

LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA – POWIAT LEGIONOWSKI 2025 R.

Lista zawiera dane jednostek nieodpłatnego poradnictwa uporządkowane według tematyki poradnictwa, w tym jednostek publicznych, jednostek niepublicznych działających na zlecenie oraz jednostek prowadzących działalność pożytku publicznego działających na zlecenie, którym powierzono zadania z zakresu poradnictwa specjalistycznego na podstawie odrębnych przepisów.

Na poniższym wykazie ujęto także krajowe infolinie tematyczne i inne formy porad świadczone za pośrednictwem komunikacji elektronicznej (patrz § 5 ust. 4 pkt 2 rozporządzenia ministra sprawiedliwości w sprawie nieodpłatnej pomocy prawnej oraz nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego) jako formy poradnictwa również łatwo dostępnego dla mieszkańców powiatu.

CZĘŚĆ I

NAZWA JEDNOSTKI		ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
PORADNICTWO RODZINNE							
1	Asystent rodziny przy Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Jabłonnie	Wsparcie dla rodzin, aby samodzielnie potrafiły pokonywać trudności życiowe, zwłaszcza dotyczące opieki i wychowywania dzieci	ul. Zegrzyńska 1 Jabłonna	22 782 46 51 (koszt według stawki operatora)	pon. 8:00–18:00 wt.–czw. 8:00–16:00 pt. 8:00–14:00	www.gopsjablonna.pl gops@jablonna.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie gminy Jabłonna
2	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Legionowie	Terapia rodzinna	ul. Jagiellońska 69 Legionowo	22 774 38 14	Kontakt przez sekretariat	www.ppplegionowo.pl poradnia@ppplegionowo.pl	Terapia rodzin adresowana jest do rodzin w sytuacjach kryzysowych, mieszkańców powiatu legionowskiego
3	Punkt Konsultacyjny Fundacji Pasja Życia im. s. Józefy Menendez	Terapia systemowa dla rodzin, systemowa terapia par, otwarte grupy wsparcia, psychodrama	ul. Strużańska 2B Legionowo	509 432 492	Zgodnie z harmonogramem dostępnym na stronie www lub po wcześniejszym umówieniu telefonicznym	www.pasjazycia.org fundacja@pasjazycia.org	Mieszkańcy powiatu legionowskiego. Oferta bezpłatna dla mieszkańców gminy miejskiej Legionowo w ramach projektów współfinansowanych ze środków publicznych. Przy rejestracji należy zadeklarować chęć skorzystania z bezpłatnych, dofinansowanych ze środków publicznych projektów. Świadczenia nieodpłatne dostępne w zależności od otrzymania dofinansowania w danym roku kalendarzowym
4	Poradnia Małżeństwo-Rodzinna przy parafii św. Jana Kantego w Legionowie	Rozwiązywanie konfliktów małżeńskich i rodzinnych, komunikacja małżeńska i rodzinna	ul. ks. J. Schabowskiego 2 Legionowo	604 061 514 602 478 753	Termin uzgadniany po wcześniejszym umówieniu telefonicznym	www.jankantylegionowo.pl	
5	Asystent rodziny przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Legionowie	Asystent rodziny pomaga i wspiera rodzinę z dziećmi przeżywającą trudności w wypełnianiu funkcji opiekuńczo-wychowawczych	ul. A. Mickiewicza 22A Legionowo	22 774 08 66	Po wcześniejszym umówieniu poprzez pracownika socjalnego	www.opslegionowo.pl sekretariat@opslegionowo.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie miasta Legionowo, korzystające z pomocy środowiskowej w OPS w Legionowie
6	Fundacja Psyche/ Psychoklinika – Poradnie Zdrowia Psychicznego	Poradnictwo i wsparcie psychologiczno-pedagogiczne dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Konsultacje psychiatryczne z lekarzem psychiatrą, warsztaty umiejętności wychowawczych, grupy terapeutyczne	ul. Tęczowa 5A Chotomów	22 355 20 00 22 355 20 01 505 685 454	poniedziałek – piątek 8:00–22:00 sobota 9:00-16:00	www.psychoklinika.pl legionowo@psychoklinika.pl	Dzieci, młodzież, dorośli, seniorzy (w zależności od projektu – dla mieszkańców gminy miejskiej Legionowo, powiatu legionowskiego lub województwa mazowieckiego). Przy rejestracji należy zadeklarować chęć skorzystania z bezpłatnych, dofinansowanych ze środków publicznych projektów. Świadczenia nieodpłatne, dostępne w zależności od otrzymania dofinansowania w danym roku kalendarzowym
7	Punkt Profilaktyki, Pomocy Dziecku i Rodzinie	Konsultacje, wsparcie psychologiczne (m.in. problemy wychowawcze, problemy w relacji rodzic – dziecko, problemy związane z rozstaniem rodziców, problemy okresu dorastania, pomoc dla osób doznających przemocy w rodzinie). Psycholog, psycholog kliniczny, terapeuta par, seksuolog, terapeuta środowiskowy, psycho-traumatolog	Tymczasowo w budynku Szkoły Podstawowej w Nieporęcie, ul. Dworcowa 9 (gmina Nieporęt)	pn. 16:00–20:00 666 301 978 wt. 15:30–19:30 600 952 750 wt. 15:00–19:00 797 134 012	Po umówieniu wizyty	www.nieporet.pl a.kacperska@nieporet.pl	Bezpłatna oferta dla mieszkańców gminy Nieporęt
8	Asystent rodziny przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Serocku	Wsparcie dla rodzin, aby samodzielnie potrafiły pokonywać trudności życiowe, zwłaszcza dotyczące opieki i wychowywania dzieci	ul. Kościuszki 15 Serock		pon. 8:00–18:00 wt.–czw. 8:00–16:00 pt. 8:00–14:00	www.ops.serock.pl ops@serock.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie miasta i gminy Serock
9	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Legionowie	Problemy wychowawcze, problemy w relacji rodzic – dziecko, problemy związane z rozwodem/rozstaniem rodziców, problemy okresu dorastania	ul. gen. W. Sikorskiego 11 Legionowo	22 764 0 140 (koszt według stawki operatora)	pon.–pt. 8:00-16:00	www.legionowo.pcpr.pl sekretariat@pcpr.legionowski.pl	Rodziny zastępcze, wychowankowie rodzin zastępczych i placówek opiekuńczo-wychowawczych z terenu powiatu legionowskiego
PORADNICTWO PEDAGOGICZNE							
10	Fundacja Psyche / Psychoklinika – Poradnie Zdrowia Psychicznego	Poradnictwo i wsparcie psychologiczno- pedagogiczne	ul. Tęczowa 5A Chotomów	22 355 20 00 22 355 20 01 505 685 454	pon.–pt. 8:00–22:00 sob. 9:00–16:00	https://psychoklinika.pl/ legionowo@psychoklinika.pl	Dzieci, młodzież, dorośli (w zależności od projektu – dla mieszkańców gminy miejskiej Legionowo, powiatu legionowskiego lub województwa mazowieckiego). Przy rejestracji należy zadeklarować chęć skorzystania z bezpłatnych, dofinansowanych ze środków publicznych projektów. Świadczenia nieodpłatne, dostępne w zależności od otrzymania dofinansowania w danym roku kalendarzowym
11	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Legionowie	Diagnozy pedagogiczne dzieci i młodzieży dla potrzeb edukacji (opinie, orzeczenia)	ul. Jagiellońska 69 Legionowo	22 774 38 14	Wnioski o konsultację można składać drogą mailową lub osobiście pon. –pt. 8:00–18:00	www.ppplegionowo.pl poradnia@ppplegionowo.pl	Uczniowie szkół z terenu powiatu legionowskiego
12	Klub Aktywności Społecznej Serock	Porady logopedyczne	ul. Kościuszki 8A Serock	22 782 61 18 (koszt według stawki operatora)	15:00–19:00 (informacja i zapisy w Ośrodku Pomocy Społecznej w Serocku)	www.ops.serock.pl profilaktyka@ops.serock.pl	Dzieci mieszkające na terenie miasta i gminy Serock

PORADNICTWO W ZAKRESIE INTERWENCJI KRYZYSOWEJ							
13	Dom Samotnej Matki i Dziecka „Bezpieczna przystań” w Legionowie przy Domu Zakonnym Zgromadzenia Sióstr Urszulanek NMP z Gandino	Tymczasowe schronienie (pokój, dostęp do kuchni, sanitariatów, jadalni, świetlicy dla dzieci, sali spotkań, pralni, suszarni, ogrodu, placu zabaw, środków społecznego przekazu, opieka psychologiczna, terapeutyczna, socjalna, medyczna, prawna, duchowa	ul. ks. J. Schabowskiego 4 Legionowo	572 444 433	Czynne całodobowo	www.urszulanki-gandino.com dommid.urszulanki@gmail.com	Samotne matki z dziećmi z powiatu legionowskiego, a także kobiety oczekujące na urodzenie dziecka, które utraciły mieszkanie, doznały przemocy lub których sytuacja rodzinna albo materialna nie pozwala na godne i bezpieczne wychowanie dzieci
14	Dom Zakonny Zgromadzenia Sióstr Urszulanek NMP z Gandino	OKNO ŻYCIA – „Kapliczka Życia”	ul. ks. J. Schabowskiego 4 Legionowo	22 774 01 88	Czynne całodobowo		
15	Schronisko dla Bezdomnych Mężczyzn w Legionowie	Tymczasowe schronienie, kompleksowa pomoc pod postacią odzieży, ciepłych posiłków, dostęp do sanitariatów	ul. Polskiej Organizacji Wojskowej 20A Legionowo	22 793 03 88 W Ośrodku Pomocy Społecznej w Legionowie (ul. Adama Mickiewicza 22A) pomocą osobom bezdomnym zajmuje się pracownik działu pomocy środowiskowej: 506 129 272	Czynne całodobowo	http://cdwp.caritas.pl/ kwesolowski@caritas.pl	Osoby bezdomne posiadające ostatnie miejsce zameldowania na pobyt stały w Legionowie. Wymaga złożenia pisemnego wniosku i przeprowadzenia postępowania, w tym celu stwierdzenie spełnienia kryteriów wynikających z ustawy o pomocy społecznej.
16	Zarządzanie kryzysowe i bezpieczeństwo – Urząd Gminy Wieliszew		ul. K. K Baczyńskiego 1 Wieliszew	797 004 900 22 782 19 12 (koszt według stawki operatora)	W godzinach pracy urzędu	www.wieliszew.pl bezpieczenstwo@wieliszew.pl	Mieszkańcy gminy Wieliszew
17	Referat Zarządzania Kryzysowego, Obrony Cywilnej i Bezpieczeństwa Urzędu Miasta i Gminy w Serocku		ul. Rynek 1 Serock	22 782 88 41 (koszt według stawki operatora)	W godzinach pracy urzędu	www.serock.pl umg@serock.pl	Mieszkańcy miasta i gminy Serock
18	Centralne Zarządzanie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Al. Ujazdowskie 5 00-583 Warszawa	(+48 47) 72 16 900 (-03) (+48) 785 700 177 dyzurny@rcb.gov.pl	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/ poczta@rcb.gov.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego, osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
PORADNICTWO DLA OSÓB BEZROBOTNYCH							
19	Powiatowe Centrum Integracji Społecznej w Legionowie	Warsztaty zawodowe, pomoc prawna, socjalna, psychologiczna, integracja społeczna oraz doradztwo zawodowe	ul. Warszawska 74 Legionowo	22 732 15 58 (koszt według stawki operatora)	pon.–pt. 8:00–16:00	www.cis.legionowski.pl biuro@cis.legionowski.pl	Mieszkańcy powiatu legionowskiego, którzy chcą podjąć pracę, zmienić lub dostosować kwalifikacje, nauczyć się zawodu
20	Powiatowy Urząd Pracy w Legionowie	Poradnictwo zawodowe w formie indywidualnej i grupowej	ul. gen. W. Sikorskiego 11 Legionowo	22 774 25 16 22 774 27 73 (koszt według stawki operatora)	pn.–pt. 8:30–14:30	www.legionowo.praca.gov.pl wale@praca.gov.pl ePUAP: /PUP_Legionowo/skrytkaESP eDoręczenia: AE:PL-69818-34159-AIBTJ-16	Osoby zarejestrowane w powiatowym urzędzie pracy, osoby niezarejestrowane oraz pracodawcy i ich pracownicy
21	Wojewódzki Urząd Pracy	Poradnictwo zawodowe w Centrach Informacji i Planowania Kariery Zawodowej na Mazowszu	ul. Chłódna 52 00-872 Warszawa	22 578 44 00 22 532 22 00 (koszt według stawki operatora) 22 532 22 04 22 532 22 08 22 532 22 41 poradnictwo zawodowe 22 532 22 12 22 532 22 43 poradnictwo w zakresie przedsiębiorczości	pn.–pt 8:00–15:00	www.wupwarszawa.praca.gov.pl wup@wup.mazowsze.pl konsultacje@wup.mazowsze.pl ePUAP : /WUP_Warszawa/SkrytkaESP	Wszystkie osoby zainteresowane pomocą w wyborze odpowiedniego zatrudnienia/miejsca pracy, w podjęciu działalności gospodarczej, a także w planowaniu życia zawodowego, w nabyciu odpowiednich umiejętności i przygotowaniu się do lepszego radzenia sobie w poszukiwaniu oraz podejmowaniu pracy
22	Infolinia Urzędów Pracy Zielona Infolinia	Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy	Biuro Komunikacji Elektronicznej ul. Trawiasta 20B 15-161 Białystok	19 524 (z Polski) +48 22 19524 (z zagranicy) Koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.– pt. 08:00–18:00	www.zielonalinia.gov.pl kontakt@zielonalinia.gov.pl	Osoby zarejestrowane jako bezrobotne, poszukujący pracy, pracodawcy
PORADNICTWO W ZAKRESIE PRAW KONSUMENTÓW							
23	Powiatowy Rzecznik Konsumentów w Legionowie	Ochrona praw i interesów konsumentów	ul. gen. W. Sikorskiego 11 Legionowo	22 7640 124 (koszt według stawki operatora)	pon.–pt. 8:00–16:00	www.powiat-legionowski.pl rzecznik@powiat-legionowski.pl	Konsumentci – mieszkańcy powiatu legionowskiego
24	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Ochrona praw i interesów konsumentów	Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	Infolinia konsumentcka 801 440 220 22 266 76 76 (koszt według stawki operatora) Bezpłatne poradnictwo formularzowe dostępne na stronie www	pon.–pt. 10:00–18:00	https://uokik.gov.pl/pomoc-dla-konsumentow www.poradydlakonsumentow.pl	Konsumentci

NAZWA JEDNOSTKI		ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE							
25	Powiatowe Centrum Integracji Społecznej w Legionowie	Konsultacje indywidualne i grupowe	ul. Warszawska 74 Legionowo	22 732 15 58	pon.–pt. 8:00–16:00	www.cis.legionowski.pl biuro@cis.legionowski.pl	Osoby realizujące w CIS Indywidualny Program Zatrudnienia Socjalnego
26	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Jabłonnie	Konsultacje indywidualne	ul. Zegrzyńska 1 Jabłonna	22 506 61 75 (koszt według stawki operatora)	pon. 08.00–18.00 wt. 8:00–15:00 śr. 8:00–16:00 czw. 10:00–16:00 pt. 8:00–14:00	www.gopsjablonna.pl gops@jablonna.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie gminy Jabłonna
27	Ośrodek Pomocy Społecznej w Legionowie	Konsultacje indywidualne – psycholog	ul. A. Mickiewicza 22A Legionowo	22 774 08 66	Po wcześniejszym umówieniu poniedziałek – środa 8:00–16:00 czwartek – piątek 13:30–16:00	www.opslegionowo.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie miasta Legionowo
28	Ośrodek Pomocy Społecznej w Legionowie	Konsultacje indywidualne – psychiatra	ul. A. Mickiewicza 22A Legionowo	22 774 08 66	Po wcześniejszym umówieniu przez pracownika socjalnego	www.opslegionowo.pl sekretariat@opslegionowo.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie miasta Legionowo, korzystające z pomocy środowiskowej w OPS w Legionowie
29	Fundacja Psyche/ Psychoklinika – Poradnie Zdrowia Psychicznego	Poradnictwo i wsparcie psychologiczno-pedagogiczne dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Konsultacje psychiatryczne z lekarzem psychiatrą, warsztaty umiejętności wychowawczych, grupy terapeutyczne	ul. Tęczowa 5A Chotomów	22 355 20 00 22 355 20 01	poniedziałek – piątek 8:00–22:00 sob. 9:00–16:00	www.psychoklinika.pl legionowo@psychoklinika.pl	Dzieci, młodzież, dorośli, seniorzy (w zależności od projektu – dla mieszkańców gminy miejskiej Legionowo, powiatu legionowskiego lub województwa mazowieckiego). Przy rejestracji należy zadeklarować chęć skorzystania z bezpłatnych, dofinansowanych ze środków publicznych projektów
30	Punkt Konsultacyjny Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej	Konsultacje psychologiczne dla dzieci i młodzieży oraz osób dorosłych, konsultacje psychoterapeutyczne, konsultacje prawnicze	ul .gen. J. Sowińskiego 37 Legionowo (budynek PEC)	768 813 721	Zgodnie z harmonogramem dostępnym na stronie www	www.legionowo.pl/zdrowie/bezplatna-pomoc	Oferta bezpłatna dla mieszkańców gminy miejskiej Legionowo w ramach projektów współfinansowanych ze środków publicznych
31	Punkt Konsultacyjny Fundacja Pasja Życia im. s. Józefy Menendez	Psychoterapia indywidualna dla dorosłych, psychoterapia dla dzieci i młodzieży od 12. roku życia, pomoc psychologiczna	ul. Strużańska 2B Legionowo	509 432 492	Zgodnie z harmonogramem dostępnym na stronie www lub po wcześniejszym umówieniu	www.pasjazycia.org fundacja@pasjazycia.org	Oferta bezpłatna dla mieszkańców gminy miejskiej Legionowo w ramach projektów współfinansowanych ze środków publicznych. Przy rejestracji należy zadeklarować chęć skorzystania z bezpłatnych, dofinansowanych ze środków publicznych projektów. Świadczenia nieodpłatne, dostępne w zależności od otrzymania dofinansowania w danym roku kalendarzowym
32	Parafia Matki Bożej Fatimskiej	Pomoc psychologiczna	ul. Orłąt Lwowskich 8 Legionowo	692 480 148	Pierwszy poniedziałek miesiąca 18:00–20:00		
33	Poradnia Psychiatryczna MEDIQ LEGIONOWO	Konsultacje i diagnostyka z zakresu leczenia zaburzeń psychicznych, depresji, nerwic, zaburzeń osobowości, odżywiania, adaptacyjnych oraz pourazowych	ul. marsz. J. Piłsudskiego 20 Legionowo	22 774 26 40	Godziny pracy specjalistów poradni dostępne na stronie www. Godziny pracy placówki: poniedziałek – piątek 7:00– 22:00 sob. 7:00–15:00	www.mediq.pl/poradnie/poradnia-psychiatryczna/ E-mail (za pośrednictwem strony www): https://mediq.pl/kontakt-z-mediq-legionowo/	
34	Poradnia Psychologiczna MEDIQ LEGIONOWO	Terapie psychologiczne w zakresie leczenia depresji, zaburzeń nerwicznych i osobowości	ul. marsz. J. Piłsudskiego 20 Legionowo	22 774 26 40	Zgodnie z harmonogramem specjalistów dostępnym na stronie www. Godziny pracy placówki: poniedziałek – piątek 7:00–22:00 sob. 7:00–15:00	www.mediq.pl/poradnie/poradnia-psychiatryczna/ E-mail (za pośrednictwem strony www): https://mediq.pl/kontaktkontakt-z-mediq-legionowo/	W przypadku konsultacji w ramach NFZ pacjenci przyjmowani są ze skierowaniem z poradni psychiatrycznej MEDIQ
35	Poradnia Zdrowia Psychicznego EL-MED	Porady lekarzy psychiatrów oraz porady psychologów: depresje, zaburzenia nerwicowe, problemy małżeńskie, rodzinne i wychowawcze, sytuacje kryzysowe, zaburzenia odżywiania	ul. Z. Krasińskiego 70 Legionowo	22 784 57 24	Informacja o terminach przyjęć do poradni w rejestracji placówki	www.elmed.com.pl przychodnia@elmed.com.pl	
36	Poradnia Zdrowia Psychicznego przy NZOZ Legionowo	Opieka psychiatryczna	ul. gen. J. Sowińskiego 4 Legionowo (wejście od ul. J. Słowackiego)	22 774 51 51	poniedziałek – piątek 08:00 – 20:00	www.nzozlegionowo.pl/kontakt/ rejestracja@nzozlegionowo.pl	Dla osób w kryzysie psychicznym wykazujących zaburzenia psychotyczne lub inne zakłócenia czynności psychicznych, które zgodnie ze stanem wiedzy medycznej zaliczane są do zaburzeń psychicznych wymagających interwencji lekarza psychiatry, psychologa lub terapeuty
37	Poradnia Psychologiczna i Psychoterapeutyczna KAAR-MED	Porada psychologiczna diagnostyczna, porada psychologiczna, psychoterapia indywidualna, psychoterapia rodzinna, psychoterapia grupowa, sesja wsparcia psychospołecznego, terapia środowiskowa	ul. H. Sienkiewicza 13A Legionowo	570 824 694	poniedziałek 9:00–20:00 wtorek – czwartek 8:00–20:00 środa 11:00–20:00 czwartek – piątek 8:00–16:00	www.kaarmed.pl/uslugi/opieka-psychiatryczna/legionowo/ pp-legionowo@kaarmed.pl	Do korzystania ze świadczeń w ramach NFZ: - nie jest wymagane skierowanie, - świadczenia udzielane są dzieciom i młodzieży objętej obowiązkiem szkolnym i obowiązkiem nauki oraz kształcącym się w szkołach ponadpodstawowych do momentu ich ukończenia, - rodzina lub przedstawiciele ustawowi mogą być objęci wsparciem psychospołecznym

38	Poradnia Centrum CBT Legionowo (Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej przy Centrum CBT)	Konsultacje psychologiczne, psycho-terapia indywidualna, psychoterapia rodzin, psychoterapia grupowa, wsparcie psychospołeczne, wizyty domowe	ul. ks. J. Skorupki 23A Legionowo	22 853 20 50		https://cbt.pl/poradnie/kim-jesteśmy/ poradnia_legionowo@cbt.pl	Bezpłatna pomoc dla dzieci poniżej 7. r.ż. oraz dzieci i młodzieży w wieku do 21. r. ż. objętych obowiązkiem szkolnym i obowiązkiem nauki oraz kształcących się w szkołach ponadpodstawowych, a także dla ich rodzin lub opiekunów prawnych
39	Punkt Konsultacyjny przy parafii św. Jana Kantego w Legionowie	Konsultacje indywidualne – psycholog, psychoterapeuta, specjalista terapii uzależnień	ul. ks. J. Schabowskiego 2 Legionowo	573 777 309	Po wcześniejszym umówieniu czw. w godz. 9:00–14:00	www.jankantylegionowo.pl/info/zawartosc/143	Oferta bezpłatna dla mieszkańców gminy miejskiej Legionowo w ramach projektów współfinansowanych ze środków publicznych
40	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Legionowie	Indywidualne konsultacje dla rodziców, dzieci i młodzieży	ul. Jagiellońska 69 Legionowo	22 774 38 14	Wnioski o konsultację można składać drogą mailową lub osobiście pon.–pt. 8:00–18:00	www.ppplegionowo.pl poradnia@ppplegionowo.pl	Mieszkańcy powiatu legionowskiego
41	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Legionowie	Pomoc psychologiczna dla młodzieży (konsultacje, psychoterapia indywidualna i grupowa)	ul. Jagiellońska 69 Legionowo	22 774 38 14	Kontakt przez sekretariat pon.–pt. 8:00–18:00	www.ppplegionowo.pl poradnia@ppplegionowo.pl	Mieszkańcy powiatu legionowskiego
42	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Legionowie	Diagnozy psychologiczne dzieci i młodzieży dla potrzeb edukacji (opinie, orzeczenia)	ul. Jagiellońska 69 Legionowo	22 774 38 14	Wnioski o konsultację można składać drogą mailową lub osobiście pon.– pt. 8:00–18:00	www.ppplegionowo.pl poradnia@ppplegionowo.pl	Dzieci zamieszkujące na terenie powiatu legionowskiego oraz uczniowie szkół z terenu powiatu legionowskiego
43	Punkt Profilaktyki, Pomocy Dziecku i Rodzinie	Konsultacje, wsparcie psychologiczne (m.in. problemy wychowawcze, problemy w relacji rodzic – dziecko, problemy związane z rozstaniem rodziców, problemy okresu dorastania, pomoc dla osób doznających przemocy w rodzinie). Psycholog, psycholog kliniczny, terapeuta par, seksuolog, terapeuta środowiskowy, psycho-traumatolog	Tymczasowo w budynku Szkoły Podstawowej w Nieporęcie, ul. Dworcowa 9 (gmina Nieporęt)	pn. 16:00–20:00 666 301 978 wt. 15:30–19:30 600 952 750 wt. 15:00–19:00 797 134 012	Po umówieniu wizyty	www.nieporet.pl a.kacperska@nieporet.pl	Bezpłatna oferta dla mieszkańców gminy Nieporęt
44	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nieporęcie	Konsultacje indywidualne	ul. Plac Wolności 2A Nieporęt	22 487 58 80 (koszt według stawki operatora)	pt. 8:00–12:00 (po wcześniejszym telefonicznym umówieniu konsultacji)	kancelaria@gops-nieporet.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie gminy Nieporęt, korzystające ze wsparcia GOPS
45	Psycholog	Konsultacje indywidualne, pomoc w rodzinach z problemami z uzależnieniem	ul. Modlińska 23A Wieliszew	509 806 002 (koszt według stawki operatora)	1. i 4. poniedziałek miesiąca 9:00–15:00 3. piątek miesiąca 15:00–18:00	www.cus.wieliszew.pl pomoc@wieliszew.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie gminy Wieliszew
46	Klub Aktywności Społecznej Serock	Porady psychologiczne	ul. T. Kościuszki 8A Serock	22 782 61 18 (koszt według stawki operatora)	15:30–18:30 (informacja o dniach otwarcia na www.ops.serock.pl/888,przemoc-domowa)	www.ops.serock.pl ops@serock.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie miasta i gminy Serock
47	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Legionowie	Problemy wychowawcze, problemy w relacji rodzic – dziecko, problemy związane z rozwodem/rozstaniem rodziców, problemy okresu dorastania	ul. gen. W. Sikorskiego 11 Legionowo	22 764 0 140 (koszt według stawki operatora)	pon.–pt. 8:00–16:00	www.legionowo.pcpr.pl sekretariat@pcpr.legionowski.pl	Rodziny zastępcze, dzieci umieszczone w pieczy zastępczej, wychowankowie rodzin zastępczych i placówek opiekuńczo-wychowawczych z terenu powiatu legionowskiego
48	Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Kryzysie Psychicznym	Kryzys psychiczny, stany depresyjne, myśli samobójcze	infolinia	800 70 2222 bezpłatna infolinia	24 h przez 7 dni w tygodniu	www.centrumwsparcia.pl	Dla osób dorosłych będących w kryzysie psychicznym
PORADNICTWO Z ZAKRESU POMOCY SPOŁECZNEJ							
49	Powiatowe Centrum Integracji Społecznej w Legionowie	Praca socjalna	ul. Warszawska 74 Legionowo	22 732 15 58	pon.–pt. 8:00–16:00	www.cis.legionowski.pl biuro@cis.legionowski.pl	Osoby realizujące w CIS Indywidualny Program Zatrudnienia Socjalnego
50	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Jabłonnie	Pomoc społeczna	ul. Zegrzyńska 1 Jabłonna	22 782 46 51 (koszt według stawki operatora)	pon. 8:00–18:00 wt.–czw. 8:00–16:00 pt. 8:00–14:00	www.gopsjablonna.pl gops@jablonna.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie gminy Jabłonna
51	Ośrodek Pomocy Społecznej w Legionowie	Pomoc społeczna	ul. A. Mickiewicza 22A Legionowo	22 774 08 66	pon. 09:00–17:00 wt. 12:00 –16:00 śr. 08:00–16:00 czw. 08:00–12:00 pt. 08:00 –16:00	www.opslegionowo.pl sekretariat@opslegionowo.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie miasta Legionowo
52	Dom Samotnej Matki i Dziecka „Bezpieczna przystań” w Legionowie przy Domu Zakonnym Zgromadzenia Sióstr Urszulanek NMP z Gandino	Dom zapewnia odpowiednie do potrzeb mieszkańców wsparcie specjalistyczne w zakresie interwencyjnym, terapeutyczno-wspomagającym oraz bytowym, mające na celu przezwyciężenie sytuacji kryzysowej, która była przyczyną skierowania do domu	ul. Ks. J. Schabowskiego 4 Legionowo	572 444 433	Czynne całodobowo	www.urszulanki-gandino.com dommid.urszulanki@gmail.com	Samotne matki z dziećmi z powiatu legionowskiego, a także kobiety oczekujące na urodzenie dziecka, które utraciły mieszkanie, doznały przemocy lub których sytuacja rodzinna albo materialna nie pozwala na godnie i bezpieczne wychowanie dzieci
53	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nieporęcie	Pomoc społeczna	ul. Plac Wolności 2A Nieporęt	22 487 58 80 (koszt według stawki operatora)	pon.8.00–16.00 wt. 8.00–16.00 czw.8.00–16.00 pt. 8.00–16.00	www.gops-nieporet.pl kancelaria@gops-nieporet.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie gminy Nieporęt
54	Centrum Usług Społecznych w Wieliszewie	Pomoc społeczna	ul. K. K. Baczyńskiego 4 Wieliszew	22 782 25 22 (koszt według stawki operatora)	pon. 08:00–18:00 wt.–pt. 08:00–16:00	www.cus.wieliszew.pl pomoc@wieliszew.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie gminy Wieliszew
55	Ośrodek Pomocy Społecznej w Serocku	Pomoc społeczna	ul. T. Kościuszki 15 Serock	22 782 61 18 (koszt według stawki operatora)	pon. 8:00–18:00 wt.-czw. 8:00–16:00 pt. 8:00–14:00	www.ops.serock.pl ops@serock.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie miasta i gminy Serock
56	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Legionowie	Pomoc w zakresie poradnictwa dla wychowanków opuszczających placówki opiekuńczo-wychowawcze, MOS-y MOW-y. Pomoc finansowa dla osób opuszczających w/w placówki. Wydawanie decyzji umieszczających w Domu Samotnej Matki i Dziecka, mieszkaniach chronionych, Środowiskowym Domu Samopomocy, Domu Pomocy Społecznej „Kombatant”	ul. gen W. Sikorskiego 11 Legionowo	22 764 0 140 (koszt według stawki operatora)	pon.–pt. 8:00–16:00	www.legionowo.pcpr.pl sekretariat@pcpr.legionowski.pl	Osoby i rodziny zamieszkujące na terenie powiatu legionowskiego

PORADNICTWO W ZAKRESIE PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE							
57	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie	Integrowanie i koordynowanie działań podmiotów uprawnionych do interwencji i pomocy w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie oraz specjalistów działających w tej dziedzinie	ul. Zegrzyńska 1 Jabłonna	22 506 61 71 (koszt według stawki operatora)	pon. 08:00–18:00 wt.–czw. 08:00-16:00 pt. 08:00–14:00	www.gopsjablonna.pl zi@jablonna.pl	
58	Punkt Konsultacyjny ds. Uzależnień Realizator: PSYCHOKLINIKA Poradnia Zdrowia Psychicznego	Konsultacje psychologiczne i pomoc w zakresie problematyki uzależnień od środków psychoaktywnych, uzależnień behawioralnych przemocy i kryzysu w rodzinie	ul. Tęczowa 5A Chotomów	512 895 219 (koszt według stawki operatora)	pon.–pt. 8.00–22.00 (po wcześniejszym umówieniu)	www.jablonna.pl poradnia@psychoklinika.pl	Bezpłatna oferta dla mieszkańców gminy Jabłonna
59	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Jabłonie	Grupa Wsparcia dla Osób Doznających Przemocy	ul. Modlińska 102 Jabłonna	22 50 61 75 (koszt według stawki operatora)	czw. 17:00–19:00	www.gopsjablonna.pl gops@jablonna.pl	Bezpłatna oferta dla mieszkańców gminy Jabłonna
60	Zespół Interdyscyplinarny do spraw Przemocy Domowej	Integrowanie i koordynowanie działań podmiotów uprawnionych do interwencji i pomocy w zakresie przeciwdziałania przemocy w domowej oraz specjalistów działających w tej dziedzinie	ul. A. Mickiewicza 22A Legionowo	506 130 537	pon. 09:00–17:00 wt.–pt. 08:00–16:00	www.opslegionowo.pl sekretariat@opslegionowo.pl	Mieszkańcy gminy miejskiej Legionowo
61	Zespół Interdyscyplinarny w Gminie Nieporęt	Działania na rzecz rozwiązywania problemów przemocy domowej	ul. Plac Wolności 2A Nieporęt	22 487 58 80 (koszt według stawki operatora)	pn.–pt. 08:00–16:00	zi@gops-nieporet.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie gminy Nieporęt
62	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Wieliszewie	Działania na rzecz rozwiązywania problemów przemocy w rodzinie	ul. K. K. Baczyńskiego 4 Wieliszew	22 782 25 22 (koszt według stawki operatora)	pon. 8:00–18:00 wt.–pt. 8:00-16:00	www.cus.wieliszew.pl pomoc@wieliszew.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie gminy Wieliszew
63	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Serocku	Działania na rzecz rozwiązywania problemów przemocy w rodzinie	ul. T. Kościuszki 15 Serock	22 782 61 18 (koszt według stawki operatora)	pon. 8:00–18:00 wt.–czw. 8:00–16:00 pt. 8:00–14:00	www.ops.serock.pl profilaktyka@ops.serock.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie miasta i gminy Serock
64	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Legionowie	Działania edukacyjno-informacyjne, indywidualna konsultacja diagnostyczna, indywidualne konsultacje terapeutyczne	ul. gen. W. Sikorskiego 11 Legionowo	22 764 0 140 (koszt według stawki operatora)	pon.–pt. 8:00–16:00	www.legionowo.pcpr.pl sekretariat@pcpr.legionowski.pl	Pomoc kierowana do osób doświadczających przemocy, zamieszkujących na terenie powiatu legionowskiego
65	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Legionowie	Program Korekcyjno-Edukacyjny dla sprawców przemocy domowej	ul. gen. W. Sikorskiego 11 Legionowo	22 764 0 140 (koszt według stawki operatora)	pon.–pt. 8:00–16:00	www.legionowo.pcpr.pl sekretariat@pcpr.legionowski.pl	Pomoc kierowana do osób stosujących przemoc, zamieszkujących na terenie powiatu legionowskiego
66	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”	Wsparcie, pomoc psychologiczna, informacja o możliwościach uzyskania pomocy najbliższej miejsca zamieszkania		800 120 002 Bezpłatna infolinia	Infolinia czynna całodobowo. Konsultacje w j. angielskim: pon. 18:00–22:00 Konsultacje w j. rosyjskim: wt. 18:00–22:00 Skype pon. 13:00–15:00 Głównie dla osób głuchych i niedosłyszących; konsultacje także w języku migowym	www.niebieskalinia.info niebieskalinia@niebieskalinia.info	Dla osób doświadczających przemocy domowej
PORADNICTWO W ZAKRESIE PRAW PACJENTA							
67	Narodowy Fundusz Zdrowia Mazowiecki Oddział Wojewódzki	Informacje o nocnej i świątecznej opiece lekarskiej, najbliższym SOR oraz dyżurującej aptece	ul. Chałbińskiego 8 00-613 Warszawa	Telefoniczna Informacja Pacjenta: 800 190 590 z Polski (+48) 22 125 66 00 z zagranicy (koszt zgodnie z taryfą operatora)	Infolinia 24 godziny 7 dni w tygodniu Sala Obsługi Klientów w Warszawie: pon. 8:00–18:00 wt.–pt. 8:00–16:00	www.nfz-warszawa.pl kancelaria@nfz-warszawa.pl	Każdy
68	Rzecznik Praw Pacjenta	Ochrona praw pacjenta	ul. Płocka 11/13 01-231 Warszawa	800 190 590 z Polski (połączenia bezpłatne) (+48) 22 125 66 00 z zagranicy (koszt zgodnie z taryfą operatora) Zapisy na poradę osobistą: rezerwacja@rpp.gov.pl lub (22) 532 82 43	Infolinia 24 godziny 7 dni w tygodniu Przyjęcia interesantów: pon. 9:00–18:00 wt.–pt. 9:00–15:00	www.bpp.gov.pl kancelaria@rpp.gov.pl	Z porad może korzystać każdy, kto ma poczucie łamania praw pacjenta
69	Narodowy Fundusz Zdrowia Centrala	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta - leczenie w kraju i poza granicami - kolejki do świadczeń	Narodowy Fundusz Zdrowia ul. Rakowiecka 26/30 02-528 Warszawa	Infolinia Centralna: 800 190 590 (połączenia bezpłatne) (+48) 22 125 66 00 z zagranicy (koszt zgodnie z taryfą operatora) Także każdy oddział NFZ posiada własną infolinię	Infolinia 24 godziny 7 dni w tygodniu pn.–pt. 8:00–16:00	www.nfz.gov.pl tip@nfz.gov.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
70	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	ul. Żurawia 4A 00-503 Warszawa Korespondencja: ul. Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	538 117 590 (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	pn.–pt. 8:30–17:30	www.niepelnosprawni.gov.pl	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych

NAZWA JEDNOSTKI		ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
PORADNICTWO Z ZAKRESU ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ							
71	Powiatowe Centrum Integracji Społecznej w Legionowie	Konsultacje indywidualne i grupowe	ul. Warszawska 74 Legionowo	22 732 15 58	pon.–pt. 8:00–16:00	www.cis.legionowski.pl biuro@cis.legionowski.pl	Osoby realizujące w CIS Indywidualny Program Zatrudnienia Socjalnego
72	Punkt Konsultacyjny ds. Uzależnień Realizator: PSYCHOKLINIKA Poradnia Zdrowia Psychicznego	Konsultacje psychologiczne i pomoc w zakresie problematyki uzależnień od środków psychoaktywnych, uzależnień behawioralnych, przemocy i kryzysu w rodzinie	ul. Tęczowa 5A Chotomów	512 895 219 (koszt według stawki operatora)	pon.–sob. 8.00–22.00 (po wcześniejszym umówieniu)	www.jablonna.pl poradnia@psychoklinika.pl	Bezpłatna oferta dla mieszkańców gminy Jabłonna
73	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Jabłonie	Motywowanie osób uzależnionych od alkoholu do poddania się dobrowolnemu leczeniu odwykowemu. Indywidualne dyżury członków komisji skierowane do osób uzależnionych i współuzależnionych	ul. Modlińska 102 Jabłonna	605 693 887 (przewodnicząca GKRPA)	Zgodnie z harmonogramem	www.jablonna.pl gkrpa@jablonna.pl	Bezpłatna oferta dla mieszkańców gminy Jabłonna
74	Poradnia Leczenia Uzależnień przy EL-MED	Porady lekarzy psychiatrów, porady psychologów, grupy wsparcia, sesje terapeutyczne, warsztaty radzenia sobie ze złością i lękiem, komunikacji, trening asertywności	ul. Z. Kasińskiego 70 Legionowo	22 784 57 24	Godziny pracy placówki: pon.–pt. 07:00–19:00 Informacja o terminach przyjęć do poradni w rejestracji placówki	www.elmed.com.pl legionowo@elmed.com.pl	Oferta dla uzależnionych, współuzależnionych, dla osób z rodzin dysfunkcyjnych (także DDA). Warunkiem uczestniczenia w warsztatach jest zgłoszenie się na wizytę konsultacyjną do psychologa w Poradni Zdrowia Psychicznego
75	Punkt Konsultacyjny Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej	Konsultacje psychologiczne dla dzieci i młodzieży oraz osób dorosłych, konsultacje psychoterapeutyczne	ul. gen. J. Sowińskiego 37 Legionowo (budynek PEC)	768 813 721	Zgodnie z harmonogramem dostępnym na stronie www	www.legionowo.pl/zdrowie/bezplatna-pomoc	Oferta bezpłatna dla mieszkańców gminy miejskiej Legionowo w ramach projektów współfinansowanych ze środków publicznych
76	Punkt Konsultacyjny Fundacja Pasja Życia im. s. Józefy Menendez	Terapia dla osób uzależnionych i współuzależnionych, grupa wsparcia dla osób współuzależnionych	ul. Strużańska 2B Legionowo	509 432 492	Zgodnie z harmonogramem dostępnym na stronie www lub po wcześniejszym umówieniu	www.pasjazycia.org fundacja@pasjazycia.org	Oferta bezpłatna dla mieszkańców gminy miejskiej Legionowo w ramach projektów współfinansowanych ze środków publicznych. Przy rejestracji należy zadeklarować chęć skorzystania z bezpłatnych, dofinansowanych ze środków publicznych projektów. Świadczenia nieodpłatne dostępne w zależności od otrzymania dofinansowania w danym roku kalendarzowym
77	Fundacja Psyche/ Psychoklinika – Poradnie Zdrowia Psychicznego	Poradnictwo i wsparcie psychologiczne, psychoterapia, grupy terapeutyczne DDD i DDA	ul. Tęczowa 5A Chotomów	22 355 2000 22 355 2001 505 685 454	pon.–pt. 08:00–22:00 sob. 09:00–16:00	https://psychoklinika.pl/ legionowo@psychoklinika.pl	Dzieci, młodzież, dorośli, seniorzy (w zależności od projektu – dla mieszkańców gminy miejskiej Legionowo, powiatu legionowskiego lub województwa mazowieckiego). Przy rejestracji należy zadeklarować chęć skorzystania z bezpłatnych, dofinansowanych ze środków publicznych projektów. Świadczenia nieodpłatne dostępne w zależności od otrzymania dofinansowania w danym roku kalendarzowym
78	Punkt Konsultacyjny przy parafii św. Jana Kantego w Legionowie	Konsultacje indywidualne – psycholog, psychoterapeuta, specjalista terapii uzależnień	ul. ks. J. Schabowskiego 2 Legionowo	573 777 309	Po wcześniejszym umówieniu		Oferta bezpłatna dla mieszkańców gminy miejskiej Legionowo w ramach projektów współfinansowanych ze środków publicznych
79	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Legionowie	Działania zmierzające do orzeczenia przez sąd obowiązku poddania się leczeniu odwykowemu przez osobę uzależnioną, motywowanie osób uzależnionych od alkoholu do poddania się dobrowolnemu leczeniu odwykowemu	ul. marsz. J. Piłsudskiego 41 Legionowo (siedziba Komisji – informacja bieżąca) ul. gen. J. Sowińskiego 37 (budynek PEC – miejsce posiedzeń i spotkań z klientami)	22 766 40 84 510 095 301	Komisja przyjmuje klientów w Urzędzie Miasta Legionowo, w godzinach pracy urzędu oraz dwa dni w miesiącu w lokalizacji przy ul. Sowińskiego 37 w godzinach umówionych z klientami	https://legionowo.pl/a/miejska-komisja-rozwiazywania-problemow-alkoholowych	Osoby i rodziny mieszkające na terenie gminy miejskiej Legionowo
80	Punkt Informacyjno-Konsultacyjny ds. Uzależnień	Konsultacje z certyfikowanym specjalistą psychoterapii uzależnień	Nieporęt	792 369 482	pt. 15.00–19.00 (po umówieniu wizyty)	www.nieporet.pl a.kacperska@nieporet.pl	Bezpłatna oferta dla mieszkańców gminy Nieporęt
81	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Nieporęcie	Motywowanie osób uzależnionych od alkoholu do poddania się dobrowolnemu leczeniu odwykowemu, koordynacja działań w zakresie profilaktyki alkoholowej. Działania zmierzające do orzeczenia przez sąd obowiązku poddania się leczeniu odwykowemu przez osobę uzależnioną	ul. Plac Wolności 1 Nieporęt	22 767 04 07	pon. 08:00–18:00 wt.–czw. 08:00–16:00 pt. 08:00–14:00	www.nieporet.pl a.kacperska@nieporet.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie gminy Nieporęt
82	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Wieliszewie	Działania zmierzające do orzeczenia przez sąd obowiązku poddania się leczeniu odwykowemu przez osobę uzależnioną, motywowanie osób uzależnionych od alkoholu do poddania się dobrowolnemu leczeniu odwykowemu, koordynacja działań w zakresie profilaktyki alkoholowej	ul. K. K. Baczyńskiego 4 Wieliszew	22 782 25 22 (koszt według stawki operatora)	pon. 8:00–18:00 wt.–pt. 8:00–16:00	www.cus.wieliszew.pl pomoc@wieliszew.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie gminy Wieliszew
83	Mediator Rodzinny	Pomoc w rozmowach między członkami rodziny	ul. Niepodległości 1 Wieliszew	503 026 381 (koszt według stawki operatora)	śr. 15:00–18:00 (po wcześniejszym umówieniu się telefonicznie)	www.cus.wieliszew.pl pomoc@wieliszew.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie gminy Wieliszew
84	Terapia ds. uzależnień	Spotkania z terapeutą	ul. Modlińska 65 Wieliszew	888 722 843 (koszt według stawki operatora)	czw. 15:00–18:00 (po wcześniejszym umówieniu się telefonicznie)	www.cus.wieliszew.pl pomoc@wieliszew.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie gminy Wieliszew

85	Punkt Konsultacyjny ds. Uzależnień w Klubie Aktywności Społecznej w Serocku	Konsultacje indywidualne	ul. Kościuszki 8A Serock	607188013 (koszt według stawki operatora)	wt. 8:30–17:30 czw. 8:00–14:00	www.ops.serock.pl ops@serock.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie miasta i gminy Serock
86	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Serocku	Działania zmierzające do orzeczenia przez sąd obowiązku poddania się leczeniu odwykowemu przez osobę uzależnioną, motywowanie osób uzależnionych od alkoholu do poddania się dobrowolnemu leczeniu odwykowemu, koordynacja działań w zakresie profilaktyki alkoholowej	ul. T. Kościuszki 15 Serock	22 782 61 18 (koszt według stawki operatora)	pon. 08:00–18:00 wt.–czw. 08:00–16:00 pt. 08:00–14:00	www.ops.serock.pl profilaktyka@ops.serock.pl	Osoby i rodziny mieszkające na terenie miasta i gminy Serock
87	Poradnia Leczenia Uzależnień od Alkoholu przy NZOZ Legionowo	Leczenia uzależnienia od alkoholu	ul. gen. J Sowińskiego 4 Legionowo	22 774 51 51	pon–pt 07:00–18:00	www.nzozlegionowo.pl rejestracja@nzozlegionowo.pl	Dla osób uzależnionych od alkoholu, współuzależnionych, tj. osób spokrewnionych z osobą uzależnioną, wspólnie z nią zamieszkających i gospodarujących, oraz osób, których stan psychiczny pogorszył się na skutek pozostawiania w związku emocjonalnym z osobą uzależnioną. Do poradni leczenia uzależnień nie jest wymagane skierowanie
88	Pomarańczowa Linia	Program, którego głównym celem jest wstępna konsultacja telefoniczna lub online oraz pomoc w dotarciu do specjalistycznych placówek zajmujących się tego rodzaju problematyką		Infolinia 801140068	pon.–pt. 14:00–20:00 (koszt połączenia według cennika operatora)		Program informacyjno-konsultacyjny dla rodziców dzieci pijących alkohol i zażywających narkotyki
89	Ogólnopolski Telefon Zaufania Uzależnienia	Wsparcie psychologiczne oraz informacje na temat leczenia, terapii i innych form pomocy		800 199 990	Codziennie w godzinach 16:00– 21:00 Połączenie bezpłatne		Dla osób zmagających się z uzależnieniem (bez względu na rodzaj substancji, od której są uzależnione) oraz członków ich rodzin
90	Telefon zaufania dla osób cierpiących z powodu uzależnień behawioralnych i ich bliskich	Wsparcie dla osób uzależnionych behawioralnie		801 889 880	Czynny codziennie w godz. 17:00–22:00 (koszt połączenia według cennika operatora)		Dla osób cierpiących z powodu uzależnień behawioralnych – tj. uzależnienia od hazardu, Internetu, seksu, zakupów, pracy czy jedzenia
PORADNICTWO DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM							
91	Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Prześstępstwem w Legionowie	Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe, pośrednio związane z przestępstwem	ul. Mieszka I 25 pok. 9 Legionowo	536 771 907	pon. 14:00–19:00 śr. 9:00–14:00	www.gov.pl/web/sprawiedliwosc/fundusz-sprawiedliwosci legionowo@compassio.pl	Osoba pokrzywdzona przestępstwem, świadek przestępstwa lub osoba najbliższa
PORADNICTWO W ZAKRESIE PRAW DZIECKA							
92	Rzecznik Praw Dziecka	Ochrona praw dziecka. Sprawy dotyczące przemocy, problemów emocjonalnych w relacjach rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych oraz wynikających z okresu dorastania. Zespół Dziecięcego Telefonu Zaufania prowadzi także edukację upowszechniającą prawa dziecka poprzez spotkania oraz zajęcia edukacyjne	Biuro RPD ul. Chocimska 6 00-791 Warszawa	Przyjęcia interesantów: pon.–pt. 8:15-16:15 (22) 583 66 00 Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka 800 12 12 12 (połączenia bezpłatne) Dostępny także czat https://czat.brpd.gov.pl/	24 godziny na dobę 7 dni w tygodniu	brpd.gov.pl rpd@brpd.gov.pl www.800121212.pl	Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem
93	Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę – Telefon Zaufania Dla Dzieci i Młodzieży	Pomoc i wsparcie	ul. Walecznych 59 03-926 Warszawa Biuro: ul. Mazowiecka 12/25 00-048 Warszawa	Infolinia 116 111 (połączenia bezpłatne)	24 godziny na dobę 7 dni w tygodniu	www.116111.pl	Osoby poniżej 18. r.ż.; każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem
PORADNICTWO W ZAKRESIE UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH							
94	Infolinia ZUS / Zakład Ubezpieczeń Społecznych – Inspektorat w Legionowie	Infolinia: - Pomoc techniczna i obsługa e-ZLA - Renty i emerytury - Zasiłki - Informacje dla ubezpieczonych - Informacje dla płatników Informacje o świadczeniach: - RKO - Aktywny Rodzic - Świadczeniu wychowawczym 800+ - Dofinansowaniu za pobyt dziecka w żłobku - Dobrym Starcie 300+	ul. J. Słowackiego 20 Legionowo	Infolinia ZUS 22 560 16 00 Inspektorat w Legionowie: 22 768 66 00	Konsultanci Infolinii: pon.–pt. 7:00–18:00 Godziny obsługi klientów Inspektoratu w Legionowie: pon. 8:00–18:00 wt.–pt. 8:00–15:00 Godziny urzędowania: pon.–pt. 7:30–15:30	www.mazowieckie.kas.gov.pl/urząd-skarbowy-w-legionowie us.legionowo@mf.gov.pl Adres e-mail do zapytań ogólnych: cot@zus.pl	
PORADNICTWO W ZAKRESIE PRAWA PRACY							
95	Okręgowa Inspekcja Pracy w Warszawie	Porady z zakresu prawa pracy	ul. Grójecka 186 02-390 Warszawa	22 425 11 94 801 002 405 – dla osób dzwoniących z telefonów stacjonarnych 459 595 405 – dla osób dzwoniących z telefonów komórkowych (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	pon.–pt. 9:00–15:00	www.warszawa.pip.gov.pl	Każdy
96	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	Porady z zakresu prawa pracy	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa	801 002 006 dla osób dzwoniących z telefonów stacjonarnych 459 599 000 dla osób dzwoniących z telefonów komórkowych (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	pon.–pt. 9:00–15:00	www.pip.gov.pl kancelaria@gip.pip.gov.pl	Każdy

NAZWA JEDNOSTKI		ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
PORADNICTWO W ZAKRESIE PRAWA PODATKOWEGO							
97	Urząd Skarbowy w Legionowie	Informacje podatkowe	ul. marsz. J. Piłsudskiego 43C Legionowo	22 768 66 00	pon. 08:00–18:00 wt.–pt. 08:00–15:00	www.mazowieckie.kas.gov.pl/ web/bip-1401/urząd-skarbowy- -w-legionowie us.legionowo@mf.gov.pl	Wizyta po wcześniejszym umówieniu
98	Krajowa Informacja Skarbowa	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Warszawska 5 43-300 Bielski-Biała	801 055 055 (z telefonów stacjonarnych) 22 330 03 30 (z telefonów komórkowych) (koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.– pt. 8.00–18.00	www.kis.gov.pl	Z porad może skorzystać każdy podatnik
PORADNICTWO DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO							
99	Rzecznik Finansowy (Ubezpieczonych)	Prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego ul. Nowogrodzka 47A 00-659 Warszawa	22 333 73 28 dyżur telefoniczny prawników udzie- lających porad z zakresu proble- mów klientów rynku ubezpieczeniowo- -emerytalnego 22 333 73 25 dyżur telefoniczny prawników z za- kresu problemów klientów podmiotów rynku bankowego i kapitałowego	pn.–pt. 08:00–16:00 pn.–pt. 08:00–16:00	https://rf.gov.pl/kontakt biuro@rf.gov.pl porady@rf.gov.pl porady@rf.gov.pl	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń
INNE							
100	Fundacja Humanum Est	Porady prawne z każdej dziedziny prawa	ul. marsz. J. Piłsudskiego 33 lok. 302 Legionowo (II piętro, nad kliniką Goldenmed, wejście przy Empiku)	724 543 692	pon. 16:00–19:00	www.facebook.com/p/ Fundacja-Humanum- -Est-100081336707432/ fundacjahe@gmail.com	Każda pełnoletnia osoba. Nie wymaga zapisów
101	WWW.OBYWATEL.GOV.PL Informacje i usługi przyjazne obywatelom – portal Ministerstwa Cyfryzacji						
102	Rzecznik Praw Obywatelskich	Ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO Al. Solidarności 77 00-090 Warszawa	Infolinia: 800 676 676 (połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych) 22 551 77 91 (koszt zgodnie z taryfą operatora)	Przyjęcia interesantów: pon. 9:00-17:00 wt.–pt. 9:00–15:00 Infolinia: pon. 10:00–18:00 wt.–pt. 8:00-16:00	https://www.rpo.gov.pl biurorzecznika@brpo.gov.pl	Każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone
103	Urząd Ochrony Danych Osobowych	Naruszenia ochrony danych osobowych	ul. Stawki 2 00-193 warszawa	Infolinia: 606 950 000 (koszt zgodnie z taryfą operatora)	pon.–pt. 10:00–14:00	https://uodo.gov.pl/pl	Każda osoba, która uważa, że jej prawa są naruszone. Każda pełnoletnia osoba. Nie wymaga zapisów
104	Centrum Praw Kobiet	Pomoc psychologiczna, asystowanie kobietom w sądach i na policji, za- pewnienie bezpiecznego schronienia, prowadzenie grup wsparcia i telefonu zaufania, a także pomoc socjalna i doradztwo zawodowe		600 070 717 dostępny 24/7 22 621 35 37	poniedziałek i czwartek 12:00–18:00 dyżur prawny	pomoc@cpk.org.pl porady.prawne@cpk.org.pl porady.psychologiczne@cpk.org.pl	Pomoc dla kobiet, których prawa są łamane, a w szczególności kobiet doświadczających różnych form przemocy
105	Telefon w Sprawie Zaginionego Dziecka i Nastolatka	Przy telefonie dyżurują psychologowie, prawnicy i specjaliści Zespołu ds. Poszukiwań i Identyfikacji Fundacji ITAKA		116 000	dostępny 24/7		Telefon jest skierowany do rodziców i opiekunów, którym zaginęło dziecko. Mogą także dzwonić zaginione dzieci oraz wszystkie osoby, które mogą pomóc w ich odnalezieniu
106	Telefon Zaufania Dla Osób Starszych			22 635 09 54	poniedziałek, środa, czwartek od 17:00 do 20:00 wsparcie psychologiczne środa od 14:00 do 16:00 wsparcie dotyczące choroby Alzheimera	kontakt@malibracia.org.pl	
107	Policyjny Telefon Zaufania ws. Przemocy w Rodzinie			800 120 226	pon.–pt. 9:30–15:30		

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE (wg art. 8a ust. 1 pkt 2)
ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu: 789 446 860.

Osoby, które ze względu na niepełnosprawność ruchową nie są w stanie przybyć do punktu lub osoby doświadczające trudności w komunikowaniu się, mogą otrzymać poradę przez telefon lub przez Internet. Bliższe informacje pod numerem podanym do zapisów.

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA						
PROWADZĄCY	ADRESY DYŻURÓW	DNI I GODZINY	SPECJALIZACJA	LOKAL DOGODNY DLA OSÓB NA WÓZKACH INWALIDZKICH	DANE KONTAKTOWE	WWW
Punkt Adwokatów/Radców Prawnych	Starostwo Powiatowe w Legionowie ul. gen. W. Sikorskiego 11	pon.–pt. 16:00–20:00	Nie określono	Tak	Zapisy na wizyty pod numerem telefonu: 789 446 860	https://powiat-legionowski.pl/dla-mieszkan-cow/nieodplatna-pomoc-prawna/nieodplatna-pomoc-prawna-podstawowe-informacje
	Urząd Miasta Legionowo – wej- ście z zewnątrz ul. marsz. J. Piłsudskiego 41	pon.–pt. 16:00–20:00	Nie określono	Tak	Zapisy na wizyty pod numerem telefonu: 789 446 860	https://powiat-legionowski.pl/dla-mieszkan-cow/nieodplatna-pomoc-prawna/nieodplatna-pomoc-prawna-podstawowe-informacje
Punkt prowadzony przez Fundację Rozwoju Świadomości Obywatelskiej Experto Pro Bono	Gminne Centrum Kultury i Sportu w Jabłonnie ul. Modlińska 102 Jabłonna	pon. 8.00–12.00 wt. 10:00–14:00 czw. 12:00–16:00	Nie określono	Tak	Zapisy na wizyty pod numerem telefonu: 789 446 860	https://powiat-legionowski.pl/dla-mieszkan-cow/nieodplatna-pomoc-prawna/nieodplatna-pomoc-prawna-podstawowe-informacje
	Urząd Miasta i Gminy Serock ul. Rynek 21	śr. 08:00–12:00 pt.12:00–16:00	Nie określono	Tak	Zapisy na wizyty pod numerem telefonu: 789 446 860	https://powiat-legionowski.pl/dla-mieszkan-cow/nieodplatna-pomoc-prawna/nieodplatna-pomoc-prawna-podstawowe-informacje
NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE						
Punkty nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego prowadzone przez Fundację Rozwoju Świadomości Obywatelskiej Experto Pro Bono	Centrum Społeczno-Kulturalne w Wieliszewie ul. Niepodległości 1	pon. 9:00-13:00 wt. 8:00-12:00 śr. 11:30-15:30	Nie określono	Tak	Zapisy na wizyty pod numerem telefonu: 789 446 860	https://powiat-legionowski.pl/dla-mieszkan-cow/nieodplatna-pomoc-prawna/nieodplatna-pomoc-prawna-podstawowe-informacje
	Urząd Gminy Nieporęt ul. Pl. Wolności 1	czw. 12:00–16:00 pt. 9:00–13:00	Nie określono	Tak	Zapisy na wizyty pod numerem telefonu: 789 446 860	https://powiat-legionowski.pl/dla-mieszkan-cow/nieodplatna-pomoc-prawna/nieodplatna-pomoc-prawna-podstawowe-informacje
	Starostwo Powiatowe w Legionowie p. 207 na 2. piętrze ul. gen. W. Sikorskiego 11	pon.–pt. 12:00–16:00	Punkt nieodpłat- nego poradnictwa obywatelskiego ze specjalizacją nieod- płatnej mediacji	Tak	Zapisy na wizyty pod numerem telefonu: 789 446 860	https://powiat-legionowski.pl/dla-mieszkan-cow/nieodplatna-pomoc-prawna/nieodplatna-pomoc-prawna-podstawowe-informacje