

LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

Lista jednostek nieodpłatnego poradnictwa do wykorzystania przy realizacji postanowień art. 5 ust. 4 ustawy oraz art. 11 ust. 10 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej (Dz. U. z 2024 r. poz. 1534) – przekierowanie klienta do darmowego poradnictwa specjalistycznego, gdy jego problem ma charakter złożony.

CZĘŚĆ I: lista wg art. 8a ust 1 pkt 1:

NAZWA JEDNOSTKI		ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
RODZINNE							
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	poradnictwo rodzinne	ul. Małomłyńska 1 86 – 300 Grudziądz	56 462 29 39 koszt połączenia zgodnie z taryfa operatora	pn., śr., czw. 7:30-15:30 wt. 7:30-17:00 pt. 7:30-14:00	sekretariat@pcprgrudziadz.pl	każdy mieszkaniec powiatu
2.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Rogóźnie	poradnictwo rodzinne	Rogóźno 91b 86 – 318 Rogóźno	56 46 88 506 koszt połączenia zgodnie z taryfa operatora	pn-pt godz. 07:00 – 15:00	gops@rogozno.ug.gov.pl	każdy mieszkaniec gminy Rogóźno
3.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Grucie	poradnictwo rodzinne	Gruta 244, 86-330 Mehno	56 46 58 734	pn., wt., śr. godz. 07:00-15:00, czw. godz. 07:00-16:00 pt. godz. 07:00-14:00	gops@gruta.pl	mieszkańcy gminy Gruta
4.	Publiczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna Nr 1	poradnictwo rodzinne	ul. Waryńskiego 102 86 – 300 Grudziądz	791 871 464 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 08:00 -16:00	sekretariat@pppp.grudziadz.com www.pppp.grudziadz.com	każdy mieszkaniec
5.	Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania Edukacji SPINAKER	poradnictwo rodzinne	ul. Waryńskiego 104 86 – 300 Grudziądz	791 871 464; 56 46 113 55 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 08:00 – 16:00	iwona.majorke@abak.edu.pl biuro@abak.edu.pl	każdy mieszkaniec
6.	Niepubliczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna SPINAKER z Centrum Diagnozy i Terapii Autyzmu	poradnictwo rodzinne	ul. Waryńskiego 104 10486-300 Grudziądz	791 871 464 56 46 113 55 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 08:00 – 16:00	www.edukacja.grudziadz.com iwona.majorke@abak.edu.pl	każdy mieszkaniec
7.	Punkt informacyjno – konsultacyjny w Łasinie ds. przemocy w rodzinie	poradnictwo rodzinne	ul. Wodna 15, Łasin	605 748 164 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	wt.-śr. 11:00-12:00 czw.-pt. 8:00-9:00	profilaktyka@lasin.pl www.lasin.pl	każdy mieszkaniec
8.	Punkt konsultacyjny ds. Uzależnień	poradnictwo rodzinne	Sala OSP w Radzynie Chełmińskim	605-748-164 koszt połączenia zgodnie z taryfa operatora	czw. 13:30-15:00 Radzyń Chełmiński	-	mieszkańcy miasta i gminy Radzyń Chełmiński,

9.	Specjalistyczna Poradnia Rodzinna Nadzieja	poradnictwo rodzinne	ul. Kościelna 1	660-221-547 lub 888 726 785 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	rej. telefoniczna	a.burzynski@poradnia-grudziadz.pl www.poradnia-grudziadz.pl	każdy mieszkaniec
PSYCHOLOGICZNE							
1.	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	poradnictwo psychologiczne	ul. Korczaka 23 86 – 300 Grudziądz	56 46 448 05 lub 07 609 003 546 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. 7:30-15:30	www.ppp.grudziadz.pl sekretariat@ppp.grudziadz.com	każdy mieszkaniec
2.	Publiczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna Nr 1	poradnictwo psychologiczne	ul. Waryńskiego 102 86 – 300 Grudziądz	600 150 460 lub 791 871 464 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 08:00 – 16:00	www.pppp.grudziadz.pl majiwo@gmail.com	każdy mieszkaniec
3.	Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania Edukacji SPINAKEr	poradnictwo psychologiczne	ul. Waryńskiego 104 86 – 300 Grudziądz	534 277 003; 56 46113 55 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 08:00 -16:00	www.spinaker.edu.pl iwona.majorke@abak.edu.pl	każdy mieszkaniec
4.	Niepubliczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna SPINAKEr z Centrum Diagnozy i Terapii Autyzmu	poradnictwo psychologiczne	ul. Waryńskiego 104 86 – 300 Grudziądz	534 277 003; 56 46 113 55; 791 871 464 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 08:00 – 16:00	www.edukacja.grudziadz.com info@edukacja.grudziadz.com iwona.majorke@abak.edu.pl	każdy mieszkaniec
5.	Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze	Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00 – 958 Warszawa 66.	800 70 2222 bezpłatna infolinia	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	www.centrumwsparcia.pl porady@centrumwsparcia.pl	dla osób będących w kryzysie psychicznym
6.	Punkt informacyjno – konsultacyjny w Łasinie	poradnictwo psychologiczne	ul. Wodna 15, Łasin	605 748 164	Psycholog raz w miesiącu	e-mail: profilaktyka@lasin.pl www.lasin.pl	każdy mieszkaniec
PEDAGOGICZNE							
1.	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	poradnictwo pedagogiczne	ul. Korczaka 23a 86 – 300 Grudziądz	56 46 448 05 609 00 35 46 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. 7:30-15:30	www.ppp.grudziadz.pl sekretariat@ppp.grudziadz.pl	każdy mieszkaniec
2.	Publiczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna Nr 1	poradnictwo pedagogiczne	ul. Waryńskiego 102 86 – 300 Grudziądz	600 150 460 791 871 464 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 08:00 – 16:00	www.pppp.grudziadz.pl majiwo@gmail.com	każdy mieszkaniec

3.	Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania Edukacji SPINAKER	poradnictwo pedagogiczne	ul. Waryńskiego 104 86 – 300 Grudziądz	534 277 003; 56 46 113 55 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 08:00 – 16:00	www.spinaker.edu.pl iwona.majorke@abak.edu.pl	każdy mieszkaniec
4.	Niepubliczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna SPINAKER z Centrum Diagnostyki i Terapii Autyzmu	poradnictwo psychologiczne	ul. Waryńskiego 104 86 – 300 Grudziądz	534 277 003; 791 871 464 56 46 11 355 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 08:00 – 16:00	www.spinaker.edu.pl iwona.majorke@abak.edu.pl	każdy mieszkaniec

POMOC SPOŁECZNA

1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	pomoc społeczna	ul. Małomłyńska 1 86 – 300 Grudziądz	56 45 14 434 56 462 29 39 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn., śr., czw. 7:30-15:30 wt. 7:30-17:00 pt. 7:30-14:00	sekretariat@pcprgrudziadz.pl	każdy mieszkaniec powiatu
2.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	pomoc społeczna	ul. Korczaka 23 86 – 300 Grudziądz	56 46 44 805 609 00 35 46 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. 7:30-15:30	www.ppp.grudziadz.pl sekretariat@ppp.grudziadz.pl	każdy mieszkaniec
3.	Publiczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 1	pomoc społeczna	ul. Waryńskiego 104 86 – 300 Grudziądz	600 150 460 791 871 464 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 08:00 – 16:00	www.pppp.grudziadz.pl majiwo@gmail.com	każdy mieszkaniec
4.	Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania Edukacji SPINAKER	pomoc społeczna	ul. Waryńskiego 104 86 – 300 Grudziądz	534 277 003; 56 46 113 55 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 08:00 – 16:00	www.spinaker.edu.pl iwona.majorke@abak.edu.pl	każdy mieszkaniec
5.	Koło Grudziądzkiego Towarzystwa Pomocy im. Św. Brata Alberta	schronisko i noclegownia dla mężczyzn	ul. Parkowa 22/24 86 – 300 Grudziądz	56 64 10 410 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	całodobowo	www.tpba-grudziadz.pl	każdy mieszkaniec – mężczyzna
6.	Zarząd Miejsko-Gminny Polskiego Komitetu Pomocy Społecznej w Grudziądzu	schronisko dla kobiet	ul. Waryńskiego 36 ul. Dywizjonów 303/4 86 – 300 Grudziądz	56 46 31 183 56 463 94 96 609 897 535 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	całodobowo od poniedziałku do piątku	pkps.bydgoszcz.pl/zmgg.htm krpkps@o2.pl	każdy mieszkaniec – kobieta
7.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Grucie	pomoc społeczna	Gruta 277, 86-330 Mehno	56 46 58 734	pn., wt., śr. godz. 07:00-15:00, czw. godz. 07:00-16:00 pt. godz. 07:00-14:00	gops@gruta.pl	mieszkańcy gminy Gruta
8.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Rogóźnie	pomoc społeczna	Rogóżno 91b 86 – 318 Rogóżno	56 46 88 506 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn., śr., czw. godz. 07:00 – 15:00 wt. godz. 08:00 – 17:00	gops@rogozno.ug.gov.pl	każdy mieszkaniec gminy Rogóżno

					pt. godz. 07:00 – 14:00		
ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ							
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie Punkt Interwencji Kryzysowej	psycholog w zakresie spraw dot. rozwiązywanie problemów alkoholowych i innych uzależnień	ul. Małomłyńska 1 86 – 300 Grudziądz I piętro, p. 118	56 46 22 939 koszt połączenia zgodnie z taryfa operatora	pn. godz. 16:00 – 18:00 wymagana rejestracja telefoniczna w godz. pn., śr., czw. 7:30-15:30 wt. 7:30-17:00, pt. 7:30-14:00	pcprgrudziadz@op.pl	każdy mieszkaniec powiatu
2.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Rogóźnie	rozwiązywanie problemów alkoholowych	Rogóźno 91b 86 – 318 Rogóźno	56 46 88 493 koszt połączenia zgodnie z taryfa operatora	pn., śr., czw. godz. 07:00 – 15:00 wt. godz. 08:00 – 17:00 pt. godz. 07:00 – 14:00	-	każdy mieszkaniec gminy Rogóźno
3.	Punkt konsultacyjny ds. Uzależnień	konsultacje, terapia uzależnień	Sala OSP w Radzynie Chełmińskim	506 404 266 koszt połączenia zgodnie z taryfa operatora	czw. godz. 13:00-14:00 Radzyń Chełmiński	-	mieszkańcy miasta i gminy Radzyń Chełmiński,
4.	Punkt konsultacyjny ds. Uzależnień	konsultacje, terapia uzależnień	Sala OSP w Radzynie Chełmińskim	-	czw. 14:00-18:00 Radzyń Chełmiński	-	mieszkańcy miasta i gminy Radzyń Chełmiński,
5.	NZOZ Poradnia Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Innych Uzależnień	rozwiązywanie problemów alkoholowych i innych uzależnień	ul. Sikorskiego 34/36 86 – 300 Grudziądz	56 46 12 392 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pon.-pt. godz. 08:00 – 19:00	uzaleznienia-grudziadz.plsekretariat@uzaleznienia-grudziadz.pl	osoby uzależnione i współuzależnione bez względu na miejsce zamieszkania
6.	Punkt Konsultacyjny ds. Uzależnień Świecie n/Osą	rozwiązywanie problemów alkoholowych i innych uzależnień	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Świecie n/Osą	56 466 19 51 lub 54	czw. 14:00-17:00	gops@swiecienadosa.pl	Każdy mieszkaniec gminy Świecie nad Osą
7.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	rozwiązywanie problemów alkoholowych i innych uzależnień	Gruta 244, 86-330 Mełno	56 46 83 121	pn., wt., śr. godz. 07:00-15:00, czw. godz. 07:00-16:00 pt. godz. 07:00-14:00	gops@gruta.pl	mieszkańcy gminy Gruta
8.	Punkt informacyjny – konsultacyjny w Łasinie	rozwiązywanie problemów alkoholowych i innych uzależnień	ul. Wodna 15, Łasin	605 748 164	Grupa wsparcia raz w miesiącu Grupa AA poniedziałek 17.00	e-mail: profilaktyka@lasin.pl www.lasin.pl mgops@lasin.pl	każdy mieszkaniec
PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ							
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie Punkt Interwencji Kryzysowej	psycholog w zakresie spraw dot. przemoc w rodzinie	ul. Małomłyńska 1 86 – 300 Grudziądz I piętro, p. 120	56 46 22 939 koszt połączenia zgodnie z taryfa operatora	pn. godz. 16:00 – 18:00 wymagana rejestracja telefoniczna	pcprgrudziadz@op.pl	każdy mieszkaniec powiatu
2.	Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie	przemoc w rodzinie	Rogóźno 91b 86 – 318 Rogóźno	56 46 88 506 koszt połączenia zgodnie z taryfa operatora	wt. godz. 08:00 – 17:00	gops@rogozno.ug.gov.pl	każdy mieszkaniec gminy Rogóźno

	w Rogóźnie						
3..	Kujawsko-Pomorska Niebieska Linia Telefoniczne Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie	przemoc w rodzinie	-	800 154 030 bezpłatna infolinia	codziennie godz. 17:00 – 21:00	niebieskalinia@kujawsko- pomorskie.pl	osoby potrzebujące pomocy w związku z występowaniem przemocy w rodzinie, sytuacji konfliktowych oraz zagrożenia przemocą (bez względu na miejsce zamieszkania)
4.	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „ Niebieska linia”	- wsparcie - pomoc psychologiczna, - informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej	Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa	800 120 002 bezpłatna infolinia	całodobowo	www.niebieskalinia.info niebieska@niebieskalinia.info	dla osób doświadczających przemocy domowej

INTERWENCJA KRYZYSOWA

1.	Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego	monitorowanie bezpieczeństwa	ul. Małomłyńska 1 86 – 300 Grudziądz	56 45 14 400 56 45 14 409 604 780 270 56 45 14 440 (fax) koszt połączenia zgodnie z taryfa operatora	pn., śr, czw. godz. 07:30 – 15:30 wt. 07:30-17:00 pt. 07:30-14:00 całodobowo	zarzadzanie.kryzysowe@pow iatgrudziadzki.pl	każdy mieszkaniec powiatu
2.	Centralne Zarządzanie Kryzysowe	monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Rakowiecka 2A 00-993 Warszawa	Całodobowy dyżur: (+48) 47 72 16 907 e-mail: 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

DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

1.	Powiatowy Urząd Pracy	dla osób bezrobotnych	ul. Parkowa 22 86 – 300 Grudziądz	56 64 33 000 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. – czw. godz. 07.00 – 15.30 pt. 7:00 -13:00	grudziadz.praca.gov.pltogr@p raca.gov.pl	każdy mieszkaniec
2.	Wojewódzki Urząd Pracy	dla osób bezrobotnych	ul. Szosa Chełmińska 30/32 87 – 100 Toruń	56 66 93 900 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 07.30 – 15.30	wuptorun.praca.gov.pl wup@wup.torun.plk	każdy mieszkaniec
3.	Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia	pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy.	Urząd Pracy. Ciepła 20 . 15 – 472 Białystok.	19 524 (z Polski) +48 22 19524 (z zagranicy) koszt zgodnie z taryfą operatora.	pn. – pt. godz. 08.00 – 18.00	www.zielonalinia.gov.pl biuro@zielonalinia.gov.pl	mogą korzystać: - zarejestrowani -poszukujący pracy - pracodawcy

DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

1.	Okręgowy Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem	wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	ul. Krasieńskiego 19 85 – 008 Bydgoszcz	667 252 257 +48 222 309 900 całodobowy 7 dni w tygodniu	pn. godz. 10:00 – 17:00 wt. godz. 9:00 – 16:00 śr. godz. 13:00 – 20:00 czw. godz. 9:00 – 16:00 pt godz. 9:00 – 16:00 sb. godz. 8:00 – 13:00	www.pokrzywdzeniptzestepstwem.pl funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl	osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie
2.	Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem Stowarzyszenia	wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem ul. Chełmińska 97 te. 669 916 044 w godzinach przyjęć 693 288 017 (7 dni w tygodniu)	-	Czw. godz.14:00-18:00	www.pokrzywdzeniprzestepstwem.pl funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl	osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie

PRAWO KONSUMENCKIE

1.	Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów	ochrona praw konsumenckich	ul. Małomłyńska 1 86 – 300 Grudziądz	56 45 14 400 56 45 14 426 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. godz. 09:0 – 14:00	bip@powiatgrudziadzki.pl	każdy mieszkaniec powiatu
2.	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	ochrona praw konsumenckich	UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	Infolinia konsumencka (prowadzona przez Federację Konsumentów) 801 440 220 222 66 76 76 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 10:00 – 18.00	https://www.uokik.gov.pl/ porady@dlakonsumentow.pl	prawo konsumenckie

PRAWA PACJENTA

1.	Narodowy Fundusz Zdrowia – Kujawsko – Pomorski Oddział Wojewódzki w Bydgoszczy	prawa pacjenta	ul. Łomżyńska 33 85 – 863 Bydgoszcz	800 190 590 24/7 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. 08:00-18:00 wt– pt. godz. 08.00 – 16.00	http://nfz-bydgoszcz.pl/oddzial.bydgoszcz@nfz-bydgoszcz.pl sekretariat@nfz-bydgoszcz.pl	każdy mieszkaniec
----	--	----------------	--	--	---	---	-------------------

2.	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) 53 28 243	pn. godz. 08.00 – 18.00 wt – pt. godz. 09:00 – 15.00	https://www.bpp.gov.pl kancelaria@rpp.gov.pl www.gov.pl	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
3.	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 800-100-590	pn. – pt. godz. 08.00 – 16.00	http://www.nfz.gov.pl infolinia@nfz.gov.pl Kancelaria Elektroniczna [at]nfz.gov.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
4.	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	SIEDZIBA ul. Żurawia 4 A 00 – 503 Warszawa Telefon (22) 461 60 00 KORESPONDENCJA Nowogrodzka 1/3/5 00 – 513 Warszawa	538 117 590 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 08.00 – 17.00	http://www.niepelnospawni.gov.pl sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych
PRAWA DZIECKA							
5.	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania	Ochrona praw dziecka	Biuro RPD ul. Przemysłowa 30/32 00 – 450 Warszawa ul. Chocimska 6 00-791 Warszawa tel.: (22) 583 66 00 . fax.: (22) 583 66 96. pn.-pt. godz.08.15-16.15.	800 121 212 bezpłatna infolinia	pn. – pt. godz. 08.15 – 20.00. fax 22 583 66 96 całodobowo	https://brpd.gov.pl rpd@brpd.gov.pl	spawy przemocy, relacji równieżniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.
PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH							
1.	Zakładu Ubezpieczeń Społecznych Inspektorat w Grudziądzu	prawo ubezpieczeń społecznych	ul. Wybickiego 39 86 – 300 Grudziądz	22 56 01 600 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora Grudziądz 56 45 06 800	pn. godz. 08.00 – 17.00 wt. – pt. godz. 08.00 – 15.00	https://www.zus.info.pl/zus-grudziadz/ http://e-inspektorat.zus.pl zus@ubez.gov.pl	każdy mieszkaniec

2.	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w Centrum Obsługi Telefonicznej lub podczas wizyty osobistej w placówce jak wyżej. Nr centrali : (22) 667 10 00	(22) 560 16 00 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 07.00 – 18.00	http://www.zus.pl/o- zus/kontakt/centrum-obslugi- telefonicznej-cot- cot@zus.pl	adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze
PRAWO PRACY							
1.	Okręgowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy w Bydgoszczy oddział w Toruniu	prawo pracy	ul. A. Mickiewicza 10/16 87 – 100 Toruń	56 62 28 399 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 07.30 – 15.30	https://bydgoszcz.pip.gov.pl/pl kancelaria@bydgoszcz.pip.gov.pl	każdy mieszkaniec
2.	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	porady z zakresu prawa pracy	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02 – 315 Warszawa tel. 22 391 82 15 fax. 22 391 82 14	801 002 006 (dla tel. stacj.) 459 599 000 (dla tel. kom.) 22 391 83 60 (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. Uwaga!!! naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie	pn. – pt. 08:00-16:00	www.bip.pip.gov.pl , kancelaria@gip.pip.gov.pl	-
PRAWO PODATKOWE							
1.	Urząd Skarbowy w Grudziądzu	prawo podatkowe	ul. Droga Łąkowa 23 86 – 300 Grudziądz	56 64 33 330 koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. godz. 08:00 – 18.00 wt. – pt. godz. 08:00 -15:00	www.kujawsko- pomorskie.kas.gov.pl/web/bip -0401/urząd-skarbowy-w- grudziadzu US.Grudziadz@mf.gov.pl	każdy mieszkaniec
2.	Krajowa Informacja Skarbowa	informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Teodora Sixta 17, 43 – 300 Bielsko-Biała	801 055 055 z tel. stacjonarnych. (22) 330 03 30 z tel. komórkowych. + 48 (22)33 00 330 z tel. zagranicznych koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. godz. 08.00 – 18.00	www.kis.gov.pl więcej: https://poradnikprzedsiebiorc y.pl/-kip-czyli-krajowa- informacja-podatkowa	z porad może skorzystać każdy podatnik

DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

1.	Rzecznik Finansowy. (Ubezpieczonych)	prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego Ul. Nowogrodzka 47A 00-695 Warszawa	<u>Ubezpieczenia gospodarcze</u> (22) 333 73 28 <u>Ubezpieczenia Społeczne, OFE ZUS</u> (22) 333 73 26 lub (22) 333 73 27 <u>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego</u> (22) 333 73 25	pn. – pt. godz. 08.00 – 18.00 pn. – pt. godz. 11.00 – 15.00 pn. – pt. godz. 08.00 – 16.00	Porady e-mail: porady@rf.gov.pl (czas oczekiwania na odpowiedź e-mailową ok. 2 tygodni) https://rf.gov.pl/kontakt biuro@rf.gov.pl	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń
----	---	----------------------	--	--	--	--	--

INNE

1.	WWW.OBYWATEL.GOV.PL			Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji			
2.	Rzecznik Praw Obywatelskich	Ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO Al. Solidarności 77. 00-090 Warszawa	800 676 676 . Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych	pon. godz. 9.00-17.00 wt. – pt. godz. 09.00 – 15.00	https://www.brpo.gov.pl biurorzecznika@brpo.gov.pl https://bip.brpo.gov.pl	może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone

CZĘŚĆ II: NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA (wg art. 8a ust 1 pkt 2):**ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu: 56 45 14 408 lub 400**

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA W ROKU 2026					
Starostwo Powiatowe w Grudziądzu, ul. Małomłyńska 1					
2026 r.	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
adwokat Łukasz Kurek		14:00-18:00			14:00-16:00
radca prawny Alicja Kosińska Malinowska	7:30-11:30			7:30-11:30	11:15-13:15
adwokat Ryszard Kurek			08:00-12:00		

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE W ROKU 2026

L.p.	Adres punktu	Dzień	Godziny
1.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Świecie nad Osą 2	poniedziałek	09:30-13:30
2.	Urząd Miasta i Gminy Radzyń Chełmiński ul. Plac Towarzystwa Jaszczurczego 9	wtorek	09:00-13:00
3.	Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Łasinie, ul. M.C. Skłodowskiej 1	środa	12:00-16:00
4.	Urząd Gminy w Grucie Gruta 244	czwartek	09:00-13:00
5.	Gminny Ośrodek Kultury w Rogóźnie	piątek	13:00-17:00

	Rogóżno 91 C .		
--	----------------	--	--