypełniony formularz zgłoszenia pocztą.	Godziny pracy sekretariatu poniedziałek 8 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup> wtorek-piątek 7 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup>	<a href="https://poradnia.losice.pl/">https://poradnia.losice.pl/</a>  sekretariat@poradnia.losice.pl	Zasięg Powiat Łosicki, Pomoc świadczona jest dzieciom, rodzicom i nauczycielom ze szkół i placówek z terenu Powiatu Łosickiego. Wszystkie formy pomocy świadczone przez Poradnię odbywają się po wcześniejszym złożeniu przez rodziców, prawnych opiekunów lub pełnoletniego ucznia FORMULARZA ZGŁOSZENIA.
4.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Łosicach	Specjalistyczne poradnictwo psychologiczne, zabezpieczenie społeczne, terapia psychologiczna.	ul. Narutowicza 6, 08-200 Łosice	Tel. 83 357 05 51 83 357 19 55	Piątek 9 <sup>00</sup> – 13 <sup>00</sup> , lub po wcześniejszym zgłoszeniu pod numerem telefonu 83 357 19 55	<a href="https://samorząd.gov.pl/web/pcpr-losice">https://samorząd.gov.pl/web/pcpr-losice</a>  kontakt@pcpr.losice.pl	Zasięg Powiat Łosicki, osoby bez względu na wiek, płeć, wykształcenie czy sytuację materialną.
5.	Antydepresyjny Telefon Zaufania	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze.	Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66	Tel. 22 484 88 01 koszt połączenia zgodny z taryfą operatora sieci	Psycholog: poniedziałek, wtorek 15 <sup>00</sup> – 20 <sup>00</sup>	<a href="https://stopdepresji.pl">https://stopdepresji.pl</a>  press@stopdepresji.pl	Zasięg Polska, dla osób będących w kryzysie psychicznym.
6.	Telefon Zaufania Młodych	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze.	Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66	Tel. 22 484 88 04 koszt połączenia zgodny z taryfą operatora sieci	Psycholog : codziennie 13 <sup>00</sup> - 20 <sup>00</sup>  Seksuolog : poniedziałek 17 <sup>00</sup> -20 <sup>00</sup>  Prawnik : wtorek 17 <sup>00</sup> -20 <sup>00</sup>	<a href="https://stopdepresji.pl">https://stopdepresji.pl</a>  press@stopdepresji.pl	Zasięg Polska, dla dzieci, młodzieży, młodych dorosłych (do 25 r.ż.) będących w kryzysie psychicznym.

					Terapeuta zaburzeń odżywiania : czwartek 13 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>		
7.	Kryzysowy Telefon Zaufania	Kryzysy emocjonalne, wsparcie i porady psychologiczne rodziców potrzebujących wsparcia w procesie wychowawczym oraz osób niepełnoprawnych.	Instytut Psychologii Zdrowia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego  ul. Gęślarska 3 02 – 412 Warszawa	Trzy kanały komunikacji : 1. telefon 116 123 bezpłatna infolinia 2. czat 3. formularz kontaktowy	7 dni w tygodniu 24 godziny na dobę	<a href="https://116123.edu.pl">https://116123.edu.pl</a> <a href="https://116sos.pl">https://116sos.pl</a>  poczta@ipz.edu.pl	Zasięg Polska, dla osób dorosłych będących w kryzysie emocjonalnym.
8.	Telefon Zaufania Dla Osób Starszych	Przeciwdziałanie izolacji społecznej osób starszych, a jednocześnie funkcja informacyjna i doradcza.	Stowarzyszenie Mali Bracia Ubogich ul. Gen. Władysława Andersa 13 00 – 159 Warszawa	Tel. 22 635 09 54 koszt połączenia zgodny z taryfą operatora sieci	Poniedziałek, środa i czwartek 17 <sup>00</sup> – 20 <sup>00</sup> Dyżur w tematyce choroby Alzheimera środa 14 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup>	<a href="https://malibracia.org.pl">https://malibracia.org.pl</a>  kontakt@malibracia.org.pl	Zasięg Polska, dla osób starszych, samotnych, potrzebujących wsparcia psychologicznego.
9.	Centrum wsparcia dla osób dorosłych w stanie kryzysu psychicznego	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze.		800 70 2222 bezpłatna infolinia	7 dni w tygodniu. 24 godziny na dobę	<a href="https://centrumwsparcia.pl">https://centrumwsparcia.pl</a>  porady@centrumwsparcia.pl	Zasięg Polska, dla osób dorosłych będących w kryzysie psychicznym.

### PORADNICTWO PEDAGOGICZNE

10.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Łosicach	Diagnoza i terapia psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna, diagnoza i terapia wyższych funkcji, interwencja kryzysowa, poradnictwo z zakresu uzależnień i przemocy w rodzinie.	ul. Piłsudskiego 6 08-200 Łosice	Tel. 83 357 37 88 Zgłoszeń dokonywać można osobiście w sekretariacie Poradni lub przesłać wypełniony formularz zgłoszenia pocztą.	Godziny pracy sekretariatu poniedziałek 8 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup> wtorek-piątek 7 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup>	<a href="https://poradnia.losice.pl">https://poradnia.losice.pl</a>  sekretariat@poradnia.losice.pl	Zasięg Powiat Łosicki, pomoc świadczona jest dzieciom, rodzicom i nauczycielom ze szkół i placówek z terenu Powiatu Łosickiego. Wszystkie formy pomocy świadczone przez Poradnię odbywają się po wcześniejszym złożeniu przez rodziców, prawnych opiekunów lub pełnoletniego ucznia FORMULARZA ZGŁOSZENIA.
-----	---	--	-------------------------------------	--	---	---	--

## POMOC SPOŁECZNA

11.	Miejsko -Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Łosicach.  Miejsko -Gminny Zespół Interdyscyplinarny	Porady z zakresu pomocy społecznej, uprawnień do świadczeń rodzinnych i opiekuńczych.  Pomoc osobom pokrzywdzonym i sprawcom przemocy.	ul. Piłsudskiego 6 08-200 Łosice	Tel. 83 357 37 47	Poniedziałek 9 <sup>00</sup> – 17 <sup>00</sup>  Od wtorku do piątku 7 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>	mgops@mgopslosice.pl	Mieszkańcy Miasta i Gminy Łosice, osoby dotknięte przemocą w rodzinie i sprawcy przemocy.
12.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Olszance  Zespół Interdyscyplinarny w Olszance	Porady z zakresu pomocy społecznej, uprawnień do świadczeń rodzinnych i opiekuńczych.  Pomoc osobom pokrzywdzonym i sprawcom przemocy.	Olszanka 37 08-207 Olszanka	Tel. 83 357 51 19	Od poniedziałku do piątku 7 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup>	ops.olszanka@poczta.fm	Mieszkańcy Gminy Olszanka, osoby dotknięte przemocą w rodzinie i sprawcy przemocy.
13.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Huszlewie,  Zespół Interdyscyplinarny w Huszlewie.	Porady z zakresu pomocy społecznej, uprawnień do świadczeń rodzinnych i opiekuńczych.  Pomoc osobom pokrzywdzonym i sprawcom przemocy.	Huszlew 77 08-206 Huszlew	Tel. 83 358 01 96	Od poniedziałku do piątku 7 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>	gopshuszlew@poczta.onet.pl	Mieszkańcy Gminy Huszlew, osoby dotknięte przemocą w rodzinie i sprawcy przemocy.
14.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Starej Kornicy  Gminny Zespół Interdyscyplinarny ds Przeciwdziałania Przemocy Domowej w Starej Kornicy	Porady z zakresu pomocy społecznej, uprawnień do świadczeń rodzinnych i opiekuńczych.  Pomoc osobom pokrzywdzonym i sprawcom przemocy.	Stara Kornica 191 08-205 Stara Kornica	Tel. 83 359 10 25 661 532 265	Od poniedziałku do piątku 7 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>	gops@kornica.org	Mieszkańcy Gminy Stara Kornica, osoby dotknięte przemocą w rodzinie i sprawcy przemocy.
15.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Platerowie.  Zespół Interdyscyplinarny w Platerowie.	Porady z zakresu pomocy społecznej, uprawnień do świadczeń rodzinnych i opiekuńczych.  Pomoc osobom doznającym przemocy.	ul. Dworcowa 21 08-210 Platerów	Tel. 83 357 84 11	Od poniedziałku do piątku 7 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>	gops.platerow@wp.pl	Mieszkańcy Gminy Platerów, osoby doznające przemocy domowej i osoby stosujące przemoc domową

16.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sarnakach.  Gminny Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej w Sarnakach.	Porady z zakresu pomocy społecznej, uprawnień do świadczeń rodzinnych i opiekuńczych, KDR, dłużnicy alimentacyjni.  Pomoc osobom pokrzywdzonym i sprawcom przemocy.	ul. Berka Joselewicza 3 08-220 Sarnaki	Tel. 83 359 92 44	Od poniedziałku do piątku 7 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>	<a href="mailto:gops@sarnaki.pl">gops@sarnaki.pl</a>	Mieszkańcy Gminy Sarnaki, osoby dotknięte przemocą domową i sprawcy przemocy.
	Dzienny Dom Senior +	Pomoc osobom nieaktywnym zawodowo powyżej 60 +	Nowe Hołowczyce 79, 08-220 Sarnaki	Tel. 83 359 92 44  83 311 54 33	Od poniedziałku do piątku 7 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>	<a href="mailto:gops@sarnaki.pl">gops@sarnaki.pl</a>	Kobiety i mężczyźni z terenu Gminy Sarnaki 60 plus.
	Środowiskowy Dom Samopomocy	Ośrodek wsparcia dziennego dla osób z niepełnosprawnościami powyżej 18 roku życia, który w głównej mierze skupia się na tym, aby w jak największym stopniu przygotować Podopiecznych do samodzielnego funkcjonowania w społeczeństwie.	Nowe Litewniki 40, 08-220 Sarnaki	Tel. 661 723 720	Od poniedziałku do piątku 8 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup>	<a href="https://sdsnowelitewniki.pl">https://sdsnowelitewniki.pl</a>  <a href="mailto:sds.nowelitewniki@wp.pl">sds.nowelitewniki@wp.pl</a>	Osoby z niepełnosprawnością intelektualną lub chore psychicznie pow. 18 roku życia z terenu Powiatu Łosickiego i okolic.
17.	Caritas Diecezji Siedleckiej – Centrum Wsparcia	Pomoc osobom najuboższym, rodzinom wielodzietnym i innym osobom, których sytuacja życiowa jest trudna.	ul. Budowlana 1, 08 – 110 Siedlce	Tel. 25 640 71 30	Od poniedziałku do piątku 8 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup>	<a href="https://siedlce.caritas.pl">https://siedlce.caritas.pl</a>  <a href="mailto:centrumpomocy.siedlce@caritas.pl">centrumpomocy.siedlce@caritas.pl</a>	Zasięg również Powiat Łosicki. Pomoc świadczona jest rodzinom wielodzietnym i innym osobom, których sytuacja życiowa czy zdrowotna jest trudna, wymagająca wsparcia zarówno najbliższych jak i instytucji pomocowych.

## ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

18.	Miejsko-Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Łosicach	Porady z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych, uzależnień i współuzależnień.	ul. Piłsudskiego 6 08-200 Łosice	Tel. 530 070 409	Czwartek 16 <sup>00</sup> -18 <sup>00</sup> (Łosice, ul. Szpitalna 1A)	<a href="https://gminalosice.pl">https://gminalosice.pl</a>  sekretariat@gminalosice.pl	Mieszkańcy Miasta i Gminy Łosice, usługa dostępna dla potrzebujących osób lub rodzin bez względu na wiek, płeć, wykształcenie, czy sytuację materialną.
19.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Olszance	Porady z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych, uzależnień i współuzależnień.	Olszanka 37 08-207 Olszanka	Tel. 83 357 51 19	Od poniedziałku do piątku 7 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>	<a href="https://olszanka.gmina.pl">https://olszanka.gmina.pl</a>  ops.olszanka@poczta.fm	Mieszkańcy Gminy Olszanka, usługa dostępna dla potrzebujących osób lub rodzin bez względu na wiek, płeć, wykształcenie, czy sytuację materialną.
20.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Huszlewie	Porady z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych, uzależnień i współuzależnień. Porady z zakresu przemocy w rodzinie.	Huszlew 77 08-206 Gminy Huszlew	Tel. 83 358 01 96	Od poniedziałku do piątku 7 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>	<a href="https://huszlew.pl">https://huszlew.pl</a>  gopshuszlew@poczta.onet.pl	Mieszkańcy Gminy Huszlew, usługa dostępna dla potrzebujących osób lub rodzin bez względu na wiek, płeć, wykształcenie, czy sytuację materialną.
21.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Starej Kornicy	Porady z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych, uzależnień i współuzależnień.	Stara Kornica 191 08-205 Stara Kornica	Tel. 83 358 78 22	Od poniedziałku do piątku 7 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>	<a href="https://kornica.org">https://kornica.org</a>  gmina@kornica.org	Mieszkańcy Gminy Stara Kornica, usługa dostępna dla potrzebujących osób lub rodzin bez względu na wiek, płeć, wykształcenie, czy sytuację materialną.
22.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Platerowie	Porady z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych, uzależnień i współuzależnień.	08-210 Platerów ul. 3 Maja 3	Sekretariat Tel. 83 357 84 47	Od poniedziałku do piątku 7 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>	<a href="https://platerow.com.pl">https://platerow.com.pl</a>  platerow@platerow.com	Mieszkańcy Gminy Platerów, usługa dostępna dla potrzebujących osób lub rodzin bez względu na wiek, płeć, wykształcenie, czy sytuację materialną.
23.	Gminna Komisja Rozwiązywania	Porady z zakresu rozwiązywania	08-220 Sarnaki ul. Berka Joselewicza 3	Tel. 83 359 91 98	Od poniedziałku do piątku 7 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>	<a href="https://sarnaki.pl">https://sarnaki.pl</a>	Mieszkańcy Gminy Sarnaki,

	Problemów Alkoholowych w Sarnakach	problemów alkoholowych, uzależnień i współuzależnień.				<a href="mailto:gops@sarnaki.pl">gops@sarnaki.pl</a>	usługa dostępna dla potrzebujących osób lub rodzin bez względu na wiek, płeć, wykształcenie, czy sytuację materialną.
24.	Anonimowi Alkoholicy	Porady dla osób : z problemem alkoholowym, zainteresowanych problemem, współuzależnionych lub zawodowo zajmujących się dziedziną w zakresie uzależnień	Fundacja Biuro Służby Krajowej AA w Polsce ul. Piękna 31/37 00 – 677 Warszawa	801 033 242 Bezpłatna infolinia	Poniedziałek-środa 8 <sup>00</sup> -18 <sup>00</sup> Czwartek-piątek 8 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	<a href="https://aa24.pl">https://aa24.pl</a>  <a href="mailto:kontakt@aa.org.pl">kontakt@aa.org.pl</a>	Zasięg Polska, infolinia skierowana jest do osób z problemem alkoholowym, osób zainteresowanych tym problemem np. członków rodziny alkoholika lub osób zawodowo zajmujących się problemem alkoholowym.
25.	Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania	Wsparcie w przypadku, gdy problemem są narkotyki i uzależnienie od narkotyków.	Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii ul. Dereniowa 52/54 02 – 776 Warszawa	800 199 990 Bezpłatna infolinia  Uzależnienia behawioralne 801 889 880	Infolinia czynna codziennie w godz. 16 <sup>00</sup> -21 <sup>00</sup>  Codziennie w godz. 17 <sup>00</sup> -21 <sup>00</sup>	<a href="https://narkomania.gov.pl">https://narkomania.gov.pl</a> <a href="https://.kbpn.gov.pl">https://.kbpn.gov.pl</a>  <a href="mailto:kcpu@kcpu.gov.pl">kcpu@kcpu.gov.pl</a>	Zasięg Polska, infolinia skierowana jest dla osób zagrożonych uzależnieniem, uzależnionych i ich bliskich.
<b>PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ</b>							
26.	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”  Poradnia telefoniczna „Niebieskiej linii”	Wsparcie, pomoc psychologiczna, informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej.	ul. Al. Jerozolimskie 155 02 – 326 Warszawa	800 120 002 Bezpłatna infolinia  Tel. 22 668 70 00 116 - 123	Infolinia czynna całą dobę  7 dni w tygodniu 24 godziny na dobę	<a href="https://niebieskalinia.org">https://niebieskalinia.org</a>  <a href="mailto:niebieskalinia@niebieskalinia.info">niebieskalinia@niebieskalinia.info</a>	Zasięg Polska, dla osób doświadczających przemocy domowej.

27.	Policyjny telefon zaufania ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie	wsparcie w sytuacji przemocy w rodzinie		800 120 226 Bezpłatna infolinia	Od poniedziałku do piątku 9 <sup>30</sup> do 15 <sup>30</sup>		Zasięg Polska, pomoc dla dzieci i dorosłych.
<b>INTERWENCJA KRYZYSOWA</b>							
28.	Centralne Zarządzenie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa.	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Al. Ujazdowskie 5 00-583 Warszawa	Całodobowa służba dyżurna 47 721 69 00 785 700 177 e-mail: dyzurny@rcb.gov.pl	24 godz. na dobę przez 7 dni w tygodniu	<a href="https://rcb.gov.pl">https://rcb.gov.pl</a>  poczta@rcb.gov.pl	Zasięg Polska, świadek zagrożenia kryzysowego, osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego.
29.	Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego w Łosicach  Centrum Zarządzania Kryzysowego Starostwa Powiatowego w Łosicach	Realizuje zadania z zakresu obronności, obrony cywilnej, porządku publicznego i bezpieczeństwa obywateli	Ul. Narutowicza 6 08 – 200 Łosice  KP PSP Ul. Kolejowa 2A 08 – 200 Łosice	83 357 19 34  83 357 22 41 Telefon alarmowy 112	Od poniedziałku do piątku 7 <sup>30</sup> do 15 <sup>30</sup>  7 dni w tygodniu, 24 godziny na dobę	<a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-losicki">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-losicki</a>  zk@losice.pl	Zasięg Powiat Łosicki,
<b>DLA OSÓB BEZROBOTNYCH</b>							
30.	Powiatowy Urząd Pracy w Łosicach	Informacje zawodowe w zakresie sytuacji na rynku pracy, ofert pracy, metod poszukiwania pracy i innych form wsparcia świadczonych przez Urząd.	Ul. Narutowicza 6 08-200 Łosice	83 357 19 59	Od poniedziałku do piątku 8 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup>	<a href="https://losice.praca.gov.pl">https://losice.praca.gov.pl</a>  walo@praca.gov.pl	Zasięg Powiat Łosicki, usługa dostępna dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy, pracodawców.
31.	Infolinia Urzędów Pracy Zielona infolinia	Informacje o usługach urzędów pracy.	Ul. Trawiasta 20b 15-161 Białystok	19524 (z całej Polski)  +48 22 19524 (z zagranicy)	Od poniedziałku do piątku 8 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup>	<a href="https://zielonalinia.gov.pl">https://zielonalinia.gov.pl</a>  kontakt@zielonalinia.gov.pl	Zasięg Polska, usługa dostępna dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy, pracodawców.

				Koszt zgodnie z taryfą operatora.			
32.	Okręgowy Inspektorat Pracy w Warszawie Oddział w Siedlcach	Porady z zakresu prawa pracy.	ul. Brzeska 97 08 – 110 Siedlce	Tel. 25 632 27 68, 25 632 80 50 fax. 025 632 80 50	Od poniedziałku do piątku 8 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup>	<a href="https://warszawa.pip.gov.pl">https://warszawa.pip.gov.pl</a>  otsiedlce@warszawa.pip.gov.pl	Zasięg Oddziału OIP w Siedlcach.
33.	Państwowa Inspekcja Pracy	Porady z zakresu prawa pracy.	ul. Barska28/30 02-315 Warszawa	Centrum poradnictwa PIP:  801 002 006 dla osób dzwoniących z telefonów stacjonarnych  459 599 000 dla osób dzwoniących z telefonów komórkowych  Koszt zgodnie z taryfą operatora.	Telefonicznie: od poniedziałku do piątku 9 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup> koszt połączenia wg stawek operatora	<a href="https://warszawa.pip.gov.pl">https://warszawa.pip.gov.pl</a>  kancelaria@gip.pip.gov.pl	Zasięg Polska, usługa dostępna dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy, pracodawców.
<b>DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM</b>							
34.	Komenda Powiatowa Policji w Łosicach	Informacja o charakterze zdarzenia, przestępstwo czy wykroczenie, sposób postępowania, zapewnienie bezpieczeństwa	ul. Kolejowa 6, 08-200 Łosice	tel.47 70 77 200  numer alarmowy 112	całodobowo	<a href="https://mazowiecka.policja.gov.pl/wls/">https://mazowiecka.policja.gov.pl/wls/</a>  kpplosice@ra.policja.gov.pl	Zasięg Powiat Łosicki
35.	Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przystępstwem Stowarzyszenia Caritas Diecezji Siedleckiej	Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe.	Ul. Budowlana 1, 08-110 Siedlce	Tel. 25 640 71 30 (Caritas) 500 566 881	Poniedziałek, wtorek, środa 13 <sup>00</sup> – 20 <sup>00</sup> czwartek, piątek 8 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup> sobota 10 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup>	<a href="https://siedlce.caritas-siedle.opp@caritas.pl">https://siedlce.caritas-siedle.opp@caritas.pl</a>	Zasięg również Powiat Łosicki, z pomocy mogą skorzystać osoby pokrzywdzone i ich osoby bliskie.

36.	Centrum Praw Kobiet	Wsparcie : - kobiet doznających różnych form przemocy, w tym przemocy domowej, molestowania seksualnego w miejscu pracy, mobbingu, - świadków przemocy, - przedstawicieli służb i organizacji pozarządowych pracujących w obszarze przeciwdziałania przemocy wobec kobiet.	Ul. Wilcza 60/19 00 – 679 Warszawa	Tel. 800 10 7777 Całodobowe wsparcie Kobiety Kobietom (wybrać 1 i potem 3) połączenie płatne zgodnie z taryfą operatora  Telefoniczne Wsparcie Prawne Telefon STOP 800 10 7777, każdy pracujący czwartek w godzinach 16 <sup>00</sup> – 21 <sup>00</sup>	Godziny pracy sekretariatu od poniedziałku do piątku 9 <sup>00</sup> – 17 <sup>00</sup>  sekretariat w wakacje czynny w skróconych godzinach i dniach od poniedziałku do czwartku 9 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup>	<a href="https://cpk.org.pl">https://cpk.org.pl</a>  <a href="https://facebook.com/Centrum.Praw.Kobiet">https://facebook.com/Centrum.Praw.Kobiet</a>  sekretariat@cpk.org.pl porady.prawne@cpk.org.pl porady.psychologiczne@cpk.org.pl warsztaty_szkolenia@cpk.org.pl	Zasięg Polska. pomoc dla kobiet, których prawa są łamane, a w szczególności kobiet doświadczających różnych form przemocy.
<b>PRAWO KONSUMENCKIE</b>							
37.	Powiatowy Rzecznik Konsumentów w Łosicach	Porady w zakresie ochrony praw konsumenckich.	Starostwo Powiatowe ul. Narutowicza 6 08-200 Łosice	Tel. 83 357 19 24	Poniedziałek 8 <sup>00</sup> – 15 <sup>30</sup> Środa 8 <sup>00</sup> – 15 <sup>30</sup> czwartek 8 <sup>00</sup> – 13 <sup>00</sup>	<a href="https://samorząd.gov.pl/web/powiat-losicki/Powiatowy-Rzecznik-Konsumentow-w-Losicach">https://samorząd.gov.pl/web/powiat-losicki/Powiatowy-Rzecznik-Konsumentow-w-Losicach</a>  rzecznik@losice.pl	Zasięg Powiat Łosicki, prawo konsumenckie.
38.	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich.	UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	Infolinia 801 440 220 22 266 76 76 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.	Od poniedziałku do piątku 10 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup>	<a href="https://uokik.gov.pl">https://uokik.gov.pl</a>  poradydlakonsumentow.pl  uokik@uokik.gov.pl	Zasięg Polska, prawo konsumenckie.
<b>PRAWA PACJENTA, OSOBY NIEPEŁNOSPRAWNE</b>							
39.	Rzecznik Praw Pacjenta	Ochrona praw pacjenta.	Biuro RPP Ul. Płocka 11/13 01-231 Warszawa	800 190 590 Bezpłatna infolinia Zapisy na poradę osobistą : rezerwacja@rpp.gov.pl lub 22 532 82 43	Czat Od poniedziałku do piątku 8 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup>  Przyjmowanie petentów Poniedziałek 9 <sup>00</sup> -18 <sup>00</sup> od wtorku do piątku	<a href="https://rpp.gov.pl">https://rpp.gov.pl</a>  kancelaria@rpp.gov.pl	Zasięg Polska, z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta.

					9 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup>		
40.	Narodowy Fundusz Zdrowia	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: -prawa pacjenta, -leczenie w kraju i poza granicami, -kolejki do świadczeń.	Ul. Rakowiecka 26/30 02 – 528 Warszawa	Telefoniczna Informacja pacjenta Bezpłatna infolinia 800 190 590 Numer dla osób dzwoniących z zagranicy: +48 22 125 66 00 (połączenia płatne zgodnie z cennikiem operatora)	Całodobowy kontakt, 7 dni w tygodniu.	<a href="https://nfz.gov.pl">https://nfz.gov.pl</a>  KancelariaElektroniczna @nfz.gov.pl	Zasięg Polska, każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym.
41.	Narodowy Fundusz Zdrowia -Delegatura w Siedlcach	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: -prawa pacjenta, -leczenie w kraju i poza granicami, -kolejki do świadczeń.	Ul. Piłsudskiego 4 08 – 100 Siedlce	Tel.25 785 12 00 Fax. 25 785 12 38  Telefoniczna informacja pacjenta Bezpłatna infolinia 800 190 590	Poniedziałek 8 <sup>00</sup> -18 <sup>00</sup>  wtorek - piątek 8 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	siedlce@nfz-warszawa.pl	Zasięg również Powiat Łosicki, każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym.
42.	Pełnomocnik Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych.	Ul. Żurawia 4A 00-503 Warszawa  Korespondencja : ul. Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	Tel. 538 117 590	Od poniedziałku do piątku 8 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>	<a href="https://niepelnosprawni.gov.pl">https://niepelnosprawni.gov.pl</a>  sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	Zasięg Polska, z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych.
43.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Łosicach	Zgodnie z ustawą o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych.	ul. Narutowicza 6 08 – 200 Łosice	Tel. 83 357 19 54	Od poniedziałku do piątku 7 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>	<a href="https://samorzad.gov.pl/web/pcpr-losice">https://samorzad.gov.pl/web/pcpr-losice</a>  kontakt@pcpr.losice.pl	Zasięg Powiat Łosicki.
<b>PRAWA DZIECKA</b>							
44.	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania	Ochrona praw dziecka.	Biuro RPD Ul. Chocimska 6 00-791 Warszawa 22 583 66 00  Od poniedziałku	Bezpłatna infolinia 800 12 12 12	7 dni w tygodniu, 24 godziny na dobę. 800 12 12 12	<a href="https://brpd.gov.pl">https://brpd.gov.pl</a>  rdp@brpd.gov.pl	Zasięg Polska, sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych.  Może dzwonić każdy, kto doświadcza

			do piątku 8 <sup>15</sup> – 16 <sup>15</sup>				problemu lub jest świadkiem przemoc.
45.	Fundacja „Dajemy Dzieciom Siłę”	<p>1. Telefon dla dzieci i młodzieży potrzebującej wsparcia, opieki i ochrony. Mogą się kontaktować osoby w trudnych sytuacjach życiowych, by wyrazić swoje troski i rozmawiać o problemach.</p> <p>2. Wsparcie i informacja dla rodziców i nauczycieli w zakresie przeciwdziałania i pomocy dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności wynikające z problemów i zachowań ryzykownych.</p>	Ul. Mazowiecka 12/25 00 – 048 Warszawa	<p>1. Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży 116 111 Bezpłatna infolinia</p> <p>2. Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci 800 100 100 Bezpłatna infolinia</p>	7 dni w tygodniu, 24 godziny na dobę	<p><a href="https://fdds.pl">https://fdds.pl</a></p> <p>biuro@fdds.pl</p>	Zasięg Polska, telefon dla dzieci i młodzieży.

## PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

46.	Zakład Ubezpieczeń Społecznych	<p>Zakres informacji: -ubezpieczenia i składki, -emerytury i renty, - zasiłki, - świadczenia dla rodzin (Aktywny Rodzic, świadczenie wychowawcze 800+, RKO-rodzinny kapitał opiekuńczy, dofinansowanie za pobyt dziecka w Żłobku, Dobry Start-300+, świadczenie wspierające)</p>	Centrala ZUS, ul. Szamocka 3,5 01 – 748 Warszawa (w Centrali nie jest prowadzona bezpośrednia obsługa klientów)	Centrum Kontaktu Klientów ZUS Tel. 22 560 16 00 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.	Centrum Kontaktu Klientów ZUS od poniedziałku do piątku 7 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup>	<p><a href="https://zus.pl">https://zus.pl</a></p> <p>cot@zus.pl</p>	Zasięg Polska, - ubezpieczeni - świadczeniobiorcy - płatnicy - lekarze.
47.	Zakład Ubezpieczeń Społecznych Biuro Terenowe	<p>Zakres informacji: -ubezpieczenia i składki -emerytury i renty,</p>	Ul. Kilińskiego 2 08 – 200 Łosice	Centrum Kontaktu Klientów ZUS Tel. 22 560 16 00	Centrum Kontaktu Klientów ZUS od poniedziałku	<a href="https://zus.pl">https://zus.pl</a>	Zasięg Powiat Łosicki - ubezpieczeni - świadczeniobiorcy

	w Łosicach	-zasiłki, świadczenia dla rodzin (Aktywny Rodzic, świadczenie wychowawcze 800+, RKO-rodzinny kapitał opiekuńczy, dofinansowanie za pobyt dziecka w Żłobku, Dobry Start-300+, świadczenie wspierające)		Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.	do piątku 7 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup>  godziny obsługi klientów poniedziałek 8 <sup>00</sup> – 17 <sup>00</sup> wtorek - piątek 8 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup>  PUE ZUS/ mZUS całodobowo	cot@zus.pl	-płatnicy - lekarze.
48.	Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego w Warszawie, Placówka Terenowa w Łosicach	Zakres informacji: ubezpieczenia, świadczenia, wypadki, prewencja	Ul. Kilińskiego 6 08 – 200 Łosice	Tel. 83 359 14 10	Poniedziałek 8 <sup>00</sup> – 17 <sup>00</sup> wtorek – piątek 8 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup>	<a href="https://gov.pl/krus">https://gov.pl/krus</a>  losice@krus.gov.pl	Zasięg Powiat Łosicki.
<b>PRAWO PRACY</b>							
49.	Państwowa Inspekcja Pracy	Porady z zakresu prawa pracy.	ul. Grójecka 186 02 – 390 Warszawa	Centrum poradnictwa PIP:  801 002 006 dla osób dzwoniących z telefonów stacjonarnych  459 599 000 dla osób dzwoniących z telefonów komórkowych	Telefonicznie: od poniedziałku do piątku 9 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup>  Osobiście: poniedziałek 9 <sup>00</sup> – 18 <sup>30</sup> Wtorek - piątek 9 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup>	<a href="https://warszawa.pip.gov.pl">https://warszawa.pip.gov.pl</a>  kancelaria@warszawa.pip.gov.pl	Zasięg Polska, może skorzystać każdy pracownik, gdzie nie są przestrzegane przepisy prawa pracy.
50.	Okręgowa Inspekcja Pracy w Siedlcach	Porady z zakresu prawa pracy.	ul. Brzeska 97 08-100 Siedlce	Tel. 25 632 27 68 Fax.. 25 632 80 50	Od poniedziałku do piątku 8 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup>	otsiedlce@warszawa.pip.gov.pl	Zasięg również Powiat Łosicki, może skorzystać każdy pracownik, gdzie nie są przestrzegane przepisy prawa pracy.

## PRAWO PODATKOWE

51.	Urząd Skarbowy w Łosicach	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza.	Ul.11 Listopada 1 08-200 Łosice	Tel. 83 359 00 22	Poniedziałek 8 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup> wtorek -piątek 8 <sup>00</sup> – 15 <sup>00</sup>	<a href="https://www.mazowieckie.kas.gov.pl/urząd-skarbowy-w-losicach">https://www.mazowieckie.kas.gov.pl/urząd-skarbowy-w-losicach</a>  us.losice@mf.gov.pl	Zasięg Powiat Łosicki, z porad może skorzystać każdy podatnik.
52.	Krajowa Informacja Skarbowa	Infolinia podatkowa udziela informacji w zakresie: - podatku dochodowego od osób fizycznych, - podatku od towarów i usług, - podatku dochodowego od osób prawnych, - podatku od czynności cywilnoprawnych, - podatku od spadków i darowizn.	Ul. Warszawska 5 43-300 Bielsko Biała	Informacja podatkowa i celna na infolinii KIS :  - z telefonu stacjonarnego 801 055 055,  - z telefonu komórkowego: 22 330 03 30,  - z zagranicy: +48 22 330 03 30 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.	Od poniedziałku do piątku Infolinia czynna 8 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup>	<a href="https://kis.gov.pl">https://kis.gov.pl</a>  kancelaria.kis@mf.gov.pl	Zasięg Polska, z porad może skorzystać każdy podatnik.

## DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

53.	Rzecznik Finansowy	Wsparcie osób w sporze z podmiotami rynku finansowego, prawa ubezpieczonych.	ul. Nowogrodzka 47A 00 - 695 Warszawa	Porady ekspertów w sprawach: <u>I. ubezpieczeniowo-emerytalnych</u> 22 333 73 28  <u>II. problemów klientów podmiotów rynku bankowego i kapitałowego</u> 22 333 73 25	Poniedziałek, środa, piątek 10 <sup>00</sup> – 14 <sup>00</sup>  Poniedziałek, środa, piątek 10 <sup>00</sup> – 14 <sup>00</sup>  osobiście, w godzinach 10 <sup>00</sup> –16 <sup>00</sup>	<a href="https://rf.gov.pl/">https://rf.gov.pl/</a>  Porady e-mail: porady@rf.gov.pl  rf.gov.pl/kontakt biuro@rf.gov.pl	Zasięg Polska, osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń.
-----	--------------------	--	--	--	---	---	--

					w poniedziałki, środy i piątki, w punkcie obsługi interesantów (Biuro Rzecznika Finansowego, ul. Nowogrodzka 47A, Warszawa)		
<b>INNE</b>							
54.	Rzecznik Praw Obywatelskich	Ochrona praw obywatelskich.	Al. Solidarności 77, 00-090 Warszawa	800 676 676 Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnego i komórkowego.	Poniedziałek 10 <sup>00</sup> – 18 <sup>00</sup> od wtorku do piątku 8 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup>	<a href="https://rpo.gov.pl">https://rpo.gov.pl</a>  biurorzecznika@brpo.gov.pl	Zasięg Polska, może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone.
<b>WWW.OBYWATEL.GOV.PL</b>					Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji		