**Lista jednostek nieodpłatnego poradnictwa dostępnego dla mieszkańców Powiatu Ostrowskiego.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Miasto Ostrów Wielkopolski** | |
| **Lp.** | **Miejsce, termin oraz godziny urzędowania** |
| 1. | Urząd Miejski al. Powstańców Wielkopolskich 18, 63-400 Ostrów Wielkopolski - każdy drugi czwartek miesiąca godz. 12:00-16:00.  Porady w zakresie prawa cywilnego, prawa pracy, prawa administracyjnego, prawa rodzinnego i opiekuńczego. |
| 2. | Stowarzyszenie „Trzeźwość” - Prowadzenie Punktu informacyjno-konsultacyjnego dla osób z problemem alkoholowym i przemocy w rodzinie, ul. Wrocławska 18, 63-400 Ostrów Wielkopolski Tel. 694-408-296   * Konsultant ds. uzależnień i przemocy - poniedziałek 9:45-13:00, * Instruktor ds. uzależnień i rodziny - pierwsza środa miesiąca od 12:00-15:00 |
| 3. | Fundacja „Wsparcie” - Punkt informacyjno-konsultacyjny dla osób z problemem alkoholowym i przemocy w rodzinie, ul. Klasztorna 11c/10, 63-400 Ostrów Wlkp., Tel. 65-927-444, [krysik2203@wp.pl](mailto:krysik2203@wp.pl)   * Konsultant i prawnik   - poniedziałek 9:00-11:00  - wtorek 16:00-18:00  - wtorek 15:00-16:00 Prawnik pierwszy i ostatni wtorek miesiąca |
| 4. | Caritas Diecezji Kaliskiej - „Prowadzenie punktu informacyjno-konsultacyjnego dla osób z problemem narkotykowym i innymi uzależnieniami z całodobowym Telefonem Zaufania” ul. Ledóchowskiego 8, 63-400 Ostrów Wielkopolski, Tel. 663-322-797. Punkt czynny jest w poniedziałki i środy od 13:00-18:00, telefon zaufania czynny całą dobę 663-322-797. |
| 5. | Caritas Diecezji Kaliskiej - prowadzenie „Miejskiego punktu pomocy doraźnej dla osób uzależnionych i dotkniętych przemocą” ul. Ledóchowskiego 8, 63-400 Ostrów Wielkopolski Tel. 603-810-180. |
| 6. | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Limanowskiego 17, 63-400 Ostrów Wlkp.   * Poradnictwo prawne: czwartek od 11:00-12:00, zapisy pod nr telefonu 62 592-11-22, bądź osobiście na pok. 25 lub 24,26, * Poradnictwo z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie   Zespół Interdyscyplinarny nr pokoju 25 - I piętro, godziny przyjęć: poniedziałek-piątek 7:00 do 15:00  Nr telefonu 62 592-11-22 wew. 225. |
| **Gmina Przygodzice** | |
| 7. | Pomoc prawna: godziny dyżurów poniedziałek 13:00-17:00, wtorek 8:00-12:00, środa 13:00-17:00, czwartek 7:00-11:00, piątek 7:00-11:00 - Chata Regionalna ul. PTR (dla osób poniżej 26 roku życia i powyżej 65 roku życia). |
| 8. | Gminny Ośrodek Pomocy Społeczne w Przygodzicach ul. Wrocławska 50, Tel. 062 592-59-80- praca socjalna, 062 592-59-84-5 również praca socjalna i asystenci rodzin, 062 592-59-82-3 świadczenia rodzinne, 062 5925987 Kierownik GOPS (poniedziałek 8:00-16:00, wtorek-piątek 7:00-15:00). |
| 9. | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych przy Urzędzie Gminy w Przygodzicach ul. Plac Powstańców Wlkp. 2 (posiedzenia raz w miesiącu, rozmowy motywacyjne raz w miesiącu, wnioski przyjmuje Przewodniczący GKRPA w Urzędzie Gminy w Przygodzicach pokój nr 6 tel. 062 7374112 |
| 10. | Terapeuta Uzależnień w punkcie terapeutycznym wtorki 14:00-17:00 Chata Regionalna informacja poprzez przewodniczącego GKRPA Tel. 062 7374112. |
| 11. | Zespół interdyscyplinarny w Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Przygodzicach ul. Wrocławska 50 pokój na piętrze Tel. 062 5925987 (przeciwdziałanie przemocy, Niebieska karta). |
| **Gmina i Miasto Nowe Skalmierzyce** | |
| 12. | Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowych Skalmierzycach Poradnictwo psychologiczne - Salka Miejsko-Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Nowych Skalmierzycach przy Ośrodku Zdrowia ul. Podkocka 3, [www.mgopsnoweskalmierzyce.naszops.pl](http://www.mgopsnoweskalmierzyce.naszops.pl) - I czwartek miesiąca od 9:30-15:30 dotyczy Klientów Miejsko Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej |
| 13. | Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowych Skalmierzycach Telefon zaufania 534-990-440 - ul. Podkocka 4a, Tel. 62 580-40-20 [www.mgopsnoweskalmierzyce.naszops.pl/n,startuje-telefon-zaufania-dla-dzieci-i-młodziezy](http://www.mgopsnoweskalmierzyce.naszops.pl/n,startuje-telefon-zaufania-dla-dzieci-i-młodziezy) III czwartek miesiąca od 15:30 do 18:00 dotyczy dzieci i młodzieży, ofiary, świadkowie przemocy, osoby znajdujące się w sytuacji kryzysowej. |
| 14. | Punkt konsultacyjny dotyczący problemów alkoholowych innych uzależnień prowadzony przez Gminę i Miasto Nowe Skalmierzyce   * Świetlica środowiskowa ul. 3 maja 20 tel. 762-01-82 Poniedziałek od 15:00-19:00 * Niepubliczny Zakład Opieki zdrowotnej ul. Podkocka 3 Skalmierzyce czwartek od 14:00 do 18:00.   Dotyczy wszystkich osób potrzebujących pomocy. |
| 15. | Punkt konsultacyjny do spraw przeciwdziałania przemocy prowadzony przez Gminę i Miasto Nowe Skalmierzyce - Świetlica środowiskowa ul. 3 maja 20 tel. 762-01-82 - Środa od 16:00 do 19:00 dotyczy wszystkich osób potrzebujących pomocy |
| **Gmina i Miasto Odolanów** | |
| 16. | Punkt konsultacyjny przy Gminnej Komisji Rozwiązywania problemów alkoholowych w Odolanowie ul. Gimnazjalna 8c 63-430 Odolanów, wtorek od 15:30-18:30 dotyczy rodzin z problemem alkoholowym oraz osób nadużywających alkoholu, pijące szkodliwie, uzależnione oraz rodzin z problemem przemocy. |
| **Gmina i Miasto Raszków** | |
| 17. | Punkt konsultacyjny dla osób uzależnionych i ich rodzin.  Punkt konsultacyjny czynny jest dwa razy w tygodniu: w poniedziałek od godz. 17:00 do 20:00 oraz w środę w godz.8:00-13:00.Telefon 62 734 35 97  Adres: Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Raszków - Przybysławice 42, 63-440 Raszków. |
| 18. | Porady Psychologiczne dla osób: doświadczających kryzysu i osobistych problemów emocjonalnych (choroba, żałoba, rozwód itp.), doświadczających przemocy w rodzinie (psychologicznej, fizycznej, ekonomicznej, itp.), doświadczających problemów w funkcjonowaniu z powodu choroby psychicznej lub upośledzenia, mających trudności w realizacji funkcji wychowawczo-opiekuńczej, nadużywających alkoholu i innych środków psychoaktywnych(narkotyki, dopalacze, itp.), uzależnionych od zachowań (hazard, gry komputerowe, itp.), członków rodzin dotkniętych problemem uzależnienia, dla osób opuszczających Zakład Karny, mające trudności w funkcjonowaniu oraz dla dzieci sprawiających problemy wychowawcze i ich rodziców.  Psycholog przyjmuje w każdy wtorek w godzinach 9:00-14:00, telefon 62 734 3597. Adres Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Raszków - Przybysławice 42, 63-440 Raszków. |
| **Urząd Gminy Sieroszewice** | |
| 19. | Punkt konsultacyjny przy Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych z siedzibą: Urząd Gminy Sieroszewice ul. Ostrowska 65, 63-405 Sieroszewice Tel. 062 6396076, 062 6396089, e-mail: [sieroszewice@sieroszewice.pl](mailto:sieroszewice@sieroszewice.pl), [www.sieroszewice.pl](http://www.sieroszewice.pl) Dyżur w każdy poniedziałek od godz. 9:00 do godz. 12:00 - nieodpłatne porady z dziedziny rozwiązywania problemów alkoholowych. |
| 20. | Punkt konsultacyjny przy Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej z siedzibą Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sieroszewicach, ul. Ostrowska 93, 63-405 Sieroszewice, Tel. 62 7396362, e-mail: gopssieroszewice@osw.pl Dyżur w każdy wtorek od godziny 14:00 do godz. 19:00 - nieodpłatne porady dla ofiar przemocy i osób w kryzysie. |
| **Urząd Gminy Sośnie** | |
| 21. | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Sośniach, ul. Wielkopolska 41, 63-435 Sośnie, Tel. 62/730-78-08 (od poniedziałku do piątku w godz. 7:30- 15:30). |
| 22. | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sośniach, ul. Wielkopolska 41, 63-435 Sośnie, Tel. 62/730-78-8 (od poniedziałku do piątku w godz. 7:30-15:30) |
| 23. | Poradnictwo psychologiczne przy GOPS w Sośniach, ul. Wielkopolska 41, 63-435 Sośnie, Tel. 62/730-78-08 (pierwszy i trzeci poniedziałek miesiąca, pierwszy poniedziałek miesiąca w godz. 11:00 do 14:00, trzeci poniedziałek miesiąca 15:00 - 18:00). |
| 24. | Terapeuta uzależnień przy GOPS w Sośniach, ul. Wielkopolska 41, 63-435 Sośnie, Tel. 62/730-78-08 (pierwszy i trzeci wtorek miesiąca, pierwszy wtorek miesiąca w godz. 14:00 do 18:00, trzeci wtorek w godz. 14:00 do 18:00). |
| 25. | Zespół Interdyscyplinarny przy GOPS w Sośniach, ul. Wielkopolska 41, 63-435 Sośnie Tel. 62/730-78-08 (od poniedziałku do piątku w godz. 7:30-15:30). |
| 26. | Poradnictwo prawne przy Urzędzie Gminy w Sośniach, ul. Wielkopolska 47, 63-435 Sośnie Tel. 62/7393910 (wtorki i czwartki w godz. 8:00 - 10:00). |
| 27. | Grupa Wsparcia „Moja Wola” - Sala Wiejska w Sośniach, ul. Wielkopolska 39 (wejście boczne) w każdy piątek w godz. 18:00 do 20:00. |
| 28. | Całodobowy telefon zaufania dla osób uzależnionych i ich rodzin Tel. 728-988-514 |
| 29. | Posterunek Policji w Sośniach, ul. Wielkopolska 47, 63-435 Sośnie, Tel. 62/7393910 (przyjmowanie interesantów przez kierownika PP w Sośniach w każdy poniedziałek w godz. 10:00-14:00). |
| **Urząd Gminy Ostrów Wielkopolski** | |
| 30. | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Ostrowie Wielkopolskim, al. Powstańców Wielkopolskich 12, 63-400 Ostrów Wielkopolski Tel. 062 734 62 05 (od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30-15:30). |
| 31. | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Ostrowie Wielkopolskim, Rynek 36, 63-400 Ostrów Wielkopolski Tel. 62 736 28 46 (od poniedziałku w godz. 7:30-16:00, wtorek, środa, czwartek 7:30-15:30, piątek 7:30-15:00) |
| 32. | Zespół Interdyscyplinarny przy GOPS w Ostrowie Wielkopolskim, ul. Rynek 36, Tel. 62 736 28 46 (od poniedziałku w godz. 7:30-16:00, wtorek, środa, czwartek 7:30-15:30, piątek 7:30-15:00) |
| 33. | Posterunek Policji w Ostrowie Wielkopolskim, ul. Odolanowska 19, 63-400 Ostrów Wielkopolski, Tel. 62 737 73 50 (od poniedziałku do piątku w godz. 7:00-15:00) |

**PONADTO**

**Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumenta**

### **Kontakt do Urzędu**

**Centrala:**   
tel. +48 22 55 60 800; e-mail [uokik@uokik.gov.pl](mailto:uokik@uokik.gov.pl)  
Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów  
plac Powstańców Warszawy 1  
00-950 Warszawa

Godziny pracy Urzędu: 8:15 - 16:15

**Powiatowy Rzecznik Praw Konsumenta**

Starostwo Powiatowe

w Ostrowie Wielkopolskim

Al. Powstańców Wielkopolskich 16

63-400 Ostrów Wielkopolski

Tel. 062 73 78 488 lub 062 73 78 429

**Rzecznik Praw Obywatelskich**

Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich

aleja "Solidarności" 77, 00-090 Warszawa

t[elefon](https://www.google.com/search?client=firefox-b&q=biuro+rzecznika+praw+obywatelskich+telefon&ludocid=15606953901795550124&sa=X&ved=2ahUKEwjG2pCv9d3fAhXV6eAKHXL9CQ8Q6BMwEnoECAsQDQ): 22 551 77 00

[biurorzecznika@brpo.gov.pl](mailto:biurorzecznika@brpo.gov.pl)

**Rzecznik Praw Dziecka**

Rzecznik Praw Dziecka   
ul. Przemysłowa 30/32   
00-450 Warszawa   
telefon: (22) 583 66 00   
fax: (22) 583 66 96

Biuro jest czynne od poniedziałku do piątku w godzinach 08.15 - 16.15.

Adres poczty elektronicznej:   
[rpd@brpd.gov.pl](mailto:rpd@brpd.gov.pl)

Przyjęcia interesantów:   
od poniedziałku do piątku w godzinach 8.15-16.15   
telefon: (22) 583 66 00, 800 12 12 12   
(zachęcamy do wcześniejszego umówienia wizyty)

**Zakład Ubezpieczeń Społecznych**

**Telefon 22 560 16 00**

**Konsultanci:**

dostępni w dni robocze pon. - pt.: godz. 7.00 - 18.00

# Centrum Obsługi Telefonicznej 22 560 16 00

## Oddział ZUS Ostrów Wielkopolski

63-400 Ostrów Wielkopolski ul. Wysocka 1 b