

Załącznik
do zarządzenia Nr 1/26
Starosty Makowskiego
z dnia 5 stycznia 2026 roku

LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA dostępnych dla mieszkańców POWIATU MAKOWSKIEGO w 2026 roku

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

Dane obejmują informacje o nazwie jednostek, zakresie poradnictwa, adresach i danych kontaktowych, w tym o stronach internetowych i numerach telefonicznych, dniach i godzinach działalności oraz kryteriach dostępu do usługi. W dokumencie ujęto także krajowe infolinie tematyczne, które są ogólnodostępne.

Niniejsza Lista sporządzona została na podstawie art. 8a ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. *o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej* i będzie na bieżąco aktualizowana.

Część I listy:

(wg art. 8a ust 1 pkt 1 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. *o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej*):

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
CZĘŚĆ I – ZAKRES PORADNICTWA – PORADNICTWO RODZINNE							
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Makowie Maz.	- wspieranie prawidłowego funkcjonowania rodziny, podziału ról i obowiązków, zasobów rodzinnych, psychoedukacja, terapia rodzinna.	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71-72-187	Pon. – piątek 8.00-16.00	e-mail: sekretariat@pcpr-makowski.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
ZAKRES PORADNICTWA – PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE							
2.	Poradnia Psychologiczno-	– poradnictwo psychologiczne dla dzieci, młodzieży i ich	ul. Duńskiego Czerwonego	tel. 29 71 71 501	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	www.poradnia-makow.pl ,	zgłoszenie tel., osobiste

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
	Pedagogiczna w Makowie Mazowieckim	rodziców, nauczycieli	Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki			biuro@poradnia-makow.pl	lub e-maile, mieszkańcy powiatu makowskiego
3.	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Zespół Zakładów w Makowie Maz.	– poradnia psychologiczna	ul. Witosa 2, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 42 382	pon. 10:30-21:30 wtorek 10:00-13:00 środa 11:00-13.30 czwartek 7:00 Jedna sobota w miesiącu informacje w rejestracji ogólnej	porspecjalistyczne@szpital-makow.pl	usługa ogólnodostępna, dla pacjentów ubezpieczonych, do poradni potrzebne jest skierowanie
4.	Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Makowie Mazowieckim	– diagnozowanie dzieci i młodzieży prowadzone w szczególności w celu określenia indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz indywidualnych możliwości psychofizycznych dzieci i młodzieży, – udzielanie dzieciom i młodzieży oraz rodzicom i nauczycielom bezpośredniej pomocy psychologicznej w tym wsparcia w sytuacjach kryzysowych.	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 5, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 71 481	piątek 9.00 -12.00	sosw-mm@wp.pl	pomocą objęci uczniowie, rodzice, absolwenci i nauczyciele. Możliwe są również konsultacje i diagnozy dzieci z zaburzeniami wieku rozwojowego. Z konsultacji mogą korzystać również nauczyciele pracujący z uczniami ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi z innych szkół. Na spotkanie

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
							należy się umówić tel. lub mailowo.
5.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Makowie Maz.	– działania profilaktyczne zapobiegające potencjalnym zagrożeniom w funkcjonowaniu osoby/grupy osób, identyfikacja problemu oraz poszukiwanie sposobów jego rozwiązania , psychoedukacja, terapia indywidualna	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 72 187	środa 9.00-16.00, czwartek po uzg.tel. 8.00-15.00, piątek 8.00-15.00.	e-mail: sekretariat@pcpr-makowski.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
ZAKRES PORADNICTWA – PORADNICTWO PEDAGOGICZNE							
6.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Makowie Mazowieckim	– poradnictwo psychologiczne dla dzieci, młodzieży i ich rodziców, nauczycieli	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 71 501	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	www.poradnia-makow.pl , biuro@poradnia-makow.pl	zgłoszenie telefoniczne, osobiste lub e-mailowe, mieszkańcy powiatu
7.	Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Makowie Mazowieckim	– prowadzenie badań i działań diagnostycznych uczniów, w tym diagnozowanie indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz możliwości psychofizycznych uczniów w celu określenia mocnych stron, predyspozycji, zainteresowań i uzdolnień oraz przyczyn niepowodzeń edukacyjnych. – diagnozowanie sytuacji wychowawczych w celu	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 5, 06-200 Maków Maz.	tel. 29 71 71 481	wtorek 8.00-13.00	sosw-mm@wp.pl	pomocą objęci są uczniowie , rodzice, absolwenci i nauczyciele. Możliwe są również konsultacje i diagnozy dzieci z zaburzeniami wieku rozwojowego. Z konsultacji mogą korzystać również

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA A DOSTĘPU
		rozwiązywania problemów wychowawczych. – pomoc rodzicom oraz nauczycielom w rozpoznawaniu i rozwijaniu indywidualnych możliwości, predyspozycji i uzdolnień uczniów (Współpraca z nauczycielami oraz rodzicami w rozpoznawaniu potrzeb i możliwości uczniów (doradztwo, konsultacje); – kwalifikowanie uczniów do różnorodnych form zajęć pozalekcyjnych oferowanych przez szkołę. – inicjowanie i prowadzenie działań mediacyjnych i interwencyjnych w sytuacjach kryzysowych.					nauczyciele pracujący z uczniami ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi z innych szkół. Na spotkanie należy się umówić tel. lub mailowo.
ZAKRES PORADNICTWA – PORADNICTWO Z ZAKRESU POMOCY SPOŁECZNEJ							
8.	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Makowie Mazowieckim	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	ul. Polna 1, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 71 251 29 69 11 401	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	mops@makowmazowiecki.pl	mieszkańcy miasta Maków Mazowiecki
9.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Czerwonce	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej, – wsparcie i pomoc osobom w trudnych sytuacjach materialnych, zdrowotnych, rodzinnych, – praca socjalna,	Czerwonka Włociańska 38 A 06-232 Czerwonka	tel. 29 71 79 824	poniedziałek – piątek 7.30-15.30	gops@czerwonka.pl	mieszkańcy gminy Czerwonka

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Opłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
		– kierowanie do instytucji udzielających wsparcia prawnego, psychologicznego, pedagogicznego, terapeutycznego, rodzinnego, medycznego oraz innych.					
10.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Karniewie	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	ul. Pułtowska 5, 06-425 Karniewo	tel. 29 76 70 420	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	gops@karniewo.pl	mieszkańcy gminy Karniewo
11.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Krasnosielcu	– praca socjalna na rzecz osób potrzebujących wsparcia	ul. Rynek 40, 06-212 Krasnosielc	tel. 29 71 75 072	poniedziałek – piątek 7.00-15.00	opskrasnosielc@post.pl	mieszkańcy gminy Krasnosielc
12.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Młynarzach	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	ul. Ostrołęcka 7 A 06-231 Młynarze	tel. 29 768 11 26	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	sekretariat@opsmlynarze.pl	mieszkańcy gminy Młynarze
13.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Płoniawach-Bramura	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	Płoniawy-Bramura 83c, 06-210 Płoniawy-Bramura	tel. 29 71 78 961	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	ops@ploniawy-bramura.pl	mieszkańcy gminy Płoniawy-Bramura
14.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Róźnie	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	Pl. Obrońców Różana 4, 06-230 Różan	tel. 29 76 69 177	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	www.rozan.naszops.pl sekretariat@opsrozan.pl	mieszkańcy gminy Różan
15.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzewniu	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej, – praca socjalna – wsparcie i pomoc osobom w trudnych sytuacjach materialnych, zdrowotnych rodzinnych	Rzewnie 19, 06-225 Rzewnie	tel. 29 76 13 477 29 76 73 011	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	www.ops.ugrzewnie.pl ops@ugrzewnie.pl	mieszkańcy gminy Rzewnie

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA A DOSTĘPU
16.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sypniewie	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej – praca socjalna na rzecz osób potrzebujących wsparcia	ul. Ostrołęcka 26, 06-216 Sypniewo	29 760 40 03 29 760 40 04 29 760 40 05 29 760 40 06	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	gops@sypniewo.pl	mieszkańcy gminy Sypniewo
17.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Szelkowie	– poradnictwo z zakresu pomocy społecznej	Stary Szelków 39, 06-220 Szelków	tel. 29 71 76 745 29 71 76 730	poniedziałek – piątek 8.00 - 15.00	gopsszelkow@wp.pl	mieszkańcy gminy Szelków
18.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Makowie Mazowieckim	– wspieranie rodzin zastępczych w procesie wychowawczym, wspieranie procesu usamodzielniania się pełnoletnich wychowanków, informowanie o uprawnieniach i dostępnych formach pomocy	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowieckim	tel. 29 71 72 187	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	e-mail: sekretariat@pcpr-makowski.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
ZAKRES PORADNICTWA – PORADNICTWO W SPRAWIE ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ							
19.	Punkt ds. profilaktyki Uzależnień i Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie Urzędu Miejskiego w Makowie Mazowieckim	– udzielanie pomocy osobom uzależnionym od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, – informacja o placówkach leczenia uzależnień, – udzielanie pomocy członkom rodzin (współuzależnienie)	Urząd Miejski ul. Moniuszki 6, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 42 131	pon. 7.30- 15.30 wt. 7.30.-9.00 i 13.00-16.30 śr. i czw. 7.30 – 9.00 i 13.00 – 15.30 pt. 7.30 – 14.30	agata.lawrenz@mako-wmazowiecki.pl	mieszkańcy miasta Maków Mazowiecki
20.	Miejska Komisja ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych przy	– udzielanie pomocy osobom uzależnionym i współuzależnionym, – profilaktyka uzależnień	ul. Moniuszki 6, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 42 131	pon. i czw. 7.30 – 15.30 piątek 7.30.-14.30	agata.lawrenz@mako-wmazowiecki.pl	mieszkańcy miasta Maków Mazowiecki

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Opłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
	Burmistrzu Miasta Maków Mazowiecki						
21.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych przy Urzędzie Gminy w Czerwonce	– pomoc osobom uzależnionym i współuzależnionym, – profilaktyka – prowadzenie działalności informacyjnej i edukacyjnej zakresie rozwiązywania problemów uzależnień i przemocy w rodzinie, – wsparcie psychologiczne, – udzielanie konsultacji i porad psychologicznych, – motywowanie osób uzależnionych od alkoholu do terapii.	Czerwonka Włociańska 38, 06-232 Czerwonka	tel. 29 71 79 505 29 71 79 824	pon.– pt. 7.30-15.30	urządgminy@czerwონka.pl , gops@czerwonka.pl	mieszkańcy gminy Czerwonka
22.	Punkt Informacyjno-Konsultacyjny ds. Uzależnień w Czerwonce	– praca z osobami uzależnionymi od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, – poradnictwo dla osób uzależnionych , - poradnictwo ogólnowychowawcze, - wczesna profilaktyka	Czerwonka Włociańska 40, 06-232 Czerwonka, Biblioteka Publiczna – Centrum Kultury w Czerwonce	tel. 505 659 354	pon.– pt. 7.30-15.30	gops@czerwonka.pl	mieszkańcy gminy Czerwonka
23.	Punkt Konsultacyjno-Informacyjny ds. Uzależnień w Karniewie	– praca z osobami uzależnionymi od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych	ul. Pułtуска 3, 06-425 Karniewo	505 659 354 (w godz. przyjęć)	Każda środa od godz. 14.00	-----	mieszkańcy gminy Karniewo
24.	Urząd Gminy	– monitorowanie problemu	ul. Rynek 40 A,	tel.	wtorek i piątek	ugkrasnosielc@post.	mieszkańcy

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Opłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
	w Krasnosielcu	osób uzależnionych	06-212 Krasnosielec	29 717 52 74	8.00 -14.00	pl	gminy Krasnosielec
25.	Gminna Komisja ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych przy Urzędzie Gminy w Młynarzach	- prowadzenie działań w stosunku do rodzin dotkniętych problemem alkoholowym m.in. poprzez prowadzenie rozmów , pomoc uzależnionym i współuzależnionym,	ul. Ostrołęcka 7A 06-231 Młynarze	29 768 11 26	pon.– pt. 8.00-16.00	sekretariat@opsmlya.rze.pl	Mieszkańcy gminy Młynarze
26.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych przy UG Płoniawy-Br.	– motywowanie do podjęcia leczenia, udzielenia informacji o instytucjach wsparcia w zakresie pomocy w leczeniu uzależnień.	Płoniawy-Bramura 83 A, 06-210 Płoniawy-Bramura	tel. 29 71 78 913	w każdą środę w godz. 8.00-16.00	–	mieszkańcy gminy Płoniawy-Bramura
27.	Klub Abstynenta „Krokus” w Płoniawach-Bramurze	– motywowanie do podjęcia leczenia i udział w grupach samopomocowych	Płoniawy-Bramura 83 C, 06-210 Płoniawy-Bramura	-	niedziela godz. 13.00.	–	Osoby uzależnione i współuzależnione
28.	Punkt Informacyjno-Konsultacyjny ds. Uzależnień i przemocy w rodzinie działający przy GKRPA w Płoniawach-Bramurze	– poradnictwo dla osób uzależnionych, – poradnictwo ogólnowychowawcze, – wczesna profilaktyka, – praca z osobami stosującymi przemoc i doznającymi przemoc	Płoniawy-Bramura 83 A, 06-210 Płoniawy-Bramura	-	w każdą środę 10.00 – 14.00	–	mieszkańcy gminy Płoniawy-Bramura
29.	Urząd Gminy w Róźnie	Punkt konsultacyjny dla osób uzależnionych i ich rodzin: – konsultacje ze specjalistą uzależnień, – motywacja do podjęcia	Plac Obrońców Różana 4, 06-230 Różan	tel. 29 76 79 120	każdy drugi piątek w miesiącu 16.00-19.00 GOUK w Róźnie i każdy trzeci wtorek 8.00-11.00 Urząd	www.gminarozan.pl	mieszkańcy gminy Różan

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Opłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
		leczenia odwykowego, – informacja o placówkach leczenia uzależnień. Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych – motywowanie do podjęcia leczenia odwykowego, – działania profilaktyczne mające na celu zapobieganie patologiom społecznym		tel. 29 76 79 140	Gminy w Róźnie poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00	ugrozan@post.pl	
30.	Gminna Komisja Rozwiązywania problemów alkoholowych przy Urzędzie Gminy Rzewnie Punkt konsultacyjny dla osób uzależnionych i ich rodzin	– pomoc osobom uzależnionym i współuzależnionym, – informowanie o możliwości uzyskania pomocy w zakresie leczenia osób uzależnionych i współuzależnionych, – działania profilaktyczne – konsultacje ze specjalistą uzależnień, – udzielanie pomocy osobom uzależnionym od alkoholu, – informacja o placówkach leczenia uzależnień, – udzielanie pomocy współuzależnionym członkom rodzin	Rzewnie 19, 06-225 Rzewnie Rzewnie 19, 06-225 Rzewnie	tel. 29 76 13 477 tel. 29 76 13 477	poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00 każdy pierwszy wtorek miesiąca 8.00-10.00	www.ops.ugrzewnie.pl ops@ugrzewnie.pl	mieszkańcy gminy Rzewnie
31.	Gminna Komisja ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów	- udzielanie pomocy osobom uzależnionym i współuzależnionym - profilaktyka uzależnień	ul. Ostrołęcka 26 06-216 Sypniewo	29 760 40 03	Poniedziałek – piątek 8.00-16.00	gkrpa@sypniewo.pl	Mieszkańcy Gminy Sypniewo

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Opłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
	Alkoholowych przy Urzędzie Gminy w Sypniewie						
	Punkt Konsultacyjny w Sypniewie	- poradnictwo i konsultacje dla osób uzależnionych i współuzależnionych	ul. Ostrołęcka 26 06-216 Sypniewo	29 760 40 03	Poniedziałek – piątek 8.00-16.00	-	Mieszkańcy Gminy Sypniewo
32.	Pełnomocnik Wójta Gminy ds. Profilaktyki Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Narkomanii przy UG w Szelkowie	– pomoc osobom uzależnionym i współuzależnionym	Stary Szelków 39, 06-220 Szelków	tel. 29 71 76 001	pon. 14:30 – 15:30 wtorek 12:45 – 13:45 środa 14:30 – 15:30 czw. 11:30 – 14:30	urząd@szelkow.pl	mieszkańcy gminy Szelków
33.	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej - Zespół Zakładów	– poradnia terapii uzależnienia i współuzależnienia od alkoholu	ul. Witosa 2 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 42 382	pon. 8.00-21.00 środa 8.00-21.00 czwartek 7.00-12.00	porspecjalistyczne@szpital-makow.pl	Usługa ogólnodostępna, do poradni nie potrzebne jest skierowanie
ZAKRES PORADNICTWA – W SPRAWIE PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE -PRZEMOCY DOMOWEJ							
34.	Komenda Powiatowa Policji Maków Mazowiecki	– udzielanie informacji	ul. Łąkowa 3, 06-200 Maków Mazowiecki	47 704 72 00	całodobowo	kppmakowmaz@ra.policja.gov.pl	ogólnodostępne
35.	Komenda Powiatowa Policji Maków Mazowiecki	– interwencje	ul. Łąkowa 3, 06-200 Maków Mazowiecki	112	całodobowo	kppmakowmaz@ra.policja.gov.pl	ogólnodostępne
36.	Punkt ds. profilaktyki Uzależnień i	Zespół Interdyscyplinarny, – Grupy Diagnostyczno-Pomocowe,	Urząd Miejski ul. Moniuszki 6, 06-200 Maków	tel. 29 71 42 131	Pon. – czw. 7.30 – 15.30 piątek 7.30.-14.30	agata.lawrenz@makowmazowiecki.pl	mieszkańcy miasta Maków Mazowiecki

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Opłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
	Przeciwdziałania Przemocy Domowej Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Makowie Maz.	– wsparcie i pomoc dla osób dotkniętych przemocą oraz stosujących przemoc, – prowadzenie procedury Niebieskiej Karty	Mazowiecki, ul. Polna 1, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 71 251 29 69 11 401	poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00	mops@makowmazowiecki.pl	
37.	Zespół Interdyscyplinarny w Czerwonce GOPS w Czerwonce	– grupy diagnostyczno-pomocowe, – wsparcie i pomoc osobom dotkniętym przemocą i stosujących przemoc, – prowadzenie procedury NK, – kierowanie do instytucji udzielających wsparcia prawnego, psychologicznego, terapeutycznego, rodzinnego, medycznego.	Czerwonka Włociańska 38A, 06-232 Czerwonka	tel. 29 71 79 824	poniedziałek – piątek 7.30 – 15.30	gops@czerwonka.pl	mieszkańcy gminy Czerwonka
38.	Gminny Zespół Interdyscyplinarny w Karniewie	– diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie, wsparcie i pomoc dla osób dotkniętych przemocą oraz stosujących przemoc, – prowadzenie procedury NK	ul. Pułtуска 5, 06-425 Karniewo	tel. 29 76 70 420	poniedziałek – piątek 8.00 -16.00	—	mieszkańcy gminy Karniewo
39.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Krasnosielcu	– monitorowanie problemu osób zagrożonych przemocą	ul. Rynek 40, 06-212 Krasnosielc	tel. 29 714 00 61	poniedziałek – piątek 7.00 -15.00	opskrasnosielc@post.pl	mieszkańcy gminy Krasnosielc

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Opłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
40.	Zespół Interdyscyplinarny przy Urzędzie Gminy Płoniawy-Br.	– w zakresie przemocy domowej	Płoniawy-Bramura 83 C, 06-210 Płoniawy-Bramura	tel. 29 71 78 963	poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00	zi@ploniawy-bramura.pl	mieszkańcy gminy Płoniawy-Bramura
41.	Zespół Interdyscyplinarny w Młynarzach	– wsparcie i pomoc w zakresie przemocy domowej	ul. Ostrołęcka 7 A, 06-231 Młynarze	tel. 29 768 1 26	poniedziałek – piątek 08:00-16:00	zespolinterdyscyplinary@opsmlynarze.pl	mieszkańcy gminy Młynarze
42.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Młynarzach	- praca socjalna z rodzinami objętymi procedurą NK i rodzinami dotkniętymi kryzysem wymagającym wsparcie i pomocy	ul. Ostrołęcka 7 A, 06-231 Młynarze	tel. 29 768 11 26	poniedziałek – piątek 08:00-16:00	sekretariat@opsmlynarze.pl	mieszkańcy gminy Młynarze
43.	Urząd Gminy w Róźnie Gminny Zespół Interdyscyplinarny w Róźnie	– diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie	Plac Obrońców Różana 4, 06-230 Różan	tel. 29 76 69 090	poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00	www.rozan.naszops.pl sekretariat@opsrozan.pl	mieszkańcy gminy Różan
44.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzewniu	– wskazania możliwości uzyskania pomocy, – praca socjalna, – kierowanie do instytucji udzielających pomoc prawną, psychologiczną, – poradnictwo medyczne i zawodowe	Rzewnie 19, 06-225 Rzewnie	tel. 29 76 13 477	poniedziałek – piątek 8.00- 16.00	ops@ugrzewnie.pl www.ops.ugrzewnie.pl	w ramach pracy socjalnej mieszkańców gminy Rzewnie
45.	Zespół Interdyscyplinarny w Rzewniu	– diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie, – wsparcie i pomoc dla osób dotkniętych przemocą oraz stosujących przemoc, – prowadzenie procedury NK	Rzewnie 19, 06-225 Rzewnie	tel. 29 76 13 477	poniedziałek – piątek 8.00- 16.00	zespol.interdyscyplinary@ugrzewnie.pl	mieszkańcy gminy Rzewnie

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA A DOSTĘPU
46.	Zespół Interdyscyplinarny przy Urzędzie Gminy w Sypniewie	- wsparcie i pomoc osobom doznającym przemocy domowej i stosującym przemoc domową - prowadzenie procedury „Niebieskiej Karty”	ul. Ostrołęcka 26 06-216 Sypniewo	29 760 40 05	Poniedziałek – piątek 8.00-16.00	zespol@sypniewo.pl	Mieszkańcy Gminy Sypniewo
	Punkt Konsultacyjny w Sypniewie	- poradnictwo dla osób doznających przemocy domowej i stosujących przemoc domową	ul. Ostrołęcka 26 06-216 Sypniewo	29 760 40 03	Poniedziałek – piątek 8.00-16.00	-	Mieszkańcy Gminy Sypniewo
47.	Zespół Interdyscyplinarny w Szelkowie przy GOPS w Szelkowie	– diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie, – wsparcie i pomoc dla osób dotkniętych przemocą oraz stosujących przemoc, – prowadzenie procedury NK	Stary Szelków 39 06-220 Stary Szelków	tel. 29 71 76 729	poniedziałek – piątek 8.00- 15.00	gopsszelkow@wp.pl	mieszkańcy gminy Szelków
48.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Makowie Mazowieckim	– diagnoza, edukacja, poszukiwanie nowych sposobów przezwyciężania trudności, wzmacnianie, pomoc w pisaniu pism procesowych	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 72 187	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00 w tym: prawnik czwartek 8.00-13.00, psycholog: środa 09.00-16.00 Czwartek po uzg. Tel. 8.00-15.00 Piątek 8.00-15.00	e-mail: sekretariat@pcpr-makowski.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
49.	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”	– wsparcie, – pomoc psychologiczna, – informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej	Al. Jerozolimskie 155, 02-326 W-wa	tel. 22 666 10 36 koszt poł. wg. taryfy operatora 800 120 002	Sekretariat Pogotowia czynny poniedziałek – piątek godz. 8.00 – 16.00	www.niebieskalinia.info biuro@niebieskalinia.info e-mil;	dla osób doświad. przemocy domowej wyłącznie drogą telefoniczną

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
						niebieskalinia@niebieskalinia.info	lub e-mail niebieskalinia@niebieska.info
ZAKRES PORADNICTWA – W RAMACH INTERWENCJI KRYZYSOWEJ							
50.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Makowie Mazowieckim	– wsparcie, diagnoza, terapia, poradnictwo prawne pisanie pism urzędowych	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 72 187	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	sekretariat@pcpr-makowmazowiecki.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
51.	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa	– monitorowanie bezpieczeństwa	Al. Ujazdowskie 5 00-583 Warszawa	całodobowy dyżur: (+48 47) 72 16 907	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu e-mail: dyzurny@rcb.gov.pl	www.rcb.gov.pl dyzurny@rcb.gov.pl poczta@rcb.gov.pl	świadek zagrożenia kryzysowego, osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
52.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Makowie Mazowieckim	– poradnictwo psychologiczne dla dzieci, młodzieży i ich rodziców, nauczycieli	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 71 501	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	www.poradnia-makow.pl , biuro@poradnia-makow.pl	zgłoszenie telefoniczne, osobiste lub e-mailowe, mieszkańcy powiatu
ZAKRES PORADNICTWA – PORADNICTWO DLA BEZROBOTNYCH							
53.	Powiatowy Urząd Pracy w Makowie Mazowieckim	– doradztwo zawodowe, – pośrednictwo pracy, – zagadnienia związane ze statusem osób bezrobotnych i poszukujących pracy	ul. Przasnyska 77B, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 72 782	poniedziałek – piątek 8.00- 16.00	http://makowmazowiecki.praca.gov.pl/ http://pupmakowmaz.bip.gov.pl/wama@praca.gov.pl	Ogólnodostępne: mieszkańcy powiatu makowskiego
54.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	– wsparcie dla osób bezrobotnych oraz ich rodzin,	Czerwonka Włociańska 38A	tel. 29 7179 824	poniedziałek – piątek 7.30 -15.30	gops@czewronka.pl	mieszkańcy gminy Czerwonka

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA A DOSTĘPU
	w Czerwonce	– motywowanie do podjęcia pracy, – praca socjalna	06-232 Czerwonka				
55.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Krasnosielcu	– wsparcie (motywowanie) osób bezrobotnych, praca socjalna	ul. Rynek 40, Krasnosielc	tel. 29 71 75 072	poniedziałek – piątek 7.00 -15.00	opskrasnosielc@post.pl	mieszkańcy gminy Krasnosielc
56.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzewniu	- praca socjalna (m.in. motywowanie do podjęcia działań zmierzających do znalezienia pracy, wspieranie w poszukiwaniu pracy)	Rzewnie 19, 06-225 Rzewnie	tel. 29 76 13 477	poniedziałek – piątek 8.00- 16.00	ops@ugrzewnie.pl www.ops.ugrzewnie.pl	mieszkańcy gminy Rzewnie
57.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sypniewie	- wsparcie osób bezrobotnych i ich rodzin - praca socjalna	ul. Ostrołęcka 26 06-216 Sypniewo	29 760 40 03 29 760 40 04 29 760 40 05 29 760 40 06	Poniedziałek – piątek 8.00-16.00	gops@sypniewo.pl	Mieszkańcy Gminy Sypniewo
58.	Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Linia	– informacje o usługach urzędów pracy	Centrum Informacyjno-Konsultacyjne Służb Zatrudnienia Zielona Linia adres korespond. ul. Trawiasta 20B, 15-161 Białystok	19 524 lub (22) 19524 (Koszt zgodnie z taryfą operatora) z tel. kom. wymagane dodanie nr kierunk.	poniedziałek – piątek 8.00- 18.00	www.zielonalinia.gov.pl biuro@zielonalinia.gov.pl kontakt@zielonalinia.gov.pl	– zarejestr., – poszukujący pracy, – pracodawcy,
ZAKRES PORADNICTWA – DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM							
59.	Komenda Powiatowa Policji Maków Mazowiecki	– udzielanie informacji, – przyjęcie zawiadomienia o przestępstwie	ul. Łąkowa 3, 06-200 Maków Mazowiecki	112 47 704 72 00	całodobowo	kppmakowmaz@ra.policja.gov.pl	ogólnodostępne
60.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Makowie Maz.	– udzielanie porad prawnych i informowanie o obowiązujących przepisach	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3,	tel. 29 71 72 187	czwartek 8.00-13.00	e-mail: sekretariat@pcpr-makowski.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Opłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA A DOSTĘPU
		z zakresu prawa rodzinnego i opiekuńczego, zabezpieczenia społecznego	06-200 Maków Mazowiecki				
61.	Lokalne Punkty Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przestępstwem	– wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	Lokalny Punkt Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przestępstwem 1)w Przasnyszu ul. Nowowarszawska 5 2)w Pułtusk ul. Mickiewicza 36 B, 06-100 Pułtusk 3)w Ciechanowie ul. Krótka 11 06-400 Ciechanów	dyżur całodobowy 7 dni w tygodniu 222 309 900 536 771 109 536 771 203 603 428 432	 Pn 9:00-14:00 Śr 9:00-14:00 Środa 10:00-15:00 Czwartek 9:00-14:00 Pn 9:00 - 14:00 Czwartek 9:00 - 14:00	www.funduszsprawiedliwosci.gov.pl	osoby pokrzywdz. Przestępstw. i ich osoby bliskie
ZAKRES PORADNICTWA – Z ZAKRESU PRAW KONSUMENTÓW							
62.	Powiatowy Rzecznik Konsumentów w Makowie Mazowieckim	– poradnictwo z zakresu ochrony prawa konsumentów	Starostwo Powiatowe ul. Rynek 1, 06-200 Maków Maz.	tel. 29 71 73 683	pon 8.00 – 15.00 wt 8.00 – 15.00 środa 8.30 – 14.30	konsument@powiat-makowski.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
63.	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	– ochrona praw konsumentów	ul. Plac Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	Infolinia Konsumentka tel. 801 440 220 tel. 222 667676	poniedziałek - piątek godz. 8.00-18.00	www.uokik.gov.pl e-mail: porady@dlakonsumentow.pl	prawo konsumentów

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
				opłata wg taryfy operatora			
64.	Centrum Informacji Konsumenckiej Urząd Komunikacji Elektronicznej	– porady w zakresie usług pocztowych i telekom.	ul. Giełdowa 7/9, 01-211 Warszawa	Infolinia 22 330 40 00	pon.-piątek 8.15.-16.15.	https://cik.uke.gov.pl	Prawo konsumenckie
ZAKRES PORADNICTWA – PRAWA DZIECKA							
65.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Makowie Mazowieckim	– udzielanie porad prawnych i informowanie o obowiązujących przepisach z zakresu prawa rodzinnego i opiekuńczego, zabezpieczenia społecznego.	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 72 187	czwartek 8.00-13.00	e-mail: sekretariat@pcpr-makowski.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego
66.	Rzecznik Praw Dziecka	– ochrona praw dziecka	ul. Chocimska 6, 00-791 Warszawa	Bezpłatna Telefoniczna Informacja Pacjenta Tel 22 583 66 00, 800 12 12 12	(pon.-piątek 8.15-16.15)	https://brpd.gov.pl/kontakt/ rpd@brpd.gov.pl	Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych i rodzinnych.
67.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Makowie Mazowieckim	– poradnictwo psychologiczne dla dzieci, młodzieży i ich rodziców, nauczycieli	ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 71 71 501	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	www.poradnia-makow.pl , biuro@poradnia-makow.pl	zgłoszenie telefoniczne, osobiste lub e-mailowe, mieszkańcy powiatu makowskiego
ZAKRES PORADNICTWA – PRAWA PACJENTA							
68.	Narodowy Fundusz Zdrowia Mazowiecki Oddział Wojewódzki	– zakres pacjent	ul. T. Kościuszki 45, 07- 410 Ostrołęka,	tel. 29 753 90 00	poniedziałek - piątek godz. 8.00- 16.00	e-mail: ostroleka@nfz-warszawa.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego, świadczeniobiorcy NFZ

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Opłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
	w Warszawie Delegatura w Ostrołęce						
69.	Rzecznik Praw Pacjenta Narodowego Funduszu Zdrowia	– ochrona praw pacjenta	ul. Płocka 11/13 01-23 Warszawa	800 190 590 Bezpłatna Infolinia czynna cała dobę	poniedziałek 8.00 - 18.00 wt-pt 9.00-15.00	kancelaria@rpp.gov.pl	z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
70.	Pełnomocnik Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych	– ochrona praw osób niepełnosprawnych	ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa korespondencja Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	tel. 538-117-590	Ogólnopolskie Centrum Informacyjne dla Osób Niepełnosprawnych	http://www.niepelnosprawni.gov.pl sekretariat.bon@mrp.ips.gov.pl	dla osób niepełn., ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepeł.
71.	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania	– ochrona praw dziecka	ul. Chocimska 6, 00-791 Warszawa	tel. 22 583 66 00 tel. 800121212 całodobowo	poniedziałek - piątek godz. 8.15- 16.15	https://brpd.gov.pl/ rpdp@brpd.gov.pl	Sprawy przemocy, relacji równieżnyc h i rodzinnych
ZAKRES PORADNICTWA – W ZAKRESIE UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH							
72.	Zakład Ubezpieczeń Społecznych Inspektorat w Makowie Maz.	– pomoc z zakresu ubezpieczeń społecznych	ul. Kopernika 6a, 06-200 Maków Mazowiecki	tel. 29 717 21 98 22 5601600 Koszt połączenia wg umowy z operatorem	Pon. 8.00-17.00 wt-pt 8.00-15.00	www.zus.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Opłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
73.	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników z Centrum Obsługi Telefonicznej	(22) 560 16 00 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt. 07.00 – 18.00	https://bip.zus.pl/o-zus/kontakt zus/kontakt/centrum-obsługi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl	adresaci porad: ubezpieczeni płatnicy lekarze
ZAKRES PORADNICTWA – W ZAKRESIE PRAWA PRACY							
74.	Państwowa Inspekcja Pracy w Warszawie Okręgowy Oddział w Ostrołęce	– porady z zakresu prawa pracy,	07-410 Ostrołęka, ul. Gen. Augusta Emila Fieldorfa „Nila” 15,	tel. 29 764 24 96	poniedziałek - piątek 8.00 – 16.00 (godziny urzędowania)	https://warszawa.pip.gov.pl/pl/kontakt otostroleka@warszawa.pip.gov.pl	osoby świadczące pracę
75.	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	pon.-pt. 8.00- 16.00	www.bip.pip.gov.pl kancelaria@gip.pip.gov.pl	Osoby świadczące pracę
ZAKRES PORADNICTWA – W ZAKRESIE PRAWA PODATKOWEGO							
76.	Krajowa Informacja Skarbowa	– informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza	ul. Warszawska 5, 43-300 Bielsko-Biała	801 055 055 z tel. stac. 22 330 03 30 z tel. kom. 22 330 03 30(z zagranicy)	poniedziałek - piątek godz. 8.00-18.00	www.kis.gov.pl kancelaria.kis@mf.gov.pl	z porad może skorzystać każdy podatnik
77.	Urząd Skarbowy w Makowie Mazowieckim	– informacje podatkowe	ul. Kopernika 6 C, 06-200 Maków Mazowiecki	22 330 03 30 – z telefonów komórkowych 801 055 055 – z telefonów stacjonarnych	pon. 8.00- 18.00 wtorek -piątek 8.00-15.00	us.makow-mazowiecki@mf.gov.pl	mieszkańcy powiatu makowskiego

Lp	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON Odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ DNI I GODZINY	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
				+48 22 330 03 30 – z telefonów z zagranicy			
ZAKRES PORADNICTWA – DLA OSÓB W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO							
78.	Biuro Rzecznika Finansowego	– prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego ul. Nowogrodzka 47A 00-695 Warszawa Biuro Rzecznika Recepcja (22) 333 73 26	tel. 22 333 73 28 rynek ubezpieczenio- wo-emerytalny tel. 22 333 73 25 rynek bankowo- kapitałowy	w godz. 10.—14.00 (pon., Śr, pt) godz. 10.00-14.00 (pon., Śr, pt)	Porady e-mail: porady@rf.gov.pl https://rf.gov.pl/kontakt/ biuro@rf.gov.pl	osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń
ZAKRES PORADNICTWA – INNE , W ZAKRESIE WYŻEJ NIE WYMIENIONYM							
79.	Rzecznik Praw Obywatelskich	– ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO Al. Solidarności 77, 00-090 Warszawa 22 55177911 – płatne zgodnie z cennikiem operatora	800 676 676 połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych	pon. 10.00-18.00 wt.- pt. . 08.00-16.00	https://bip.brpo.gov.pl/	może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone
80.	Urząd Gminy Karniewo	– poradnictwo prawne	ul. Pułtуска 3, 06-425 Karniewo	tel. 29 69 11 013	Środa 09.00.-10.00	-	mieszkańcy gminy Karniewo
81.	Urząd Gminy Sypniewo	– poradnictwo prawne	ul. Ostrołęcka 27, 06-216 Sypniewo	tel. 29 7177755	Środa 13.00-14.00	gmina@sypniewo.pl	mieszkańcy gminy Sypniewo
82.	Urząd Gminy w Rzewniu	– poradnictwo prawne	Rzewnie 19, 06-225 Rzewnie	tel. 29 76 13 409	Każdy pierwszy wtorek miesiąca 9.00-11.00	ops@ugrzewnie.pl www.ops.ugrzewnie.pl	mieszkańcy gminy Rzewnie

INNE OGÓLNOPOLSKIE TELEFONY ZAUFANIA

800-120-226 – Policyjny Telefon Zaufania – linia bezpłatna, czynna w dni robocze: 9.30 – 15.30.

116-111 – Ogólnopolski telefon zaufania dla dzieci i młodzieży. Numer jest anonimowy i bezpłatny. Telefon funkcjonuje **24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu**.

22 628-01-20 – Krajowe Centrum Interwencyjno-Konsultacyjne dla Ofiar Handlu Ludźmi – telefon jest **czynny całodobowo**, adres e-mail: kcik@strada.org.pl.

116-123 – Telefon dla osób w sytuacjach kryzysowych, telefon jest **czynny całodobowo**.

801-140-068 – Pomarańczowa Linia – telefon dla rodziców, których dzieci sięgają po alkohol lub narkotyki, czynny w dni powszednie w godzinach: **14.00 – 20.00**.

www.pomaranczowalinia.pl.

Część II listy:

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA (w tym mediacja) oraz NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE na terenie powiatu makowskiego w 2026 roku (wg art. 8a ust 1 pkt 2 z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej):

Lp.	PROWADZĄCY	ADRES I DANE KONTAKOWE (STRONY INTERNETOWE I NUMERY TELEFONICZNE)	DNI I GODZINY DZIAŁALNOŚCI	KRYTERIA DOSTĘPU DO USŁUGI INFORMACJE I ZAPISY	UWAGI
Lokal jest dostępny dla osób niepełnosprawnych na wózkach inwalidzkich					
Punkty pomocy prawnej na terenie powiatu makowskiego w 2026 roku Osoba uprawniona może skorzystać z nieodpłatnej pomocy prawnej w punkcie lub za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość. Nieodpłatna pomoc prawna i nieodpłatne poradnictwo obywatelskie przysługują osobie uprawnionej, która nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej, w tym osobie fizycznej prowadzącej jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniającą innych osób w ciągu ostatniego roku. Osoba uprawniona, przed uzyskaniem nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego, składa oświadczenie, że nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej. Osoba korzystająca z nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego w zakresie prowadzonej działalności gospodarczej dodatkowo składa oświadczenie o niezatrudnianiu innych osób w ciągu ostatniego roku. Oświadczenie składa się osobie udzielającej nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadczącej nieodpłatne poradnictwo obywatelskie w formie: 1) pisemnej- w przypadku korzystania z pomocy w punkcie albo 2) ustnej – w przypadku korzystania z pomocy za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość. Nieodpłatna pomoc prawna i nieodpłatne poradnictwo obywatelskie przysługują osobie chcącej dokonać zgłoszenia naruszenia prawa w rozumieniu <u>ustawy z dnia 14 czerwca 2024 r. o ochronie sygnalistów (Dz. U. poz. 928).</u>					
1.	Punkt Nieodpłatnej Pomocy Prawnej w Makowie Mazowieckim (Nr 1) prowadzony przez adwokatów i radców prawnych Nieodpłatna pomoc prawna, w tym mediacja	Starostwo Powiatowe ul. Rynek 1, 06-200 Maków Mazowiecki pok. Nr 7a. https://www.powiat-makowski.pl i https://www.bip.powiat-makowski.pl (zakładka: Nieodpłatna Pomoc Prawna)	Pon. godz. 7.30 – godz. 11.30 (adwokat) Wtorek godz. 12.30 – godz. 16.30 (radca pr.) Środa godz. 7.30 – godz. 11.30 (adwokat) Czwartek godz. 12.30 - godz. 16.30 (radca pr.) Piątek godz. 7.30 – godz. 11.30 (radca pr./ adwokat)	Informacje i Rejestracja pod numerem 29 71 73 822 opcjonalnie ON-LINE - moduł zapisów publicznych za pomocą linku dostępnego na stronie powiatu makowskiego https://www.powiat-makowski.pl i BIP Starostwa Powiatowego: https://www.bip.powiat-makowski.pl Zapisy na bezpłatne usługi lub e-mail: pprawne@powiat-makowski.pl	Specjalizacja - brak  Zapisy przez tel. pon.-pt. 8.00-16.00

Lp.	PROWADZĄCY	ADRES I DANE KONTAKOWE (STRONY INTERNETOWE I NUMERY TELEFONICZNE)	DNI I GODZINY DZIAŁALNOŚCI	KRYTERIA DOSTĘPU DO USŁUGI INFORMACJE I ZAPISY	UWAGI
Lokal jest dostępny dla osób niepełnosprawnych na wózkach inwalidzkich					
2.	Punkt Nieodpłatnej Pomocy Prawnej oraz Nieodpłatnego Poradnictwa Obywatelskiego (Nr2) prowadzony przez organizację pozarządową FUNDACJĘ TOGATUS PRO BONO, ul. Aleja Warszawska 41/1, 10-081 Olsztyn Nieodpłatna pomoc prawna (NPP) oraz Nieodpłatne poradnictwo Obywatelskie (NPO), w tym mediacja	Starostwo Powiatowe ul. Rynek 1, 06-200 Maków Mazowiecki pok. Nr 7a. https://www.powiat-makowski.pl i https://www.bip.powiat-makowski.pl (zakładka: Nieodpłatna Pomoc Prawna)	Pon. godz. 12.30–godz.16.30 (NPO) Wtorek godz. 7.30 – godz. 11.30 (NPP) Środa godz. 12.30 – godz. 16.30 (NPP) Czwartek godz. 7.30 – godz. 11.30 (NPP) Piątek godz. 12.30 – godz. 16.30 (NPP)	Informacje i Rejestracja pod numerem 29 71 73 822 opcjonalnie ON-LINE - moduł zapisów publicznych za pomocą linku dostępnego na stronie powiatu makowskiego https://www.powiat-makowski.pl i BIP Starostwa Powiatowego: https://www.bip.powiat-makowski.pl Zapisy na bezpłatne usługi lub e-mail: pprawne@powiat-makowski.pl	Specjalizacja- Brak  Zapisy przez tel. pon.-pt. 8.00-16.00 godziny pracy urzędu
Osobom ze znaczną niepełnosprawnością ruchową, które nie mogą stawić się w punkcie osobiście oraz osobom doświadczającym trudności w komunikowaniu się, o których mowa w ustawie z dnia 19 sierpnia 2011 r. o języku migowym i innych środkach komunikowania się (Dz. U. z 2023 r. poz. 20), może być udzielana nieodpłatna pomoc prawna lub może być świadczone nieodpłatne poradnictwo obywatelskie także poza punktem. W zależności od bieżącego zapotrzebowania na nieodpłatną mediację, zgłaszanego przez osoby uprawnione, w punktach organizuje się spotkanie z mediatorem poświęcone nieodpłatnej mediacji. Bliższe informacje pod numerem telefonu podanym do zapisów.					