**LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNYCH DLA MIESZKAŃCÓW**

**POWIATU PABIANICKIEGO w roku 2025**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **NAZWA JEDNOSTKI**  | **ZAKRES** **PORADNICTWA**  | **ADRES**  | **TELEFON**  | **DOSTĘPNOŚĆ** **dni i godziny**  | **WWW** **e-mail**  | **KRYTERIA DOSTĘPU**  |
|  | RODZINNE |
| 1 |

|  |
| --- |
| Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Pabianicach |

 |

|  |
| --- |
|  poradnictwo rodzinne  |

 | 95 – 200 Pabianiceul. Traugutta 6A | 42 215 66 60 | Poniedziałek, Środa, 8.00-16.00, Wtorek 8.00-17.00, Czwartek 9.00-15.00Piątek 8.00-15.00 | http://pcpr-pabianice.plsekretariat@pcpr-pabianice.pl |

|  |
| --- |
|  każdy mieszkaniec powiatu pabianickiego  |

 |
| 2 | Parafia NMP Różańcowej | poradnictwo rodzinne | 95-200 Pabianiceul. Zamkowa 39 | 42 215 28 23 | Informacja przez Kancelarię parafialną czynną Pn, Wt, Czw,Pt w godz. 10.00-12.00 i 15.00-17.00 | http://pabianice.misjonarze.plpabianice@misjonarze.pl | parafianie |
|  | PSYCHOLOGICZNE |
| 3 |

|  |
| --- |
|  Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Pabianicach |

 |

|  |
| --- |
| wspomaganie prawidłowego rozwoju psychofizycznego dzieci i młodzieży  |

 | 95 -200 Pabianiceul. Bracka 10/12 | 42 239 77 88 | Poniedziałek - Czwartek 8.00-18.00, Piątek 8.00-15.00 | http://ppp-pabianice.webd.plporadniapp@o2.pl | mieszkańcy powiatu pabianickiego : gmina Dłutów, Dobroń, Ksawerów, Lutomiersk, Miasto Pabianice |
| 4 |

|  |
| --- |
|  Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Konstantynowie Łódzkim |

 |

|  |
| --- |
| wspomaganie prawidłowego rozwoju psychofizycznego dzieci i młodzieży  |

 | 95 – 050 Konstantynów Łódzkiul. Jana Pawła II 44 | 42 211 12 48 | Poniedziałek, Środa, Czwartek 8.00-16.00, Wtorek 8.00-17.00 Piątek 8.00-15.00 | www.pppkonstynow.plsekretariat@pppkonstantynow.pl | mieszkańcy powiatu pabianickiego : gmina Konstantynów Łódzki |
| 5 |

|  |
| --- |
|  Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie  |

 | Poradnictwo psychologiczne | 95 – 200 Pabianiceul. Traugutta 6A | 42 215 66 60wew. 4 | Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00-16.00, Wtorek 8.00-17.00, Piątek 8.00-15.00 | http://pcpr-pabianice.plsekretariat@pcpr-pabianice.pl |

|  |
| --- |
| każdy mieszkaniec powiatu pabianickiego  |

 |
| 6 |

|  |
| --- |
| Poradnia Zdrowia Psychicznego  |

 |

|  |
| --- |
| leczenie zaburzeń psychicznych, nerwic  |

 | 95 -200 PabianiceJana Pawła II 68 | 42 225 38 73 | Pn. – Czw. 8.00-20.00Pt 8.00 - 17.10 | http://www.pcmnzoz.pl | mieszkańcy powiatu pabianickiego |
| 7 | 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.liniawsparcia.pl porady@centrumwsparcia.pl  | dla osób będących w kryzysie psychicznym  |
|  | PEDAGOGICZNE |
| 8 |

|  |
| --- |
|  Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Pabianicach |

 |

|  |
| --- |
| porady pedagogiczne dla rodziców  |

 | 95 -200 Pabianiceul. Bracka 10/12 | 42 239 77 88 | Poniedziałek -Czwartek 8.00-18.00, Piątek 8.00-15.00 | http://ppp-pabianice.webd.plporadniapp@o2.pl | mieszkańcy powiatu pabianickiego : gmina Dłutów, Dobroń, Ksawerów, Lutomiersk, Miasto Pabianice |
| 9 |

|  |
| --- |
|  Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Konstantynowie Łódzkim |

 |

|  |
| --- |
| porady pedagogiczne dla rodziców  |

 | 95-050 Konstantynów Łódzkiul. Jana Pawła II 44 | 42 211 12 48 | Poniedziałek, Wtorek, Czwartek 8.00-18.00, Środa 8.00-16.00 Piątek 8.00-15.00 | www.pppkonstynow.plsekretariat@pppkonstantynow.pl | mieszkańcy powiatu pabianickiego : gmina Konstantynów Łódzki |
|  | POMOC SPOŁECZNA |
| 10 |

|  |
| --- |
|  Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Pabianicach |

 | Rodziny zastępcze– Placówki opiekuńczo-wychowawcze– Domy Pomocy Społecznej– Repatrianci– Uchodźcy | 95 -200 Pabianiceul. Traugutta 6A | 42 215 66 60 | Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00-16.00, Wtorek 8.00-17.00, Piątek 8.00-15.00 | http://pcpr-pabianice.plsekretariat@pcpr-pabianice.pl |

|  |
| --- |
|  każdy mieszkaniec powiatu pabianickiego  |

 |
| 11 | Miejski e Centrum Pomocy Społecznej w Pabianicach | poradnictwo , prawne, pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, udzielanie zasiłku celowego  | 95 -200 Pabianice[ul. Gdańska 7](https://www.google.pl/maps/place/Gda%C5%84ska%2B7%2C%2BPabianice/%4051.6664874%2C19.3592797%2C17z/data%3D%213m1%214b1%214m5%213m4%211s0x471a3643f6b9ef8f%3A0x7acc1d6d633b7f13%218m2%213d51.6664874%214d19.3614737) | 42 215-89-3542 215-88-94 | Poniedziałek- Piątek8.00-16.00, | http://mcps.pabianice.plsekretariat@mcps.pabianice.pl | wsparcie dla osób i rodzin z problemami społecznymi  |
| 12 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Dłutowie | poradnictwo z zakresu pomocy społecznej  | 95-081 Dłutówul. Pabianicka 21 |  44 634 05 05 | Pn. – Czw8.00-16.00Pt. 7.00-15.00 | [http://dlutow.naszops.pl](http://dlutow.naszops.pl/)gops@dlutow.ug.pl | wsparcie dla osób i rodzin z problemami społecznymi  |
| 13 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Dobroniu | poradnictwo z zakresu pomocy społecznej  | 95-082Dobrońul. 11 Listopada 9 | 43 677 26 83 43 677 21 3043 675 57 7943 677 21 44 | Poniedziałek 8:00 – 16:00wtorek-piątek 7:30-15:30 | http://gops.dobron.ug.gov.plgops@dobron.ug.gov.pl | wsparcie dla osób i rodzin z problemami społecznymi  |
| 14 | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Konstantynowie Łódzkim | poradnictwo , prawne, pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, udzielanie zasiłku celowego  | 95-050 Konstantynów Łódzkiul. Słowackiego 11 | 42 211 19 67  | Poniedziałek, Środa, Czwartek8.00 – 16.00,Wtorek9.00 – 17.00,Piątek7.00 – 15.00 | https://mopskonstantnow.plsekretariat@mopskonstantynow.pl | wsparcie dla osób i rodzin z problemami społecznymi  |
| 15 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Ksawerowie | poradnictwo z zakresu pomocy społecznej  | 95-054 Ksawerówul. Kościuszki 3h | 42 213 89 83 | Poniedziałek 7.30-17.00Wtorek, Środa, Czwartek, 7.30-15.30, Piątek 7.30-14.00 | https://ksawerow.naszops.plgops@ksawerow.com | wsparcie dla osób i rodzin z problemami społecznymi  |
| 16 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Lutomiersku | poradnictwo z zakresu pomocy społecznej | 95-083 LutomierskPl. Jana Pawła II nr 12 | (43) 677 50 11 wew. 139 | Poniedziałek, 7.30-16.30,Wtorek, Środa, Czwartek, 7.30-15.30, Piątek 7.30-14.30 | http://www.gops.lutomiersk.plgops@lutomiersk.pl | wsparcie dla osób i rodzin z problemami społecznymi |
| 17 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Gminie Pabianice | poradnictwo z zakresu pomocy społecznej | 95-200 Pabianiceul. Łaska 3/5 | 668 374 148 | Poniedziałek:8:00 -16:00wtorek – piątek: 7:15 - 15:15 | https://gops.pabianice.gmina.plgops@pabianice.gmina.pl | wsparcie dla osób i rodzin z problemami społecznymi  |
| 18 | Biuro CARITAS Archidiecezji Łódzkiej | wydawanie środków higieny osobistej, udzielanie pierwszej pomocy medycznej  | 90-507 Łódź, ul. Gdańska 111 | 42 639 95 8142 639 95 82 | Poniedziałek – Piątek8:30 -16:00 | http://www.caritas.lodz.plcaritas@toya.net.pl | osoby bezdomne  |
|  | ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ |
| 19 | **Ośrodek Profilaktyki i Integracji Społecznej** | Zwiększanie dostępności pomocy terapeutycznej i rehabilitacyjnej dla osób uzależnionych od alkoholu.Prowadzenie profilaktycznej działalności informacyjnej i edukacyjnej, w szczególności dla dzieci i młodzieży.Wspieranie przedsięwzięć mających na celu przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu i marginalizacji oraz na rzecz reintegracji społecznej i zawodowej osób uzależnionych i ich rodzin | 95-200 Pabianiceul. Partyzancka 31 |  42 227 71 29603213059 | Poniedziałek -12:00-20:00Wtorek- Piątek -8:00-16:00 | https://mcps.pabianice.pl kis@mcps.pabianice.pl | Osoby poszukujące pomocy |
| 20 | Konstantynowskie Centrum Pomocy Rodzinie w Konstantynowie Łódzkim  | Pomoc osobom z problemem alkoholowym | 95 – 050 Konstantynów Łódzkiul. Słowackiego 11 | **(42) 211 40 01** | Poniedziałek - Piątek9.00 - 19.00,  | Brak stronysekretariat@kcpr.konstantynow.pl | Mieszkańcy Konstantynowa Łódzkiego |
| 21 | Poradnia Leczenia Uzależnień **w Pabianicach** | uzależnienia od alkoholu i współuzależnienia/leczenia uzależnień | 95 -200 PabianiceJana Pawła II 68 | 42 225 38 7342 225 38 57 | Poniedziałek – 7:00-17:00Wtorek i Środa- 7:00-19:00Czwartek – 7:25-19:00Piątek – 7:00-15:00 |

|  |  |
| --- | --- |
|  http://www.pcmnzoz.plpcmnzoz@pcmnzoz.pl |  |

 | Osoby poszukujące pomocy |
| 22 | **Pomarańczowa Linia**Profilaktyczno-Rozwojowy Ośrodek Młodzieży i Dzieci PROM | Telefon Pomocy Rodzicom, których Dzieci Pijąprowadzenie działalności oświatowej w zakresie rozwijania, kształtowania i promowania zdrowego stylu życia wśród dzieci i młodzieży oraz działania profilaktyczno-korekcyjne w zakresie usuwania skutków powstawania niedostosowania społecznego głównie z powodu używania alkoholu i innych środków psychoaktywnych w rodzinach. | 90-252 Łódź, ul. Jaracza 40 | 801-14-00-68Bezpłatna infolinia42 630 03 73 | Poniedziałek-Piątek 14.00-20.00 | http://www.pomaranczowalinia.plpomoc@pomaranczowalinia.pl | Osoby poszukujące pomocy |
|  | PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ |
| 23 |

|  |
| --- |
| Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Pabianicach |

 | Koordynacja działań instytucji samorządowych i podmiotów oraz organizacji pozarządowych na terenie powiatu pabianickiego świadczących usługi dla osób i rodzin dotkniętych przemocą | 95-200 Pabianiceul. Traugutta 6A | 42 215 66 60 | Poniedziałek, Środa,  8.00-16.00, Wtorek 8.15-17.00, Czwartek 9.00-15.00Piątek 8.00-15.00 | http://pcpr-pabianice.plsekretariat@pcpr-pabianice.pl |

|  |
| --- |
|  każdy mieszkaniec powiatu pabianickiego  |

 |
| 24 | **Ośrodek Profilaktyki i Integracji Społecznej**Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie | Udzielanie rodzinom, w których występuje problem przemocy , pomocy prawnej i psychologicznej. | 95-200Pabianiceul. Partyzancka 31 | (42) 215 42 11 | Poniedziałek- Piątek8.00 - 19.00 | https://mcps.pabianice.pl wpiwr@mcps.pabinice.pl | Mieszkańcy Pabianic |
| 25 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej **w Dłutowie** | Specjalistyczna pomoc osobom doznającym przemocy w rodzinie | 95-081Dłutówul. Pabianicka 21 | 44 634-05-05607 965 683 |  pon-czw 8.00-16.00Pt 7.00-15.00 | Brak strony | Mieszkańcy Gminy Dłutów |
| 26 | Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie  | wsparcie - pomoc psychologiczna, - informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej  | Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa  | 800120002 | Całodobowo | www.niebieskalinia.pl niebieskalinia@niebieskalinia.info | dla osób doświadczających przemocy domowej  |
|  | INTERWENCJA KRYZYSOWA |
| 27 | Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowegow Pabianicach | monitorowanie bezpieczeństwa | 95-200Pabianiceul. Piłsudskiego 2 | 605 099 687 | Całodobowy dyżur | www.powiat.pabianice.plpglapa@powiat.pabianice.pl | każdy mieszkaniec powiatu pabianickiegoświadek zagrożenia kryzysowego lub osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego  |
| 28 | **Ośrodek Interwencji Kryzysowej** | psychologiczna pierwsza pomoc, czyli krótkoterminowa forma pomocy. Ośrodek udziela bezpłatnej pomocy psychologicznej osobom, które doznają przemocy, straciły pracę, utraciły bliską osobę, mają myśli samobójcze; możliwe konsultacje psychiatry i prawnika. Ośrodek świadczy także pomoc uczestnikom katastrof lub innych nagłych wydarzeń o charakterze traumatycznym; istnieje możliwość udziału w grupach wsparcia m. im. dla ofiar przemocy, osób po stracie partnera, dziecka, osoby bliskiej. | 92-320 Łódźul. Niciarniana 41 | 42 630 11 02800112800 | Całodobowo | www.chylinskilodz.plmczp@mczp-lodz.pl | Mieszkańcy województwa łódzkiego |
| 29 | Centralne Zarządzanie Kryzysowe  | monitorowanie bezpieczeństwa  | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Al. Ujazdowskie 500-583 Warszawa  | (+48 47) 7216900 785 700 177   | Całodobowy dyżur24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu | https://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/dyzurny@rcb.gov.pl | świadek zagrożenia kryzysowegoOsoba poszukująca informacji na tematzarządzania kryzysowego |
|  | DLA OSÓB BEZROBOTNYCH |
| 30 | Powiatowy Urząd Pracy w Pabianicach | pośrednictwo pracy, staże zawodowe, roboty publiczne, prace interwencyjne, przygotowanie zawodowe, prace społeczne użyteczne, bony zasiedleniowe, wspieranie osób z zaburzeniami psychicznymi w ich aktywizacji zawodowej  | 95-200Pabianiceul. Waryńskiego 11 | 42 22 54 200 Centrala | Pn.-Pt.  8:00-14.00 przyjęcia interesantów | https://pabianice.praca.gov.pllopa@praca.gov.pl | mogą korzystać: - zarejestrowani -poszukujący pracy - pracodawcy  |
| 31 | Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia  | udzielane są informacje o usługach urzędów pracy | 15-161 Białystokul. Trawiasta 206 | 19 524 (z Polski) + 48 22 19 524 (z zagranicy) Koszt zgodnie z taryfą  | Pn.- Pt.  8.00-18.00  | www.zielonalinia.gov.pl kontakt@zielonalinia.gov.pl  | mogą korzystać: - zarejestrowani -poszukujący pracy  |
|  | DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM |
| 32 | Ośrodek Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przestępstwem | wsparcie informacyjne, psychologiczne  | 95-200 Pabianiceul. Traugutta 2  | 533328194Infolinia całodobowa +48 222 309 900 | Poniedziałek9.00-14.00Piątek 15.00-20.00 | www.funduszsprawiedliwosci.gov.pl info@numersos.pl | osoby pokrzywdzone przestępstwem , świadkowie, osoby najbliższe  |
|  | PRAWO KONSUMENCKIE |
| 33 | Powiatowy Rzecznik Konsumentów  | zajmuje się między innymi udzielaniem bezpłatnego poradnictwa i informacji prawnej w zakresie ochrony konsumentów. Może on również wytaczać powództwa na rzecz konsumenta oraz wstępować za jego zgodą do toczącego się postępowania. Powiatowy Rzecznik Konsumentów działa wyłącznie w sprawach konsumenckich, czyli takich, które dotyczą zawierania i wykonywania umów cywilnoprawnych pomiędzy konsumentem a przedsiębiorcą. | 95-200 Pabianiceul. Piłsudskiego 2Budynek B II p. 45 | 42 225 40 30 | Poniedziałki, środy, czwartki 8:00 – 16:00Wtorki 8:00 – 17:00 | www.powiat.pabianice.plejablonska@powiat.pabianice.pl | mieszkaniec powiatu pabianickiego będący konsumentem  |
| 34 | Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów  | ochrona praw konsumenckich  | UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa  | 22 55 60 800 | Pn.- Pt. 8.15-16.15 | https://www.uokik.gov.pl/ porady@dlakonsumentow.pl  | z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania prawkonsumenta |
|  | PRAWA PACJENTA |
| 35 | Pabianickie Centrum Medyczne Sp. z o. o**Pełnomocnik ds.****Praw Pacjenta**,**Pani Agnieszka Trzask** | ochrona praw pacjenta | 95 -200 PabianiceJana Pawła II 68Budynek szpitalny ID, Sekretariat Zarządu | 512 186 549 pn-pt 8.00-15.00 |  Wtorek i Czwartek  11.00 – 12:00 | http://www.pcmnzoz.plppp@pcm-szpital.pl | z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania prawpacjenta |
| 36 | Narodowy Fundusz Zdrowia - Łódzki Oddział Wojewódzki w Łodzi  | uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta -leczenie w kraju i poza granicami -kolejki do świadczeń  | 90-032 Łódźul. Dr. Stefana Kopcińskiego 58, | 800 190 590Bezpłatna infolinia | Pon 8.00 -18.00Wt-Pt 8.00-16.00sala obsługi, ul. Targowa 35 | https://www.nfz-lodz.pl/kancelaria@nfz-lodz.plsekretariat@nfz-lodz.pl | każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem  |
| 37 | Rzecznik Praw Pacjenta  | ochrona praw pacjenta  | Biuro RPP ul. Płocka 11/13. 01-231 Warszawa (lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich)  | 800 190 590 prefix 2Bezpłatna infolinia  | Biuro czynne poniedziałek 9.00-18Wt-Pt 9.00-15.00 | https://rpp.gov.pl/kancelaria@rpp.gov.pl  | z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania prawpacjenta |
| 38 | Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych  | ochrona praw osób niepełnosprawnych  | SIEDZIBA ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa KORESPONDENCJA Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa (lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich)  | 538117590 | Pn.-Pt. 8.30-15.30 | http://www.niepelnosprawni.gov.pl sekretariat.bon@mrpips.gov.pl  | z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | PRAWA DZIECKA |
| 39 | Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania  | ochrona praw dziecka  | Biuro RPD Chocimska 600-791 Warszawa tel.: (22) 583 66 00 fax.: (22) 583 66 96 pn.-pt. godz.08.15-16.15 (lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich)  | 800 121 212 Bezpłatna infolinia  | Pn.- pt. 8.15-16.15 (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią)  | https://brpd.gov.pl rpd@brpd.gov.pl  | sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest  |
|  | PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH |
| 40 | ZUS Inspektorat w Pabianicach(podlega pod: [ZUS II Oddział w Łodzi](http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/oddzialy-inspektoraty-biura-terenowe/-/details/204)) | - składki- renty- emerytury- zasiłki- świadczenia przedemerytalne- świadczenia wypadkowe | 95-200Pabianice, ul. Kościuszki 31 | 22 560 16 00 | Godziny obsługi klientówPn. 8.00-17.00Wt. – Pt.8.00-15.00 | https://www.zus.pl/o-zus/kontakt/oddzialy-inspektoraty-biura-terenowe | adresaci porad- mieszkańcy powiatu pabianickiego- ubezpieczeni- płatnicy- lekarzeZasięg terytorialny:Miasto: Konstantynów Łódzki, PabianiceGminy: Dłutów, Dobroń, Ksawerów, Lutomiersk, Pabianice |
| 41 | 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.   | (22) 560 16 00Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. | Pn. – Pt.  7.00 – 18.00  | http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot- cot@zus.pl  | Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze  |
|  | PRAWO PRACY |
| 42 | Państwowa Inspekcja PracyOkręgowy Inspektorat Pracy w Łodzi | • kontrola legalności zatrudnienia, innej pracy zarobkowej, • kontrola przestrzegania przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy przy projektowaniu budowy, • kontrola legalności zatrudnienia cudzoziemców, • uczestnictwo w przejmowaniu do eksploatacji wybudowanych lub przebudowanych obiektów budowlanych albo ich części na zasadach ustalonych w przepisach prawa budowlanego, • kontrola wyrobów wprowadzanych do obrotu pod względem spełniania wymagań BHP, • kontrola przestrzegania przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy przy projektowaniu budowy, przebudowy i modernizacji zakładów pracy oraz stanowiących ich wyposażenie maszyn i innych urządzeń technicznych oraz technologii,• podejmowanie działań polegających na zapobieganiu i eliminowaniu zagrożeń w środowisku pracy, • wnoszenie powództwa, a za zgodą zainteresowanej osoby uczestniczenie w postępowaniu przed sądem pracy w sprawach o ustalenie istnienia stosunku pracy, • wydawanie i cofanie zezwoleń na wykonywanie pracy zarobkowej przez dzieci do lat 16, • udzielanie informacji o minimalnych warunkach zatrudnienia pracowników skierowanych do pracy na terytorium RP z państwa będącego członkiem Unii Europejskiej, • nadzór i kontrola przestrzegania przez pracodawców obowiązku wyposażania stanowisk pracy w maszyny i inne urządzenia techniczne oraz dostarczania pracownikom środków ochrony indywidualnej, które spełniają wymagania dotyczące oceny zgodności określone w odrębnych przepisach,• ściganie wykroczeń przeciwko prawom pracownika,• współdziałanie z organami ochrony środowiska w kontroli przestrzegania przez pracodawców przepisów o przeciwdziałaniu zagrożeniom dla środowiska. | 90-441 Łódźal. Kościuszki 123 | 42 636 23 13fax. 42 636 85 13 | Pn. – Pt. 8.00 – 16.00 | https://lodz.pip.gov.pl/pl/kancelaria@lodz.pip.gov.pl | każdaosoba potrzebująca pomocy w zakresie prawa pracy |
| 43 | Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)  | porady w zakresie prawa pracy  | Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa tel. 22 391 82 15 fax. 22 391 82 14 (lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich)  | 22 1113588 w godz. 9.00-15.00(dla obywateli Ukrainy zatrudnionychna terenie RP) Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora **Uwaga!!!** naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie  | Pn. – Pt. 8.00 – 16.00 | www.bip.pip.gov.pl, kancelaria@gip.pip.gov.pl  | z porad może skorzystać każda osoba potrzebująca pomocy w zakresie prawa pracy  |
|  | PRAWO PODATKOWE |
| 44 | Urząd Skarbowy w Pabianicach | informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza  | 95-200Pabianice ul. Zamkowa 26 | 22 460 59 94Centrala | Pn.8.00 - 18.00Wt. – Pt. 8.00 - 15.00 | https://www.lodzkie.kas.gov.pl/urzad-skarbowy-w-pabianicach us.pabianice@mf.gov.pl | z porad może skorzystać każdy mieszkaniec powiatu pabianickiego |
| 45 | Krajowa Informacja Skarbowa | informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza | 43-300Bielsko-Białaul. Teodora Sixta 17 | 801 055 055z tel. stacjonarnych(22) 330 03 30z tel. komórkowych+48 22 3300330 z zagranicy | Pn.- Pt. 8.00-18.00 | www.kis.gov.pl więcej: https://poradnikprzedsiebiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa  | z porad może skorzystać każdy podatnik  |
|  | DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO  |
| 46 | Rzecznik Finansowy(Ubezpieczonych) | prawa ubezpieczonych | Biuro Rzecznika Finansowegoul. Nowogrodzka 47A00-695 Warszawa | (22) 333 73 26(22) 333 73 27 | Pn.-Pt.9.00-16.00 | **Porady e-mail:** porady@rf.gov.pl (czas oczekiwania na odpowiedz e-mailową ok.2 tygodni) https://rf.gov.pl/kontakt biuro@rf.gov.pl  | osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń  |
|  | INNE  |
| 47 | Rzecznik Praw Obywatelskich  | ochrona praw obywatelskich  | Biuro RPO Al. Solidarności 77 00-090 Warszawa  | 800 676 676 Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych22 551 77 00  | Pn.9.00-17.00Wt.- Pt. 9.00-15.00 | https://www.rpo.gov.pl biurorzecznika@brpo.gov.pl  | może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone  |

**CZĘŚĆ II: NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA, NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE, MEDIACJE (wg art. 8a ust 1 pkt 2):**

Udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej, świadczenie nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego lub mediacji odbywa się według kolejności zgłoszeń,
po wcześniejszym umówieniu terminu wizyty. Z ważnych powodów dopuszcza się ustalenie innej kolejności udzielania nieodpłatnej pomocy prawnej, świadczenia nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego lub mediacji.

**Kobiecie, która jest w ciąży, udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej, świadczenie nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego lub mediacji odbywa się poza kolejnością.**

**ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu: (42) 225-40-80 opcjonalnie: e-mailem: npp@powiat.pabianice.pl lub na stronie: zapisy-np.ms.gov.pl**

Osobom ze znaczną niepełnosprawnością ruchową, które nie mogą się stawić w punkcie osobiście, oraz osobom doświadczającym trudności
w komunikowaniu się, może być udzielana nieodpłatna pomoc prawna, świadczone nieodpłatne poradnictwo obywatelskie, także poza punktem albo
za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość. Bliższe informacje pod numerem podanym do zapisów.

**Z porad może skorzystać każda osoba, której nie stać na odpłatną pomoc prawną, nieodpłatne poradnictwo obywatelskie lub mediację i która złoży stosowne oświadczenie.**

**NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA, MEDIACJE**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Jednostka prowadząca | Adres | Dni i godziny dyżurów | Specjalizacja(o ile określono) | Lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich | Telefon | www |
| Radcy prawni |
| 1. | Michał Czerw | Starostwo Powiatowe w Pabianicach ul. Partyzancka 56 pok. 15 | poniedziałek, wtorek, co druga środa 8.00 – 12.00z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy |  | Tak | **42 225 40 80** - w godzinach pracy Starostwa Powiatowego w Pabianicach Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00-16.00, Wtorek 8.00-17.00, Piątek 8.00-15.00 | [http://www.powiat.pabianice.pl](http://www.powiat.pabianice.pl/) |
| Maria Wieczorek | Starostwo Powiatowe w Pabianicach ul. Partyzancka 56 pok. 15 | co druga środa, czwartek, piątek, 8.00 – 12.00z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy |  | **42 225 40 80** - w godzinach pracy Starostwa Powiatowego w Pabianicach Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00-16.00, Wtorek 8.00-17.00, Piątek 8.00-15.00 | [http://www.powiat.pabianice.pl](http://www.powiat.pabianice.pl/) |
| Adwokaci |  |
| 2. | Marcelina Tomalczyk -Derek | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Konstantynowie Łódzkim, ul. Sucharskiego 1/3 |  co druga środa 11.00-15.00z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy |    | Tak | **42 225 40 80** - w godzinach pracy Starostwa Powiatowego w Pabianicach Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00 - 16.00, Wtorek 8.00 - 17.00, Piątek 8.00 - 15.00 | [http://www.powiat.pabianice.pl](http://www.powiat.pabianice.pl/) |
| Konstantynowskie Centrum Pomocy Rodzinie w Konstantynowie Łódzkim ul. Słowackiego 11 | poniedziałek 10.00-14.00 wtorek 15.00-19.00, z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy | Tak | **42 225 40 80** - w godzinach pracy Starostwa Powiatowego w Pabianicach Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00 - 16.00, Wtorek 8.00 - 17.00, Piątek 8.00 - 15.00 | [http://www.powiat.pabianice.pl](http://www.powiat.pabianice.pl/) |
| Kamila Majchrzak | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Konstantynowie Łódzkim, ul. Sucharskiego 1/3 | co druga środa, czwartek 11.00 – 15.00z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy |  | Tak | **42 225 40 80** - w godzinach pracy Starostwa Powiatowego w Pabianicach Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00 - 16.00, Wtorek 8.00 - 17.00, Piątek 8.00 - 15.00 | [http://www.powiat.pabianice.pl](http://www.powiat.pabianice.pl/) |
|  |  | Konstantynowskie Centrum Pomocy Rodzinie w Konstantynowie Łódzkim ul. Słowackiego 11 | piątek 10.00-14.00z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy | Mediacja | Tak | **42 225 40 80** - w godzinach pracy Starostwa Powiatowego w Pabianicach Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00 - 16.00, Wtorek 8.00 - 17.00, Piątek 8.00 - 15.00 | [http://www.powiat.pabianice.pl](http://www.powiat.pabianice.pl/) |
| Radcy prawni/Adwokaci |
| 3. | Fundacja „Młodzi Ludziom” | Dom Kultury w Dłutowie ul. Polna 3 |  piątek 11.00 – 15.00z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy |  | Tak | **42 225 40 80** - w godzinach pracy Starostwa Powiatowego w Pabianicach Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00 - 16.00, Wtorek 8.00 - 17.00, Piątek 8.00-15.00 | [http://www.powiat.pabianice.pl](http://www.powiat.pabianice.pl/) |
| Gminny Dom Kultury z Biblioteką w Ksawerowie, ul. Jana Pawła II 1 | środa 13.00-17.00z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy |  | Tak | **42 225 40 80** - w godzinach pracy Starostwa Powiatowego w Pabianicach Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00 - 16.00, Wtorek 8.00 - 17.00, Piątek 8.00 - 15.00 | [http://www.powiat.pabianice.pl](http://www.powiat.pabianice.pl/) |
| Starostwo Powiatowe w Pabianicach ul. Partyzancka 56 pok. 15  | poniedziałek 12.00 –16.00z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy |  | Tak | **42 225 40 80** - w godzinach pracy Starostwa Powiatowego w Pabianicach Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00 - 16.00, Wtorek 8.00 - 17.00, Piątek 8.00 - 15.00 | [http://www.powiat.pabianice.pl](http://www.powiat.pabianice.pl/) |
| Starostwo Powiatowe w Pabianicach ul. Partyzancka 56, pok. 14 | wtorek, czwartek 8.00-12.00z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy | Mediacja | Tak | **42 225 40 80** - w godzinach pracy Starostwa Powiatowego w Pabianicach Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00 - 16.00, Wtorek 8.00 - 17.00, Piątek 8.00 - 15.00 | [http://www.powiat.pabianice.pl](http://www.powiat.pabianice.pl/) |

**NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE, MEDIACJE**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Jednostka prowadząca | Adres | Dni i godziny dyżurów | Specjalizacja(o ile określono) | Lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich | Telefon | www |
| 4. | Fundacja „Młodzi Ludziom” | Urząd Gminy w Dobroniu ul. 11 Listopada 9 | poniedziałek13.00 – 17.00z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy |  | Tak | **42 225 40 80** - w godzinach pracy Starostwa Powiatowego w Pabianicach Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00 - 16.00, Wtorek 8.00 - 17.00, Piątek 8.00 - 15.00 | [http://www.powiat.pabianice.pl](http://www.powiat.pabianice.pl/) |
| Starostwo Powiatowe w Pabianicach ul. Partyzancka 56 pok. 15 | wtorek 13.00 - 17.00 środa, czwartek i piątek 12.00 - 16.00 z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy |  |  Tak | **42 225 40 80** - w godzinach pracy Starostwa Powiatowego w Pabianicach Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00 - 16.00, Wtorek 8.00 - 17.00, Piątek 8.00 - 15.00 | [http://www.powiat.pabianice.pl](http://www.powiat.pabianice.pl/) |
| 5. | Fundacja „Młodzi Ludziom” | Gminny Ośrodek Kultury w Lutomiersku Plac Jana Pawła II 13  | poniedziałek 11.00 – 15.00środa 12.00 - 16.00z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy |  | Tak | **42 225 40 80** - w godzinach pracy Starostwa Powiatowego w Pabianicach Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00 - 16.00, Wtorek 8.00 - 17.00, Piątek 8.00 - 15.00 | [http://www.powiat.pabianice.pl](http://www.powiat.pabianice.pl/) |
| Starostwo Powiatowe w Pabianicach ul. Partyzancka 56 pok.14 | wtorek 13.00 - 17.00czwartek 12.00 - 16.00 piątek 11.00 – 15.00z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy | Mediacja | Tak | **42 225 40 80** - w godzinach pracy Starostwa Powiatowego w Pabianicach Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00 - 16.00, Wtorek 8.00 - 17.00, Piątek 8.00 - 15.00 | [http://www.powiat.pabianice.pl](http://www.powiat.pabianice.pl/) |