



POWIAT MŁAWSKI

Starostwo Powiatowe w Mławie

ul. Władysława Stanisława Reymonta 6

06-500 Mława




tel. 236543409 fax 236552622 e-mail: starostwo@powiatmlawski.pl www.powiatmlawski.pl



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU MŁAWSKIEGO


Lista zawiera **dane jednostek** nieodpłatnego poradnictwa uporządkowane według tematyki poradnictwa. Dane obejmują informacje o nazwie jednostek, w zakresie poradnictwa, adresach i danych kontaktowych, w tym o stronach internetowych i numerach telefonicznych, dniach i godzinach działalności oraz kryteriach dostępu do usługi.




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


CZĘŚĆ I:

LP	Nazwa jednostki	Adres jednostki, telefon, adres strony internetowej (www)/BIP	Zakres prowadzonego poradnictwa	Rodzaj placówki	Dostępność dni i godziny	Kryteria dostępu dla osób uprawnionych	Informacja o sposobie dokonywania zgłoszeń wraz z podaniem nr telefonu lub adresu poczty elektronicznej*
Poradnictwo: psychologiczne psychoterapeutyczne pedagogiczne socjalne							
1	Zespół Ośrodków Wsparcia W Mławie	ul. Słowackiego 18 06-500 Mława 23 654 52 29 23 654 33 66 www.zowmlawa.home.pl www.bip.zowmlawa.home.pl	Pedagog Pracownik socjalny, Psycholog	Publiczna 	poniedziałek – piątek 7 ⁰⁰ – 19 ⁰⁰ Wg grafiku dostępnego w Zespole Ośrodków Wsparcia	Pomoc oferowana jest dla wszystkich osób z terenu Powiatu Mławskiego będących w kryzysie oraz pomoc dla wszystkich osób na terenie całego kraju doświadczających przemocy	W celu umówienia terminu wizyty należy dokonać zapisu pod nr tel. 23 654 52 29 lub 23 654 33 66 lub osobiście w siedzibie Placówki
			Psychoterapeuta	Publiczna 	poniedziałek, środa 8 ⁰⁰ – 12 ³⁰ 14 ³⁰ – 17 ³⁰ wtorek, czwartek, piątek 8 ⁰⁰ - 15 ³⁰		
			Psycholog	Publiczna		pomoc oferowana jest do osób mających kłopoty w szkole, w domu, z nauką, w kontaktach z rówieśnikami lub rodziną, chciałbyś porozmawiać o dojrzwaniu, miłości, odczuwanych emocjach,	poradnia emailowa <u>poradnia@zowmlawa.pl</u> Poradnia prowadzi kontakt krótkoterminowy, w związku z czym będziemy odpowiadać maksymalnie na 5 maili od danej osoby.
2	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Społecznej	Poradnia Zdrowia Psychicznego 06-500 Mława, ul. Anny Dobrowskiej 1 23 654-32-35 wew 36 https://szpitalmlawa.pl/ https://www.bip.szpitalmlawa.pl	Psycholog	Publiczna 	poniedziałek 7 ⁰⁰ -17 ⁰⁰ wtorek 7 ⁰⁰ -18 ¹⁵ piątek 7 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	Porady z zakresu zdrowia psychicznego kierowane do dorosłych Pomoc oferowana jest dla każdego mieszkańca Powiatu Mławskiego	W celu umówienia terminu wizyty należy dokonać zapisu pod nr tel. 23 654-32-35 wew 236 lub osobiście w budynku poradni

LP	Nazwa jednostki	Adres jednostki, telefon, adres strony internetowej (www)/BIP	Zakres prowadzonego poradnictwa	Rodzaj placówki	Dostępność dni i godziny	Kryteria dostępu dla osób uprawnionych	Informacja o sposobie dokonywania zgłoszeń wraz z podaniem nr telefonu lub adresu poczty elektronicznej*
3	Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Mławie	ul. Wyspiańskiego 9 06-500 Mława 23 654 33 29 www.bip.ppp.powiatmlawski.pl	Poradnictwo i interwencje psychologiczne dla rodziców i opiekunów (telefonicznie i indywidualnie)	Publiczna 	Codziennie 8 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰ (diagnoza i terapia) sekretariat 8 ⁰⁰ -16 ⁰⁰	Pomoc w formie konsultacji dla rodziców i prawnych opiekunów oraz pełnoletnich uczniów, oferowana jest dla osób z terenu Powiatu Mławskiego. Aktualnie pracujemy stacjonarnie.	W celu umówienia dziecka na <u>diagnozę</u> w poradni wypełnia się druk zawierający podstawowe dane o dziecku. Druki zgłoszeń można otrzymać ze strony internetowej poradni. Umówienie terminu terapii i konsultacji następuje w oparciu o zgłoszenie (rodzica opiekuna prawnego lub pełnoletniego ucznia) pod nr tel. 23 654 33 29 603975685
4	Urząd Miasta Mława	Poradnictwo świadczone jest w lokalu Plebani Parafii Rzymskokatolickiej Matki Bożej Królowej Polski ul. Mariacka 20 (wejście od plebani) 06-500 Mława	Psycholog	Publiczna	wtorek 16 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰	Pomoc oferowana jest dla mieszkańców Miasta Mława	W celu umówienia terminu wizyty należy dokonać zapisu pod nr tel. 23 654 56 38 wew. 411/410
		Poradnictwo świadczone jest w budynku przy ul. Padlewskiego 13 06-500 Mława	Psycholog	Publiczna 	czwartek 16 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰	Pomoc oferowana jest dla mieszkańców Miasta Mława	W celu umówienia terminu wizyty należy dokonać zapisu pod nr tel. 23 654 56 38 wew. 411/410 lub osobiście w budynku przy ul. Padlewskiego 13 w Mławie


LP	Nazwa jednostki	Adres jednostki, telefon, adres strony internetowej (www)/BIP	Zakres prowadzonego poradnictwa	Rodzaj placówki	Dostępność dni i godziny	Kryteria dostępu dla osób uprawnionych	Informacja o sposobie dokonywania zgłoszeń wraz z podaniem nr telefonu lub adresu poczty elektronicznej*
5	Centrum Wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)	Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66 www.linia wsparcia.pl porady@linia wsparcia.pl	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze	Publiczna	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	Dla osób będących w kryzysie psychicznym Zasięg cała Polska	Antydepresyjny Telefon Zaufania Fundacji ITAKA 22 484 88 01 telefon zaufania dla dorosłych 116 123 Telefon Zaufania dla osób Starszych 22 635 09 54 grafik dyżurów specjalistów dostępny na https://linia wsparcia.pl/
6	Fundacji ADRA Polska zs. ul. Foksal, nr 8, 00-366 Warszawa	https://grupawsparcia.pl/portal/grupy kontakt@grupawsparcia.pl	psychologiczne	opp	brak danych	Pomoc oferowana dla osób, które poszukują wsparcia w kryzysowych sytuacjach życiowych, np. zmagających się z samotnością, problemami psychicznymi, uzależnieniem czy żałobą.	Link do grupy wsparcia dla mieszkańców województwa mazowieckiego: https://grupawsparcia.pl/portal/grupy/15/wojewodztwo-mazowieckie Mieszkańcy mogą skorzystać z pomocy telefonicznej pod nr. tel. 790 796 718 .
rodzinne, pomoc społeczna							
7	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Mławie	ul. Narutowicza 6 06-500 Mława tel: 23 654 35 60 www.mops-mlawa.pl sekretariat@mops-mlawa.pl	rodzinne	publiczna 	poniedziałek – piątek 8 ⁰⁰ -16 ⁰⁰	Pomoc oferowana jest dla mieszkańców Miasta Mława	osobiście w siedzibie Ośrodka


LP	Nazwa jednostki	Adres jednostki, telefon, adres strony internetowej (www)/BIP	Zakres prowadzonego poradnictwa	Rodzaj placówki	Dostępność dni i godziny	Kryteria dostępu dla osób uprawnionych	Informacja o sposobie dokonywania zgłoszeń wraz z podaniem nr telefonu lub adresu poczty elektronicznej*
8	Zespół Ośrodków Wsparcia W Mławie	ul. Słowackiego 18 06-500 Mława 23 654 52 29 23 654 33 66 www.zowmlawa.home.pl www.bip.zowmlawa.home.pl	rodzinne	Publiczna 	poniedziałek – piątek 7 ⁰⁰ – 19 ⁰⁰ Wg grafiku dostępnego w Zespole Ośrodków Wsparcia	Pomoc oferowana jest dla wszystkich osób z terenu Powiatu Mławskiego będących w kryzysie oraz pomoc dla wszystkich osób na terenie całego kraju doświadczających przemocy	W celu umówienia terminu wizyty należy dokonać zapisu pod nr tel. 23 654 52 29 lub 23 654 33 66 lub osobiście w siedzibie Placówki
9	Stowarzyszenie Pomocy Bliźniemu Schronisko „Mar-Kot”	Miączyn Duży 26 06-550 Szreńsk 23 652-01-04 agroszkola@interia.pl http://www.mar-kot.org/index.php/features	Pomoc na rzecz osób bezdomnych i wykluczonych ze społeczeństwa	opp 	7 dni w tygodniu 24 h na dobę	zasięg cała Polska	518 659 177 513 716 095
interwencja kryzysowa							
10	Ośrodek Interwencji Kryzysowej działający w strukturze Zespołu Ośrodków Wsparcia W Mławie	ul. Słowackiego 18 06-500 Mława 23 654 52 29 23 654 33 66 www.zowmlawa.home.pl www.bip.zowmlawa.home.pl	Udzielanie specjalistycznego poradnictwa dla osób będących w stanie kryzysu psychologicznego, w tym dla ofiar katastrof masowych, ofiar handlu ludźmi. Całodobowe schronienie dla osób doświadczających kryzysu.	Publiczna 	Poradnictwo: poniedziałek – piątek 7 ⁰⁰ – 19 ⁰⁰ Schronienie: całodobowo	Pomoc skierowana do mieszkańców Powiatu Mławskiego.	Osoby zainteresowane pomocą mogą kontaktować się telefonicznie pod nr 23 654 52 29 lub 23 654 33 66 lub osobiście w siedzibie Placówki

LP	Nazwa jednostki	Adres jednostki, telefon, adres strony internetowej (www)/BIP	Zakres prowadzonego poradnictwa	Rodzaj placówki	Dostępność dni i godziny	Kryteria dostępu dla osób uprawnionych	Informacja o sposobie dokonywania zgłoszeń wraz z podaniem nr telefonu lub adresu poczty elektronicznej*
Poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w Rodzinie							
11	Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie działający w strukturze Zespołu Ośrodków Wsparcia w Mławie	ul. Słowackiego 18 06-500 Mława 23 654 52 29 23 654 33 66 www.zowmlawa.home.pl www.bip.zowmlawa.home.pl	Poradnictwo specjalistyczne w tym, psychologiczne, prawne, psychoterapeutyczne, pedagogiczne, socjalne dla osób doświadczających przemocy w rodzinie oraz świadków przemocy w rodzinie. Całodobowe schronienie dla osób doświadczających przemocy w rodzinie. Oddziaływania korekcyjno -edukacyjne dla osób stosujących przemoc w rodzinie	Publiczna	Poradnictwo: poniedziałek – piątek 7 ⁰⁰ – 19 ⁰⁰ Schronienie: całodobowo	Osoby doświadczające przemocy oraz osoby stosujące przemoc w rodzinie z terenu Powiatu Mławskiego	Osoby zainteresowane pomocą mogą kontaktować się tel. pod nr 23 654 52 29 lub 23 654 33 66 bądź osobiście w siedzibie Placówki. Osoby stosujące przemoc w rodzinie skierowane przez Sąd, Policję, Zespół Interdyscyplinarny, inne osoby zainteresowane uzyskaniem pomocy - bez skierowania
12	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Mławie	Punkt Konsultacyjny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie ul. Padlewskiego 13 06-500 Mława http://www.mops-mlawa.pl/	Pomoc dla rodzin i osób dotkniętych przemocą w rodzinie	 Publiczna	poniedziałek piątek godz. 8 ⁰⁰ – 16 ⁰⁰ dyżur telefoniczny dyżur konsultanta godz. 8 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Pomoc oferowana jest dla mieszkańców Miasta Mława	W celu umówienia terminu wizyty należy dokonać zapisu pod nr tel. 23 654 36 34 lub osobiście w siedzibie przy ul. Padlewskiego 13

LP	Nazwa jednostki	Adres jednostki, telefon, adres strony internetowej (www)/BIP	Zakres prowadzonego poradnictwa	Rodzaj placówki	Dostępność dni i godziny	Kryteria dostępu dla osób uprawnionych	Informacja o sposobie dokonywania zgłoszeń wraz z podaniem nr telefonu lub adresu poczty elektronicznej*
13	Komenda Powiatowa Policji w Mławie	ul. Sienkiewicza 2 06-500 Mława 47 703 62 11 http://bip.mlawa.kpp.policja.gov.pl/	Pomoc dla rodzin i osób dotkniętych przemocą w rodzinie	Publiczna	poniedziałek – piątek 8 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰	Pomoc oferowana jest dla wszystkich mieszkańców Powiatu Mławy	Osoby zainteresowane uzyskaniem porady mogą ją otrzymać: - w siedzibie komendy; - u dzielnicowego (zgodnie z rejonem zamieszkania). Kontakt ułatwia aplikacja mobilna „MOJA KOMENDA”; - pod numerem tel. 47 703 62 23 (Kierownik Rewiru Dzielnicowych KPP w Mławie), w godz. 8-16 (od poniedziałku do piątku).
14	Gminny Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w Rodzinie w Strzegowie	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Plac Wolności 32 06-445 Strzegowo tel. 23 679 42 47 https://strzegowo.pl/cms/1056/minny_osrodek.pomocy - spolecznej	Pomoc dla osób doświadczających przemocy domowej i stosujących przemoc	Publiczna	poniedziałek – piątek 8 ⁰⁰ -16 ⁰⁰	Pomoc oferowana jest dla mieszkańców Gminy Strzegowo	W celu umówienia terminu wizyty należy dokonać zapisu pod nr tel. 23 679 42 47 lub 23 679 40 60
15	Gminny Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w Rodzinie w Stupsku	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Stupsku ul. Henryka Sienkiewicz 10A 06-561 Stupsk tel. 23 653 11 54 https://stupsk.pl/cms/2535/gops	Pomoc dla osób doświadczających przemocy domowej i stosujących przemoc	Publiczna	poniedziałek, wtorek, czwartek, piątek 7 ⁰⁰ – 15 ⁰⁰ środa 8 ⁰⁰ -16 ⁰⁰	Pomoc oferowana jest dla mieszkańców Gminy Stupsk	W celu umówienia terminu wizyty należy dokonać zapisu pod nr tel. 23 653 11 54


LP	Nazwa jednostki	Adres jednostki, telefon, adres strony internetowej (www)/BIP	Zakres prowadzonego poradnictwa	Rodzaj placówki	Dostępność dni i godziny	Kryteria dostępu dla osób uprawnionych	Informacja o sposobie dokonywania zgłoszeń wraz z podaniem nr telefonu lub adresu poczty elektronicznej*
16	Gminny Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w Rodzinie w Wieczni Kościelne	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Wieczni Kościelnej, Wiecznia Kościelna 96 06-521 Wiecznia Kościelna http://wieczniakoscielna.pl/cms/3084/gminny_osrodek_pomocy_spoecznej	Pomoc dla osób doświadczających przemocy domowej i stosujących przemoc	Publiczna	poniedziałek – piątek 8 ⁰⁰ -16 ⁰⁰	Pomoc oferowana jest dla mieszkańców Gminy Wiecznia Kościelna	W celu umówienia terminu wizyty należy dokonać zapisu pod nr tel. 23 654 05 75 bądź osobiście w siedzibie Ośrodka
17	Państwowa Agnacja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	ul. Al. Jerozolimskie 155, 02- 326 Warszawa 22 250 63 25 www.parpa.pl	poradnictwo dla ofiar przemocy w Rodzinie	Publiczna	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” prowadzi konsultacje dotyczące przemocy wyłącznie drogą telefoniczną pod nr infolinii 800-12-00-02 drogą mailową: niebieska linia@niebieskalinia.info lub listowną pod adresem Pogotowia		
18	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie Niebieska linia	Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa www.niebieskalinia.info biuro@niebieskalinia	- wsparcie - pomoc psychologiczna, - informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej	Publiczna	całodobowa pomoc osobom doznającym przemoc, świadkom przemocy, osobom poszukującym informacji na temat zjawiska i sposobów przeciwdziałania przemocy w Rodzinie infolinia 800 120 002 czynna całą dobę telefoniczne dyżury prawników: 22 666 28 50 (poniedziałek i wtorek 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰) 800 120 002 (środa 18 ⁰⁰ -22 ⁰⁰) e-mail: niebieska linia@niebieskalinia.info W każdy poniedziałek w godz. 13.00-15.00 członkowie rodzin z problemem przemocy i problemem alkoholowym mogą skonsultować się przez SKYPE (pogotowie.niebieska.linia) ze specjalistą z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie - dyżurujący konsultanci posługują się językiem migowym.		
19	pomoc dla osób doświadczających przemocy i stosujących przemoc w z terenu Gminy Szeńsk oraz w Gminy Wiśniewo wskazana w pkt 22 oraz 24						

LP	Nazwa jednostki	Adres jednostki, telefon, adres strony internetowej (www)/BIP	Zakres prowadzonego poradnictwa	Rodzaj placówki	Dostępność dni i godziny	Kryteria dostępu dla osób uprawnionych	Informacja o sposobie dokonywania zgłoszeń wraz z podaniem nr telefonu lub adresu poczty elektronicznej*
Rozwiązywanie problemów alkoholowych i innych uzależnień							
20	Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Mławie	ul.. Padlewskiego 13 06-500 Mława	Pomoc osobom uzależnionym i współuzależnionym od alkoholu	Publiczna 	Drugi i czwarty poniedziałek każdego miesiąca godz. 16 ¹⁵ - 18 ⁰⁰	Pomoc oferowana jest dla mieszkańców Miasta Mława	W celu umówienia terminu wizyty należy dokonać zapisu pod nr tel. 23 654 56 38 wew. 412 w Wydziale Oświaty i Polityki Społecznej Urzędu Miasta Mława ul. 18 stycznia 4 lok. 25 lub osobiście przy ul. Padlewskiego 13 podczas trwających dyżurów
21	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Strzegowie	ul. Plac Wolności 35 lok 1. 06-445 Strzegowo 23 679 42 47 23 679 40 60	Pomoc dla osób uzależnionych od alkoholu i ich rodzin	Publiczna	poniedziałek – piątek 8 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰	Pomoc oferowana jest dla mieszkańców Gminy Strzegowo	W celu umówienia terminu wizyty należy dokonać zapisu pod nr tel. 23 679 42 47 lub 23 679 40 60
22	Gmina Sześćsk	Punkt Informacyjny – konsultacyjny Gminny Ośrodek Kultury ul. Plac Kanoniczny 11 06-550 Sześćsk	Pomoc osobom uzależnionym od alkoholu i ich rodzin oraz dla osób doświadczających przemoc i stosujących przemoc	Publiczna	Co drugą środę miesiąca w godzinach 14 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	Pomoc oferowana jest dla mieszkańców Gminy Sześćsk	W celu umówienia terminu wizyty należy zgłosić się do siedziby Gminnego Ośrodka Kultury przy ul. Plac Kanoniczny 11
23	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Stupsku	ul. Henryka Sienkiewicza 10 06-561 Stupsk tel. 23 653 12 54 https://stupsk.pl/ https://stupsk.bipgmina.pl/	Pomoc dla osób uzależnionych od alkoholu i ich rodzin	Publiczna	dyżury w piątek co dwa tygodnie 15 ³⁰ - 17 ³⁰	Pomoc oferowana jest dla mieszkańców Gminy Stupsk	W celu umówienia terminu wizyty należy dokonać zapisu pod nr tel. 23 653 12 54


LP	Nazwa jednostki	Adres jednostki, telefon, adres strony internetowej (www)/BIP	Zakres prowadzonego poradnictwa	Rodzaj placówki	Dostępność dni i godziny	Kryteria dostępu dla osób uprawnionych	Informacja o sposobie dokonywania zgłoszeń wraz z podaniem nr telefonu lub adresu poczty elektronicznej*
24	Gmina Wiśniewo	Punkt Informacyjno – Konsultacyjny Gmina Wiśniewo Wiśniewo 86 06-521 Wiśniewo 23 655 70 24 https://bip.ugwisniewo.pl/ https://ugwisniewo.pl/	Pomoc osobom uzależnionym od alkoholu i ich rodzin oraz dla osób doświadczających przemocy i stosujących przemoc	Publiczna	Każdy wtorek 17 ⁰⁰ -19 ⁰⁰	Pomoc oferowana jest dla mieszkańców Gminy Wiśniewo	W celu umówienia terminu wizyty należy zgłosić się do siedziby Punktu Informacyjno – konsultacyjnego zlokalizowanego w Świetlicy Wiejskiej, Wiśniewo 81
		pomoc świadczona jest w lokalu Świetlicy Wiejskiej Wiśniewo 81 06-521 Wiśniewo	Pomoc psychologiczna osobom uzależnionym od alkoholu i ich rodzin oraz dla osób doświadczających przemocy i stosujących przemoc		Ostatni poniedziałek każdego miesiąca 10 ⁰⁰ -14 ⁰⁰		
25	Przychodnia Terapii Uzależnień I Współuzależnienia	ul. Lelewela 9 06-500 Mława 23 655 28 64	Pomoc osobom uzależnionym i współuzależnionym od alkoholu, chemiczne, behawioralne, DDA Terapeuci Psycholog Oddział Dzienny trwa 8 tygodni	Publiczna 	poniedziałek –piątek godz. 8 ⁰⁰ - 19 ³⁰ Oddział Dzienny poniedziałek – piątek	Zasięg cała Polska	W celu umówienia terminu wizyty należy dokonać zapisu pod nr tel. 23 655 28 64 lub osobiście w siedzibie przy ul. Lelewela 9 bądź pod adresem e-mail: mlawa@osrodek-dzialdowo.pl
26	Stowarzyszenie Rodzin Abstynenckich „Droga”	Pomoc udzielana jest w lokalu przy ul. Mariackiej 20 06-500 Mława	Pomoc osobom uzależnionym i współuzależnionym od alkoholu i narkotyków i innych substancji chemicznych	Publiczna	W każdą niedzielę od godz. 16 ⁰⁰ do 18 ⁰⁰	Pomoc oferowana jest dla wszystkich mieszkańców Powiatu Mławskiego	Osoby zainteresowane uzyskaniem pomocy w innych dniach niż niedziela mogą umawiać się telefonicznie pod nr tel. 511 318 056


LP	Nazwa jednostki	Adres jednostki, telefon, adres strony internetowej (www)/BIP	Zakres prowadzonego poradnictwa	Rodzaj placówki	Dostępność dni i godziny	Kryteria dostępu dla osób uprawnionych	Informacja o sposobie dokonywania zgłoszeń wraz z podaniem nr telefonu lub adresu poczty elektronicznej*
27	Krajowe Biuro Do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii	02 - 776 Warszawa tel.: (22) 641 15 01, 855 54 58, 855 54 69 www.kbpn.gov.pl https://www.kbpn.gov.pl/portal e-mail: kbpn@kbpn.gov.pl	pomocy osobom z problemem narkotykowym i ich rodzinom.	Publiczna	Telefony Zaufania Narkomania 800 199 990 czynny codziennie w godz. 16-21 Uzależnienia behawioralne 801 889 880 czynny codziennie w godz. 17-22	bezpłatne porady ekspertów: (lekarz, prawnik, psycholog, terapeuta) https://www.narkomania.org.pl/poradnia-on-line/ wykaz dyżurów ekspertów oraz placówek pomocowych dostępny na stronie: https://www.narkomania.org.pl/	
28	Stowarzyszenie Wspierania Rozwoju Dzieci i Młodzieży Pomarańczowa Linia	Profilaktyczno – Rozwojowy Ośrodek Młodzieży i Dzieci PROM 90-252 Łódź ul. Jaracza 40 tel. 801 14 00 68 tel. 42/6300373 https://pomaranczowalinia.pl	Program informacyjno – konsultacyjny dla rodziców dzieci pijących alkohol i zażywających narkotyki Głównym celem programu jest wstępna konsultacja telefoniczna lub on-line oraz pomoc w dotarciu do specjalistycznych placówek zajmujących się tego rodzaju problematyką	Organizacja Pożytku Publicznego		poniedziałek – piątek 14 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ zasięg cała Polska 801 14 00 68 e-mail: pomoc@pomaranczowalinia.pl	

LP	Nazwa jednostki	Adres jednostki, telefon, adres strony internetowej (www)/BIP	Zakres prowadzonego poradnictwa	Rodzaj placówki	Dostępność dni i godziny	Kryteria dostępu dla osób uprawnionych	Informacja o sposobie dokonywania zgłoszeń wraz z podaniem nr telefonu lub adresu poczty elektronicznej*
Poradnictwo dla osób pokrzywdzonych przestępstwem							
29	Ośrodki Pomocy Funduszu Sprawiedliwości	<p>Lokalne Punkty Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przystępstwem</p> <p>Działdowo ul. Wolności 64</p> <p>Przasnysz ul. Nowowarszawska 5</p> <p>Nidzica ul. Kolejowa 5</p> <p>www.funduszsprawiedliwosci.gov.pl</p>	Poradnictwo dla osób pokrzywdzonych przestępstwem: poradnictwo prawne, psychologiczne, materialne	Organizacje Pożytku Publicznego		Pomoc dla osób pokrzywdzonych przestępstwem oraz ich osoby bliskie	<p>Działdowo Poniedziałek 13.00-20.00 Wtorek 8.00-15.00 Środa 8.00-15.00 Czwartek 8.00-15.00 Piątek 8.00-15.00 Sobota 8.00-12.00 kom. 662 171 076 dyżur całodobowy</p> <p>Przasnysz Poniedziałek 10:00-14:00 TEL.: 668 117 419, kom. 518 755 079 dyżur całodobowy</p> <p>Nidzica Poniedziałek 10:00 – 15.00 Wtorek 13:00 – 18.00 Środa 10:00 – 15.00 Czwartek 13.00 – 18.00 tel. 720 703 277 w godzinach przyjęć osoby pierwszego kontaktu, kom. 720 703 260 dyżur całodobowy</p>
30	Ministerstwo Sprawiedliwości Departament Funduszu Sprawiedliwości	<p>Al. Ujazdowskie 11 00-567 Warszawa</p> <p>https://www.funduszsprawiedliwosci.gov.pl</p>	świadczenia pomocy na rzecz osób pokrzywdzonych przestępstwem, świadków i osób im najbliższych, w szczególności w przypadkach znęcania się fizycznego i psychicznego, przemocy domowej, oszustw, włamań, kradzieży, wypadków drogowych, pobić, gróźb, uchylania się od alimentów, a także w sytuacji pokrzywdzenia innymi rodzajami przestępstw.	Publiczna		Każda osoba uznana za osobę pokrzywdzoną przestępstwem, świadek i osoby im najbliższe, którym nie udzielono pomocy w tym samym zakresie z innych źródeł.	Linia Pomocy Pokrzywdzonym pod numerem +48 222 309 900 lub na adres e-mail info@numeros.pl .

LP	Nazwa jednostki	Adres jednostki, telefon, adres strony internetowej (www)/BIP	Zakres prowadzonego poradnictwa	Rodzaj placówki	Dostępność dni i godziny	Kryteria dostępu dla osób uprawnionych	Informacja o sposobie dokonywania zgłoszeń wraz z podaniem nr telefonu lub adresu poczty elektronicznej*
31	Komenda Powiatowa Policji w Mławie	ul. Sienkiewicza 2 06-500 Mława 47 703 62 11 http://bip.mlawa.kpp.policja.gov.pl/	poradnictwo dla osób pokrzywdzonych przestępstwem	Publiczna	całodobowo	Pomoc oferowana jest dla wszystkich mieszkańców Powiatu Mławy	Osoby zainteresowane uzyskaniem porady mogą ją otrzymać: - w siedzibie komendy.
Poradnictwo konsumenckie							
32	Starostwo Powiatowe w Mławie Powiatowy Rzecznik Konsumentów	ul. Władysława Stanisława Reymonta 6 lok nr 2 06-500 Mława 23 654 24 09 23 655 29 00 www.powiatmlawski.pl www.bip.powiatmlawski.pl	Poradnictwo konsumenckie	Publiczna 	poniedziałek 8 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰ czwartek 8 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	Pomoc oferowana jest dla wszystkich mieszkańców Powiatu Mławskiego Porady dla konsumentów (osób fizycznych), które na własny użytek kupiły towar lub usługę od przedsiębiorcy	Udzielanie porad odbywa się wg kolejności zgłoszeń poradę konsumencką można uzyskać również dzwoniąc pod tel. 023 655 29 01
33	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	ul. Plac Powstańców Warszawy 1, 00-950 Warszawa https://www.uokik.gov.pl https://www.uokik.gov.pl/bip.php	Poradnictwo konsumenckie	Publiczna	poniedziałek – piątek 8 ⁰⁰ -18 ⁰⁰	zasięg cała Polska Porady dla konsumentów (osób fizycznych), które na własny użytek kupiły towar lub usługę od przedsiębiorcy	Infolinia Konsumentka , prowadzona przez Fundację Konsumentów tel. 801 440 220 oraz 22 290 89 16 (od poniedziałku do piątku w godz. 8:00 – 18:00, opłata wg taryfy operatora) Konsumentkie Centrum E-porad: porady@dlakonsumentow.pl szybki dostęp na najczęściej zadawane pytania poprzez serwis: https://e-konsument.com/

LP	Nazwa jednostki	Adres jednostki, telefon, adres strony internetowej (www)/BIP	Zakres prowadzonego poradnictwa	Rodzaj placówki	Dostępność dni i godziny	Kryteria dostępu dla osób uprawnionych	Informacja o sposobie dokonywania zgłoszeń wraz z podaniem nr telefonu lub adresu poczty elektronicznej*
34	Centrum Informacji Konsumentkiej	Urząd Komunikacji Elektronicznej ul. Giełdowa 7/9 01-211 Warszawa 22 33 04 000 https://cik.uke.gov.pl	Porady w zakresie usług pocztowych i telekomunikacyjnych	Publiczna	poniedziałek – piątek 8 ¹⁵ -16 ¹⁵	zasięg cała Polska	infolinia: 22 330 4000 czynna w dni robocze od 8 ¹⁵ – do 16 ¹⁵
35	Europejskie Centrum Konsumentkie	Plac Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa Tel.: 22 55 60 600 https://konsument.gov.pl/	Europejskie Centrum Konsumentkie bezpłatnie informuje konsumentów o ich prawach w Unii Europejskiej oraz pomaga w pozasądowym rozwiązywaniu sporów transgranicznych z przedsiębiorcami mającymi siedziby w UE, Wielkiej Brytanii, Norwegii oraz Islandii.	Publiczna	poniedziałek – piątek 8 ³⁰ -16 ³⁰	Zapytania konsumentkie: ECCNET-PL@ec.europa.eu E-mail: info@konsument.gov.pl Konsumentki mogą zgłaszać do ECK swoje zapytania i skargi na np. hotele, linie lotnicze, wypożyczalnie samochodów, sklepy internetowe, czy portale usługowe. Z Europejskim Centrum Konsumentkim można skontaktować się: <ul style="list-style-type: none"> e-mailem: ECCNET-PL@ec.europa.eu, drogą telefoniczną pod numerem 22 55 60 600 porady dla konsumentów : poniedziałek – piątek 10 -14	
Poradnictwo dla osób w sporze z podmiotami rynku finansowego							
36	Rzecznik Finansowy (Ubezpieczonych)	ul. Jerozolimskie 87 02-001 Warszawa www.rf.gov.pl biuro@rf.gov.pl	Poradnictwo dla osób ubezpieczonych i w sporze dotyczącym ubezpieczeń. Sprawy związane z ubezpieczycielami, bankami i innymi podmiotami rynku kapitałowego oraz formami oszczędzania	Publiczna	Dyżur telefoniczny ekspertów z zakresu spraw ubezpieczeniowo – emerytalnych 22 333 73 28 sprawy bankowo – kapitałowe 22 333 73 38 infolinia czynna od poniedziałku do piątku w godzinach 9.00 – 16.00; 22 333 73 28 – w godzinach 9.00-16.00 , dyżur telefoniczny ekspertów z zakresu ubezpieczeń gospodarczych , w szczególności ubezpieczeń komunikacyjnych (OC, AC, assistance), na życie, NNW, domów i mieszkań, turystyczne, kredytów, małych i średnich przedsiębiorstw, rolnych etc. 22 333 73 25 – w godzinach 9.00-16.00 dyżur telefoniczny ekspertów z zakresu problemów z bankami i na rynku kapitałowym . 508 810 370 – w godzinach 12.00-16.00 dyżur telefoniczny ekspertów dla członków Otwartych Funduszy Emerytalnych, uczestników Pracowniczych Programów Emerytalnych oraz osób korzystających z indywidualnych kont emerytalnych Porady e-mail: porady@rf.gov.pl		

Poradnictwo w zakresie prawa pracy oraz poradnictwo zawodowe							
37	Państwowa Inspekcja Pracy	ul. Płocka 11/13 01-231 Warszawa www.warszawa.pip.gov.pl	Porady prawne w zakresie prawa pracy	Publiczna	Porady prawne udzielane są od poniedziałku do piątku godz. 9 ⁰⁰ - 15 ⁰⁰ tel. 459 599 000 - z telefonów komórkowych tel. 801 002 006 - z telefonów stacjonarnych Koszt połączenia zależy jest od stawek operatora telekomunikacyjnego. Koszty naliczane są od momentu połączenia z infolinią, tj. również za czas oczekiwania).		
38	Okręgowy Inspektorat Pracy w Warszawie Oddział w Ciechanowie	ul. Ściegiennego 9 06-400 Ciechanów.	Porady prawne w zakresie prawa pracy	Publiczna	Tel. 801 002 405 - dla osób dzwoniących z telefonów stacjonarnych. Tel. 459 595 405 - dla osób dzwoniących z telefonów komórkowych. Porady osobiste: Oddział w Ciechanowie, ul. Ściegiennego 9, 06 – 400 Ciechanów, pokój nr 14 (I piętro) poniedziałek - piątek w godzinach 9.00 – 15.00 po wcześniejszym telefonicznym umówieniu się na poradę pod numerem telefonu: 727 714 522 (od poniedziałku do piątku w godz. 9 ⁰⁰ – 15 ⁰⁰)		
39	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa. Tel. 22 391 82 15 fax. 22 391 82 14 www.bip.pip.gov.pl, kancelaria@gip.pip.gov.pl	Porady z zakresu prawa pracy.	Publiczna	Porady prawne udzielane są od poniedziałku do piątku godz. 9 ⁰⁰ - 15 ⁰⁰ tel. 459 599 000 - z telefonów komórkowych tel. 801 002 006 - z telefonów stacjonarnych Porady dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP z zakresu legalności zatrudnienia w języku ukraińskim udzielane są od poniedziałku do piątku w godzinach od 9.00 do 15.00 pod numerem telefonu 22 111 35 88 – telefon rekomendowany dla cudzoziemców świadczących pracę na terenie województw: mazowieckiego. Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. Uwaga!!! Naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie .		
40	Powiatowy Urząd Pracy w Mławie	ul. Wyspiańskiego 7 06-500 Mława 23 654 39 18 www.mlawa.praca.gov.pl www.bip.pup.mlawa.pl	Poradnictwo zawodowe w zakresie wyboru lub zmiany zawodu, określenia predyspozycji zawodowych, wyboru miejsca pracy, planowania rozwoju zawodowego, wyboru kierunku kształcenia, szkolenia lub szkoły, nabywania umiejętności poszukiwania pracy, sporządzania dokumentów aplikacyjnych. Udzielanie informacji m.in. o warunkach świadczenia pracy; warunkach podejmowania działalności gospodarczej, w tym o przepisach prawnych, procedurach postępowania i wzorach dokumentów;	Publiczna 	poniedziałek – czwartek 14 ⁰⁰ – 16 ⁰⁰	Zasięg Powiat Mławski, z pomocy mogą korzystać osoby zarejestrowane, poszukujące pracy, pracodawcy	W celu umówienia terminu wizyty należy dokonać zapisu pod nr 23 654 39 18 lub za pośrednictwem poczty elektronicznej waml@praca.gov.pl

LP	Nazwa jednostki	Adres jednostki, telefon, adres strony internetowej (www)/BIP	Zakres prowadzonego poradnictwa	Rodzaj placówki	Dostępność dni i godziny	Kryteria dostępu dla osób uprawnionych	Informacja o sposobie dokonywania zgłoszeń wraz z podaniem nr telefonu lub adresu poczty elektronicznej*
41	Infolinia Urzędów Pracy – Zielona Infolinia	Centrum Informacyjno-Konsultacyjne Służb Zatrudnienia Zielona Linia ul. Trawiasta 20b 15-161 Białystok https://zielonalinia.gov.pl biuro@zielonalinia.gov.pl	udzielanie informacji o usługach urzędów pracy	Publiczna	poniedziałek – piątek 8 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	Mogą korzystać: - zarejestrowani - poszukujący pracy - pracodawcy	Infolinia 19524 (z Polski) +48 2219524 z zagranicy). Koszt zgodnie z taryfą operatora.
Prawo ubezpieczeń społecznych							
42	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Centrala Zakładu Ubezpieczeń Społecznych ul. Szamocka 3, 5 01-748 Warszawa www.zus.pl/ozus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	Publiczna	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w <u>Centrum Obsługi Telefonicznej</u> nr centrali: (22) 560 16 00 . Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. Konsultanci dostępni: poniedziałek – piątek godz. 07.00 – 18.00		
43	Zakład Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Płocku Inspektorat w Mławie	ul. Padlewskiego 29/31 06-500 Mława			Dostępność dni i godziny: poniedziałek – piątek 8 ⁰⁰ - 15 ⁰⁰ w Oddziale ZUS w Płocku telefonicznie można zamówić wizytę pod nr telefonu (24) 262 83 28		
Poradnictwo w zakresie praw pacjenta							
44	Rzecznik Praw Pacjenta	Biuro Rzecznika Praw pacjenta ul. Młynarska 46 01-171 Warszawa 22 532 82 50 www.rpp.gov.pl	Porady prawne dla wszystkich obywateli, a w szczególności dla tych pacjentów, których prawa zostały naruszone	Publiczna	poniedziałek – piątek 8 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	Telefoniczna Informacja Pacjenta 800 190 590 od poniedziałku do piątku w godzinach 8 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰ Zasięg cała Polska Czat dostępny na stronie https://www.gov.pl/web/rpp/kontakt - niebieska ikonka w prawym dolnym rogu strony – czat czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 8 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰ zapisy na poradę osobistą: rezerwacja@rpp.gov.pl lub (22) 5328243	