**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 Pabianice  ul. Traugutta 6A | 42 215 66 60 | Poniedziałek, Środa, 8.00-16.00,  Wtorek  8.00-17.00, Czwartek 9.00-15.00  Piątek 8.00-15.00 | http://pcpr-pabianice.pl  sekretariat@pcpr-pabianice.pl | |  | | --- | | każdy mieszkaniec powiatu pabianickiego | |
| 2 | Parafia NMP Różańcowej | poradnictwo rodzinne | 95-200 Pabianice  ul. 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.pl  [pabianice@misjonarze.pl](mailto:pabianice@misjonarze.pl) | parafianie |
|  | PSYCHOLOGICZNE | | | | | | |
| 3 | |  | | --- | | Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Pabianicach | | |  | | --- | | wspomaganie prawidłowego rozwoju psychofizycznego dzieci i młodzieży | | 95 -200 Pabianice  ul. Bracka 10/12 | 42 239 77 88 | Poniedziałek - Czwartek  8.00-18.00,  Piątek 8.00-15.00 | http://ppp-pabianice.webd.pl  [poradniapp@o2.pl](mailto:poradniapp@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 Łódzki  ul. Jana Pawła II 44 | [42 211 12 48](tel:422111248) | Poniedziałek, Środa, Czwartek  8.00-16.00,  Wtorek 8.00-17.00  Piątek 8.00-15.00 | www.pppkonstynow.pl  sekretariat@pppkonstantynow.pl | mieszkańcy powiatu pabianickiego : gmina Konstantynów Łódzki |
| 5 | |  | | --- | | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie | | Poradnictwo psychologiczne | 95 – 200 Pabianice  ul. Traugutta 6A | 42 215 66 60  wew. 4 | Poniedziałek, Środa, Czwartek, 8.00-16.00,  Wtorek  8.00-17.00,  Piątek 8.00-15.00 | http://pcpr-pabianice.pl  sekretariat@pcpr-pabianice.pl | |  | | --- | | każdy mieszkaniec powiatu pabianickiego | |
| 6 | |  | | --- | | Poradnia Zdrowia Psychicznego | | |  | | --- | | leczenie zaburzeń psychicznych, nerwic | | 95 -200 Pabianice  Jana Pawła II 68 | 42 225 38 73 | Pn. – Czw. 8.00-20.00  Pt 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 Pabianice  ul. Bracka 10/12 | 42 239 77 88 | Poniedziałek -Czwartek  8.00-18.00,  Piątek 8.00-15.00 | http://ppp-pabianice.webd.pl  [poradniapp@o2.pl](mailto:poradniapp@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 Łódzki  ul. Jana Pawła II 44 | [42 211 12 48](tel:422111248) | Poniedziałek, Wtorek, Czwartek  8.00-18.00,  Środa 8.00-16.00  Piątek 8.00-15.00 | www.pppkonstynow.pl  sekretariat@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 Pabianice  ul. 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.pl  sekretariat@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/Gdańska+7,+Pabianice/@51.6664874,19.3592797,17z/data=!3m1!4b1!4m5!3m4!1s0x471a3643f6b9ef8f:0x7acc1d6d633b7f13!8m2!3d51.6664874!4d19.3614737) | [42 215-89-35](tel:0048422158935) [42 215-88-94](tel:0048422158894) | Poniedziałek- Piątek  8.00-16.00, | http://mcps.pabianice.pl  [sekretariat](mailto:sekretariat.mcps@interia.pl)@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 Dłutów  ul. Pabianicka 21 | 44 634 05 05 | Pn. – Czw  8.00-16.00 Pt. 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 | 95-082  Dobroń  ul. 11 Listopada 9 | 43 677 26 83  43 677 21 30 43 675 57 79 43 677 21 44 | Poniedziałek  8:00 – 16:00 wtorek-piątek 7:30-15:30 | http://gops.dobron.ug.gov.pl  [gops@dobron.ug.gov.pl](mailto:gops@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 Łódzki  ul. Słowackiego 11 | 42 211 19 67 | Poniedziałek, Środa, Czwartek  8.00 – 16.00,  Wtorek  9.00 – 17.00,  Piątek  7.00 – 15.00 | https://mopskonstantnow.pl  [sekretariat@mopskonstantynow.pl](mailto:sekretariat@mopskonstantynow.pl) | wsparcie dla osób i rodzin z problemami społecznymi |
| 15 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Ksawerowie | poradnictwo z zakresu pomocy społecznej | 95-054 Ksawerów  ul. Kościuszki 3h | 42 213 89 83 | Poniedziałek  7.30-17.00  Wtorek, Środa, Czwartek,  7.30-15.30,  Piątek 7.30-14.00 | https://ksawerow.naszops.pl  gops@ksawerow.com | wsparcie dla osób i rodzin z problemami społecznymi |
| 16 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Lutomiersku | poradnictwo z zakresu pomocy społecznej | 95-083 Lutomiersk  Pl. 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.pl  gops@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  Pabianice  ul. Łaska 3/5 | 668 374 148 | Poniedziałek:  8:00 -16:00  wtorek – piątek: 7:15 - 15:15 | https://gops.pabianice.gmina.pl  gops@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 81  42 639 95 82 | Poniedziałek  – Piątek  8:30 -16:00 | http://www.caritas.lodz.pl  caritas@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  Pabianice  ul. Partyzancka 31 | 42 227 71 29  603213059 | Poniedziałek -12:00-20:00  Wtorek- 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 Łódzki  ul. Słowackiego 11 | **(42) 211 40 01** | Poniedziałek  - Piątek  9.00 - 19.00, | Brak strony  [sekretariat@kcpr.konstantynow.pl](mailto:sekretariat@kcpr.konstantynow.pl) | Mieszkańcy Konstantynowa Łódzkiego |
| 21 | Poradnia Leczenia Uzależnień  **w Pabianicach** | uzależnienia od alkoholu i współuzależnienia/leczenia uzależnień | 95 -200 Pabianice  Jana Pawła II 68 | 42 225 38 73  42 225 38 57 | Poniedziałek – 7:00-17:00  Wtorek i Środa- 7:00-19:00  Czwartek – 7:25-19:00  Piątek – 7:00-15:00 | |  |  | | --- | --- | | http://www.pcmnzoz.pl  pcmnzoz@pcmnzoz.pl |  | | Osoby poszukujące pomocy |
| 22 | **Pomarańczowa Linia**  Profilaktyczno-Rozwojowy Ośrodek Młodzieży i Dzieci PROM | Telefon Pomocy Rodzicom, których Dzieci Piją  prowadzenie 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 | 801-14-00-68  Bezpłatna infolinia  42 630 03 73 | Poniedziałek-Piątek  14.00-20.00 | http://www.pomaranczowalinia.pl  [pomoc@pomaranczowalinia.pl](mailto:pomoc@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 Pabianice  ul. Traugutta 6A | 42 215 66 60 | Poniedziałek, Środa,  8.00-16.00,  Wtorek 8.15-17.00,  Czwartek 9.00-15.00  Piątek 8.00-15.00 | http://pcpr-pabianice.pl  sekretariat@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. | 95-200  Pabianice  ul. Partyzancka 31 | [(42) 215 42 11](tel:0048422154211) | Poniedziałek  - Piątek  8.00 - 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 | 95-081  Dłutów  ul. Pabianicka 21 | 44 634-05-05  607 965 683 | pon-czw 8.00-16.00  Pt 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 Kryzysowego  w Pabianicach | monitorowanie bezpieczeństwa | 95-200  Pabianice  ul. Piłsudskiego 2 | 605 099 687 | Całodobowy dyżur | www.powiat.pabianice.pl  pglapa@powiat.pabianice.pl | każdy mieszkaniec powiatu pabianickiego  świadek 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 Łódź  ul. Niciarniana 41 | 42 630 11 02  800112800 | Całodobowo | www.chylinskilodz.pl  mczp@mczp-lodz.pl | Mieszkańcy województwa łódzkiego |
| 29 | Centralne Zarządzanie Kryzysowe | monitorowanie bezpieczeństwa | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa  Al. Ujazdowskie 5  00-583 Warszawa | (+48 47) 7216900  785 700 177 | Całodobowy dyżur  24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu | https://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/  dyzurny@rcb.gov.pl | świadek zagrożenia kryzysowego  Osoba poszukująca informacji na temat  zarządzania 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 | 95-200  Pabianice  ul. Waryńskiego 11 | 42 22 54 200 Centrala | Pn.-Pt.  8:00-14.00  przyjęcia  interesantów | https://pabianice.praca.gov.pl  [lopa@praca.gov.pl](mailto:lopa@praca.gov.pl) | mogą korzystać:  - zarejestrowani  -poszukujący pracy  - pracodawcy |
| 31 | Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia | udzielane są  informacje o usługach urzędów pracy | 15-161  Białystok  ul. 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 Pabianice  ul. Traugutta 2 | 533328194  Infolinia całodobowa +48 222 309 900 | Poniedziałek  9.00-14.00  Piątek 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 Pabianice  ul. Piłsudskiego 2  Budynek B II  p. 45 | 42 225 40 30 | Poniedziałki, środy, czwartki 8:00 – 16:00 Wtorki  8:00 – 17:00 | www.powiat.pabianice.pl  ejablonska@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 praw  konsumenta |
|  | PRAWA PACJENTA | | | | | | |
| 35 | Pabianickie Centrum Medyczne Sp. z o. o  **Pełnomocnik ds.**  **Praw Pacjenta**,  **Pani Agnieszka  Trzask** | ochrona praw pacjenta | 95 -200 Pabianice  Jana Pawła II 68  Budynek szpitalny ID, Sekretariat Zarządu | 512 186 549  pn-pt 8.00-15.00 | Wtorek i Czwartek  11.00 – 12:00 | http://www.pcmnzoz.pl  ppp@pcm-szpital.pl | z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw  pacjenta |
| 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 Łódź  ul. Dr. Stefana Kopcińskiego 58, | 800 190 590  Bezpłatna infolinia | Pon 8.00 -18.00  Wt-Pt 8.00-16.00  sala obsługi, ul. Targowa 35 | https://www.nfz-lodz.pl/  [kancelaria@nfz-lodz.pl](mailto:kancelaria@nfz-lodz.pl)  [sekretariat@nfz-lodz.pl](mailto:sekretariat@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 2  Bezpłatna infolinia | Biuro czynne poniedziałek 9.00-18  Wt-Pt 9.00-15.00 | https://rpp.gov.pl/  kancelaria@rpp.gov.pl | z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw  pacjenta |
| 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 6  00-791 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 | 95-200  Pabianice,  ul. Kościuszki 31 | 22 560 16 00 | Godziny obsługi klientów  Pn.  8.00-17.00  Wt. – Pt.  8.00-15.00 | https://www.zus.pl/o-zus/kontakt/oddzialy-inspektoraty-biura-terenowe | adresaci porad- mieszkańcy powiatu pabianickiego  - ubezpieczeni  - płatnicy  - lekarze  Zasięg terytorialny:  Miasto: Konstantynów Łódzki, Pabianice  Gminy: 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 00  Koszt 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 Pracy Okręgowy 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 Łódź  al. Kościuszki 123 | 42 636 23 13 fax. 42 636 85 13 | Pn. – Pt.  8.00 – 16.00 | https://lodz.pip.gov.pl/pl/  [kancelaria@lodz.pip.gov.pl](mailto:kancelaria@lodz.pip.gov.pl) | każda  osoba 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 zatrudnionych na 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 | 95-200  Pabianice ul. Zamkowa 26 | 22 460 59 94  Centrala | Pn.  8.00 - 18.00  Wt. – Pt.  8.00 - 15.00 | https://www.lodzkie.kas.gov.pl/urzad-skarbowy-w-pabianicach  [us.pabianice@mf.gov.pl](mailto: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 | 43-300  Bielsko-Biała  ul. Teodora Sixta 17 | 801 055 055  z tel. stacjonarnych  (22) 330 03 30  z 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 Finansowego  ul. Nowogrodzka 47A  00-695 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 komórkowych  22 551 77 00 | Pn.  9.00-17.00  Wt.- 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 – 12.00  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/) |
| Maria Wieczorek | Starostwo Powiatowe w Pabianicach ul. Partyzancka 56 pok. 15 | co druga środa, czwartek, piątek, 8.00 – 12.00  z 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 11.00-15.00  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/) |
| 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 – 15.00  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/) |
|  |  | Konstantynowskie Centrum Pomocy Rodzinie w Konstantynowie Łódzkim  ul. Słowackiego 11 | piątek 10.00-14.00  z 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 – 15.00  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/) |
| Gminny Dom Kultury z Biblioteką  w Ksawerowie, ul. Jana Pawła II 1 | środa 13.00-17.00  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/) |
| Starostwo Powiatowe w Pabianicach ul. Partyzancka 56 pok. 15 | poniedziałek 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/) |
| Starostwo Powiatowe  w Pabianicach  ul. Partyzancka 56, pok. 14 | wtorek, czwartek 8.00-12.00  z 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 | poniedziałek  13.00 – 17.00  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/) |
| 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 – 15.00  środa 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/) |
| Starostwo Powiatowe  w Pabianicach  ul. Partyzancka 56 pok.14 | wtorek 13.00 - 17.00  czwartek 12.00 - 16.00  piątek 11.00 – 15.00  z 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/) |