|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU GOSTYNIŃSKIEGO**  **W 2024 ROKU** | | | | | | | | | | |
| **Lp.** | **NAZWA JEDNOSTKI** | **ZAKRES PORADNICTWA** | | **ADRES** | **DOSTĘPNOŚĆ** | | | **TELEFON** | **WWW**  **e-mail** | **KRYTERIA DOSTĘPU** |
| **RODZINNE** | | | | | | | | | | |
| 1. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie | Poradnictwo dla rodzin, rodzin zastępczych, dzieci | | ul. Ozdowskiego 1a,  09-500 Gostynin | Pon.- pt.: 7.30 - 15.30 | | | 24 235 22 92 | www.pcprgostynin.eu  sekretariat@pcprgostybin.eu | Każdy mieszkaniec powiatu gostynińskiego |
| 2. | Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania | Ochrona praw dziecka | | Biuro Rzecznika  ul. Chocimska 6,  00-791 Warszawa  tel. (22) 583 66 00  pon. – pt. 8.15-16.15 | 24 godz. przez  7 dni w tygodniu | | | 800 121 212  Bezpłatna infolinia | www.brpd.gov.pl  rpd@brpd.gov.pl | Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych, może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem |
| 3. | Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży  116 111 | Pomoc dla dzieci  i młodzieży | | Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę | 24 godz. przez  7 dni w tygodniu | | | 116 111  Linia bezpłatna | www.116111.pl | Telefon zaufania skierowany do dzieci i młodzieży nie mogących poradzić sobie w trudnych sytuacjach |
| **PSYCHOLOGICZNE** | | | | | | | | | | |
| 4. | Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Gostyninie | Porady pedagogiczne i psychologiczne dla rodziców i par | | ul. Ozdowskiego 1a,  09-500 Gostynin | Pon.-pt.:  8.00 – 18.00 | | | 24 235 37 35 | www.ppp-gostynin.edu.pl  poradnia@ppp-gostynin.edu.pl | Każdy mieszkaniec powiatu gostynińskiego |
| 5. | Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego | Kryzysy psychiczne,  stany depresyjne, myśli samobójcze | | Fundacja ITAKA  skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66 | 24 godz. przez  7 dni w tygodniu | | | 800 70 2222 | www.centrumwsparcia.pl  porady@centrumwsparcia.pl | Dla osób będących w kryzysie  psychicznym |
| 6. | Infolinia dla dzieci, młodzieży, rodziców, nauczycieli i pedagogów  „Pomagamy” | Pomoc psychologiczna, pedagogiczna, prawna dla dzieci i młodzieży, osób dorosłych – rodziców opiekunów  i nauczycieli | | Ministerstwo Edukacji i Nauki przy współpracy z Fundacją Auxilium | 24 godz. przez  7 dni w tygodniu | | | 800 800 605 | pomagamy@1815.pl | Dla dzieci, młodzieży, rodziców, opiekunów, nauczycieli i pedagogów |
| 7. | Poradnia dla Osób Dorosłych w Kryzysie Emocjonalnym (Kryzysowy Telefon Zaufania) | Wsparcie i porady psychologiczne, wsparcia w procesie wychowawczym | | Instytut Psychologii Zdrowia  Polskie Towarzystwo Psychologiczne  ul. Gęślarska 3,  02-412 Warszawa  tel. 0-22/ 863 87 38  fax 0-22/ 863 42 75 | Pon. – pt.:  14:00-22:00 | | | 116 123  Połączenie bezpłatne | https://psychologia.edu.pl/kryzysy-osobiste/telefon-kryzysowy-116123.html | Dla osób dorosłych w kryzysie emocjonalnym, rodziców potrzebujących wsparcia oraz osób niepełnosprawnych |
| **PEDAGOGICZNE** | | | | | | | | | | |
| 8. | Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Gostyninie | Porady pedagogiczne  i psychologiczne dla rodziców i par | | ul. Ozdowskiego 1a,  09-500 Gostynin | Pon.-pt.:  8.00 - 18.00 | | | 24 235 37 35 | www.ppp-gostynin.edu.pl  poradnia@ppp-gostynin.edu.pl | Każdy mieszkaniec powiatu gostynińskiego |
| **POMOC SPOŁECZNA** | | | | | | | | | | |
| 9. | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Gostyninie | pomoc społeczna (socjalna, finansowa, rzeczowa) | | ul. Parkowa 22,  09-500 Gostynin | Pon.-pt.:  7.30-15.30 | | | 24 236 13 60 | www.mopsgostynin.pl  sekretariat@mopsgostynin.pl | każdy mieszkaniec Miasta Gostynin |
| 10. | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Gostyninie | ul. Parkowa 32,  09-500 Gostynin | Pon.-pt.:  7.30-15.30 | | | 24 236 07 76 | gops@gminagostynin.pl | Każdy mieszkaniec Gminy Gostynin |
| 11. | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Pacynie | ul. Wyzwolenia 7,  09-541 Pacyna | Pon.-pt.:  7.30 - 15.30 | | | 24 285 80 60 | gops@pacyna.mazowsze.pl | Każdy mieszkaniec Gminy Pacyna |
| 12. | Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sannikach | ul. Wólczyńska 75,  09-540 Sanniki | Pon.-pt.:  7.30 - 15.30 | | | 24 277 61 56 | gops\_sanniki@poczta.onet.pl | Każdy mieszkaniec Miasta i Gminy Sanniki |
| 13. | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Szczawinie Kościelnym | ul. Jana Pawła II 3,  09-550 Szczawin Kościelny | Pon.-pt.:  7.30 - 15.30 | | | 500 767 283 | gops.szczawin@wp.pl | Każdy mieszkaniec Gminy Szczawin Kościelny |
| **ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ** | | | | | | | | | | |
| 14. | Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych | pomoc z zakresu rozwiązywania problemów uzależnień | | ul. Rynek 26,  09-500 Gostynin  pokój 306 | | | Pon., śr., czw.: 7.30-15.30  Wt.: 7.30-16.30  Pt.: 7.30-14.30 | 24 236 07 36 | - | Każdy mieszkaniec Miasta Gostynina |
| 15. | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych | ul. Parkowa 32, 09-500 Gostynin | | | Pon.-pt.:  7.30 - 15.30 | 24 236 07 50 | - | Każdy mieszkaniec Gminy Gostynin |
| 16. | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych | ul. Wyzwolenia 7,  09-541 Pacyna | | | Pon.-pt.:  7.30 - 15.30 | 24 285 80 54 | - | Każdy mieszkaniec Gminy Pacyna |
| 17. | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych | ul. Jana Pawła II 3,  09-550 Szczawin Kościelny | | | Pon.-pt.:  7.30 - 15.30 | 24 235 13 45 | - | Każdy mieszkaniec Gminy Szczawin Kościelny |
| 18. | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych | ul. Warszawska 169,  09-540 Sanniki | | | Pon.-pt.:  7.30 - 15.30 | 24 277 78 10 | - | Każdy mieszkaniec Miasta i Gminy Sanniki |
| 19. | Grupa Rodzinna Al-Anon „Nadzieja” | pomoc dla rodzin dotkniętych przemocą, alkoholizmem, narkomanią | | ul. Jana Pawła II 14,  09-500 Gostynin | | | Śr.: 18.00 | 790 881 180  607 406 113 | - | Dla osób potrzebujących wsparcia |
| 20. | Dzienny Punkt Wsparcia  „Przebudzenie” | pomoc dla osób z trudnościami lub problemem uzależnienia od alkoholu, narkotyków, leków i innych używek | | ul. 3 Maja 30,  09-500 Gostynin | | | Pon.-pt.:  17.00-20.00 | 690 333 662 | - | Dla zainteresowanych mieszkańców Miasta Gostynina |
| 21. | Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki-Narkomania | udzielanie informacji na temat systemu interwencji, leczenia, przepisach prawnych związanych z narkomanią; udzielanie profesjonalnych porad nt. mechanizmów uzależnienia | | - | | | Codziennie  16.00-21.00 | 800 199 990  Bezpłatna infolinia | - | Dla osób zmagających się z uzależnieniem (bez względu na rodzaj substancji, od której są uzależnione) oraz członkom ich rodzin. |
| 22. | Telefon Zaufania – uzależnienia behawioralne | Prowadzenie konsultacji telefonicznych dla osób cierpiących z powodu uzależnień behawioralnych oraz ich bliskich | | Instytut Psychologii Zdrowia  Polskie Towarzystwo Psychologiczne  ul. Gęślarska 3,  02-412 Warszawa  tel. 0-22/ 863 87 38  fax 0-22/ 863 42 75 | | | Codziennie  17.00-22.00 | 801 889 880 | - | Dla osób cierpiących z powodu uzależnień behawioralnych m.in. hazardu, Internetu, zakupów, pracy, jedzenia; dla osób bliskich osobom uzależnionym |
| **PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ** | | | | | | | | | | |
| 23. | Miejski Zespół Interdyscyplinarny przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej | | pomoc z zakresu problematyki przemocy w rodzinie | ul. Parkowa 22, 09-500 Gostynin | | | Pon.-pt.:  7.30 - 15.30 | 24 236 13 60 | mopsgostynin@wp.pl | Każdy mieszkaniec Miasta Gostynina |
| 24. | Punkt Konsultacyjno-Informacyjny dla Ofiar Przemocy w Rodzinie i Osób uzależnionych od Alkoholu i Narkotyków | | pomoc z zakresu problematyki przemocy w rodzinie i uzależnień | ul. Rynek 1,  09-500 Gostynin | | | Pon.-czw.: 16.00 - 18.30 | 24 236 07 35 | - | Każdy mieszkaniec Miasta Gostynina |
| 25. | Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Gminie Pacyna | | pomoc z zakresu problematyki przemocy w rodzinie | ul. Wyzwolenia 7,  09-541 Pacyna | | | Pon.-pt.:  7.30 - 15.30 | 24 285 80 60 | gops@pacyna.mazowsze.pl | Każdy mieszkaniec Gminy Pacyna |
| 26. | Gminny Zespół Interdyscyplinarny w Gostyninie | | ul. Parkowa 32,  09-500 Gostynin | | | Pon.-pt.:  7.30 - 15.30 | 24 236 07 76 | gopsgost@wp.pl | Każdy mieszkaniec Gminy Gostynin |
| 27. | Gminny Zespół Interdyscyplinarny w Szczawinie Kościelnym | | Ul. Jana Pawła II 3,  09-550 Szczawin Kościelny | | | Pon.-pt.:  7.30 - 15.30 | 24 235 13 45 | gopsszczawin@poczta.onet.pl | Każdy mieszkaniec Gminy Szczawin Kościelny |
| 28. | Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy domowej w Mieście i Gminie Sanniki | | Ul. Wólczyńska 75,  09-540 Sanniki | | | Pon.-pt.:  7.30 - 15.30 | 24 277 61 56 | - | Każdy mieszkaniec Miasta i Gminy Sanniki |
| 29. | Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia” | | - wsparcie  - pomoc psychologiczna,  - informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej | Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych  Al. Jerozolimskie 155,  02-326 Warszawa | | | Czynne przez całą dobę | 800 120 002 | www.niebieskalinia.info  biuro@niebieskalinia.info | Dla osób doświadczających przemocy domowej |
| **INTERWENCJA KRYZYSOWA** | | | | | | | | | | |
| 30. | Powiatowy Zespół Zarządzania Kryzysowego | Monitorowanie bezpieczeństwa | | Biuro ds. Zarządzania Kryzysowego i Bezpieczeństwa  ul. Dmowskiego 13, pok. nr 8  09- 500 Gostynin | | | Pon.-pt.:  7.30-15.30 | 24 235 22 15 | zk@gostynin.powiat.pl | Świadek zagrożenia kryzysowego  Osoba poszukująca informacji na temat  zarządzania kryzysowego |
| 31. | Centralne Zarządzanie Kryzysowe | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa  Al. Ujazdowskie 5,  00-583 Warszawa | | | 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu | **Całodobowy dyżur:**  [(+48 47) 72 16 900 (-03)](tel:785700177)  [(+48) 785 700 177](tel:785700177)  e-mail:  dyzurny@rcb.gov.pl | http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/  poczta@rcb.gov.pl | Świadek zagrożenia kryzysowego  Osoba poszukująca informacji na temat  zarządzania kryzysowego |
| **DLA OSÓB BEZROBOTNYCH** | | | | | | | | | | |
| 32. | Powiatowy Urząd Pracy | Poradnictwo z zakresu promocji zatrudnienia, łagodzenia skutków bezrobocia i aktywizacji zawodowej | | ul. Płocka 66/68,  09-500 Gostynin | | | Pon.-pt.:  7.00-15.00 | 24 269 71 59 | www.gostynin.praca.gov.pl  sekretariat@gostynin.praca.gov.pl | Każdy mieszkaniec powiatu gostynińskiego |
| 33. | Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie Filia w Płocku | ul. Kolegialna 19,  09-402 Płock | | | Pon.-pt.:  8.00-16.00 | 24 264 03 75/76 | plock@wup.mazowsze.pl | Każdy mieszkaniec województwa mazowieckiego |
| 34. | Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia | Pod tym numerem udzielane są  informacje o usługach urzędów pracy. | | Centrum Informacyjno-Konsultacyjne Służb Zatrudnienia  Zielona Linia,  Ul. Trawiasta 20b,  15-161 Białystok | | | Pon.- pt.:  8.00-18.00 | 19 524  (z Polski)  +48 22 19524  (z zagranicy)  Infolinia płatna | www.zielonalinia.gov.pl  kontakt@zielonalinia.gov.pl | Mogą korzystać:  - zarejestrowani  -poszukujący pracy  - pracodawcy |
| **DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM** | | | | | | | | | | |
| 35. | Okręgowy Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przestępstwem w Płocku | Wsparcie informacyjne, psychologiczne,  prawne i finansowe | | aleja Jana Kilińskiego 12 ,  09-402 Płock | | | Pon.: 13.00-20.00  Wt.-pt..: 08.00-15.00  Sob.: 09.00-14.00 | Tel. 603 853 503 | pomagamy@irsie.org.pl | Osoby pokrzywdzone przestępstwem |
| 36. | Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przestępstwem w Gostyninie | mieści się przy:  Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Gostyninie  ul. Parkowa 32,  09-500 Gostynin | | | Śr.: 15.00-20.00  Czw.: 15.00-20.00 | Tel. 603 324 432 |
| 37. | Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przestępstwem w Ciechanowie | mieści się przy:  Fundacja reGeneracja w Ciechanowie  ul. Krótka 11,  06-400 Ciechanów | | | Pon.: 9.00-14.00  Śr.: 9.00-14.00 | Tel. 603 428 432 |
| **PRAWO KONSUMENCKIE** | | | | | | | | | | |
| 38. | Powiatowy Rzecznik Praw Konsumenta | Poradnictwo z zakresu ustaw konsumenckich oraz kodeksu cywilnego, występowanie do przedsiębiorców z interwencją pisemną na rzecz konsumentów, prowadzenie mediacji pomiędzy konsumentami, a przedsiębiorcami mające na celu rozstrzygnięcie sporu | | Ul. Dmowskiego 13, pok. nr 7  09-500 Gostynin | | | Pon.-pt.:  7.30-15.30 (przyjmowanie wniosków)  Środa: 9.00-12.00  (dyżur Rzecznika Praw Konsumenta) | 24 235 79 87  (w czasie dyżuru) | powiatowyrzecznik@gostynin.powiat.pl | Każdy mieszkaniec powiatu gostynińskiego |
| 39. | Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów | Ochrona praw konsumenckich | | UOKiK  Pl. Powstańców Warszawy 1,  00-950 Warszawa | | | Godziny pracy urzędu:  Pon.-pt.:  8:15 - 16:15  Godziny pracy kancelarii:  Pon.: 8:00 - 18:00  Wt.-pt.:  8:15 - 16:15 | Infolinia konsumencka  (prowadzona przez Federację Konsumentów)  801 440 220  222 66 76 76  Infolinia płatna | https://www.uokik.gov.pl/  porady@dlakonsumentow.pl | Dla każdego konsumenta |
| 40. | Federacja Konsumentów | Postępowanie w zakresie praw konsumenckich | | Oddział Federacji Konsumentów w Warszawie  ul. Trębacka 3  00-074 Warszawa | | | Pon.-pt.:  9.00-16.00 | Oddział świadczy pomoc dla konsumentów bez konieczności zapisywania się, w zależności od dostępności doradcy. Sugerujemy wcześniejsze ustalenie terminu spotkania | www.federacja-konsumentow.org.pl  warszawa@federacja-konsumentow.org.pl | Dla każdego konsumenta |
| 41. | Urząd Komunikacji Elektronicznej | Postępowanie w zakresie praw konsumenckich (dot. sporów w zakresie działalności telekomunikacyjnej, pocztowej) | | Ul. Giełdowa 7/9,  01-211 Warszawa | | | Pon.-pt.:  8.15-16.15 | (022) 33 04 000 | www.uke.gov.pl | Dla każdego konsumenta |
| 42. | Urząd Regulacji Energetyki –  Punkt Informacyjny dla Odbiorców Energii i Paliw Gazowych | Postępowanie w zakresie praw konsumenckich (dot. odbiorców energii) | | ul. Towarowa 25a,  00-869 Warszawa | | | Punkt Informacyjny dla Odbiorców Energii i Paliw Gazowych przyjmuje Odbiorców osobiście w siedzibie URE od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.15 do 14:00 | (22) 244 26 36  Infolinia działa od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.00 do 15:00 | www.ure.gov.pl  drr@ure.gov.pl | Dla każdego konsumenta |
| 43. | Urząd Transportu Kolejowego | Postępowanie w zakresie praw konsumenckich (dot. praw pasażerów, bezpieczeństwa i regulacji rynku kolejowego) | | Al. Jerozolimskie 134  02-305 Warszawa | | | Pon.–pt..:  8:15 16:15 | Rzecznik Praw Pasażera Kolei  przy Prezesie Urzędu Transportu Kolejowego:  801 044 080  22 460 40 80 | https://www.pasazer.gov.pl/  rzecznik@pasazer.gov.pl | Dla każdego konsumenta |
| **PRAWA PACJENTA** | | | | | | | | | | |
| 44. | Narodowy Fundusz Zdrowia  Mazowiecki Oddział Wojewódzki w Warszawie Delegatura w Płocku | Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego:  - prawa pacjenta  -leczenie w kraju i poza granicami  -kolejki do świadczeń | | Ul. Zygmunta Padlewskiego 18C,  09-402 Płock | | Pon.-pt.:  8.00 - 16.00 | | 24 352 90 00 | plock@nfz-warszawa.pl | Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym |
| 45. | Rzecznik Praw Pacjenta | Ochrona praw pacjenta | | Biuro RPP  ul. Młynarska 46, 01-171 Warszawa | | Biuro:  Pon. 9.00-18.00,  Wt.-pt.: 9.00-15.00  Telefoniczna Informacja Pacjenta:  Pon.-pt.: 8.00-18.00 | | 800 190 590  Bezpłatna infolinia  Zapisy na poradę osobistą:  (22) 532 82 50 | https://www.bpp.gov.pl  kancelaria@rpp.gov.pl | Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta |
| 46. | Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala | Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego:  - prawa pacjenta  -leczenie w kraju i poza granicami  -kolejki do świadczeń | | Narodowy Fundusz Zdrowia  Rakowiecka 26/30,  02-528 Warszawa | | Pon.-pt.:  8.00 - 16.00 | | 800 190 590  Bezpłatna infolinia | http://www.nfz.gov.pl  KancelariaElektroniczna@nfz.gov.pl | Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym |
| 47. | Pełnomocnik Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych | Ochrona praw osób niepełnosprawnych | | SIEDZIBA  ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa  Telefon  (22) 461 60 00  KORESPONDENCJA  Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa | | Pon.-pt.:  8.30-15.30 | | 538 117 590 | 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 |
| **PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH** | | | | | | | | | | |
| 48. | ZUS Inspektorat w Gostyninie | Poradnictwo emerytalno-rentowe, ubezpieczenia społeczne | | Ul. Płocka 37a,  09-500 Gostynin | | | Obsługa klientów:  Pon.: 8.00-17.00  Wt.-pt.: 8.00-15.00 | 22 560 16 00 | - | Właściwy dla miejsca wystawienia zaświadczenia lekarskiego, siedziby pracodawcy lub miejsca zamieszkania/pobytu osoby; zasięg terytorialny:  Miasto: Gostynin  Miasto i Gmina Sanniki  Gminy: Gostynin, Pacyna, Szczawin Kościelny |
| 49. | Centrum Obsługi Telefonicznej  Zakładu Ubezpieczeń Społecznych | Zakres informacji:  - pomoc techniczna  - składki  - renty  - emerytury | | Centrala:  ul. Szamocka 3-5,  01-748 Warszawa  (w centrali nie jest prowadzona bezpośrednia obsługa klientów) | | | Pon.-pt.:  7.00 – 18.00 | 22 560 16 00  z telefonów komórkowych oraz stacjonarnych krajowych i zagranicznych | https://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-  cot@zus.pl | Adresaci porad:  - ubezpieczeni  - płatnicy  - lekarze |
| **PRAWO PRACY** | | | | | | | | | | |
| 50. | Państwowa Inspekcja Pracy  Okręgowy Inspektorat Pracy w Warszawie  Oddział w Płocku | Porady z zakresu prawa pracy | | ul. 1-go Maja 7a,  09-400 Płock | | | Pon.-pt.:  8.00 - 16.00 | 024 262 99 60 | otplock@warszawa.pip.gov.pl | właściwy dla miejsca zamieszkania |
| 51. | Centrum Poradnictwa  Państwowej Inspekcji Pracy (PIP) | **Porady z zakresu prawa pracy** | | **Główny Inspektorat Pracy** ul. Barska 28/30, 02-315 Warszawa | | | Pon.-pt.:  8.00 - 16.00 | 801 002 405  (dla tel. stacj.)  459 595 405  (dla tel. kom.) | www.bip.pip.gov.pl  kancelaria@gip.pip.gov.pl | każdy |
| **PRAWO PODATKOWE** | | | | | | | | | | |
| 52. | **Urząd Skarbowy w Gostyninie** | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc. | | ul. Płocka 10,   09-500 Gostynin | | | Pon.:  8.00 - 18.00  Wt.- pt.:  8.00 - 15.00 | (24) 235-89-74 | us.gostynin@mf.gov.pl | Właściwy dla miejsca zamieszkania |
| 53. | Krajowa Informacja Skarbowa | ul. Warszawska 5,  43-300 Bielsko-Biała | | | Pon.- pt.:  7.00-15.00 | 801 055 055  (z tel. stacjonarnych)  (22) 330 03 30  Z tel. komórkowych.  + 48 (22) 33 00 330  (z tel. zagranicznych) | https://www.kis.gov.pl/ | Z porad może skorzystać każdy podatnik |
| **DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO** | | | | | | | | | | |
| 54. | Rzecznik Finansowy  (Ubezpieczonych) | Prawa ubezpieczonych | | Biuro Rzecznika Finansowego  ul. Nowogrodzka 47A  00-695 Warszawa | | | Pon.-pt.:  8.00-18.00 | Rynek ubezpieczeniowo – emerytalny **(22) 333 73 28**  **Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego**  22 333 73 25 | **Porady** **e-mail:** porady@rf.gov.pl  https://rf.gov.pl/kontakt  biuro@rf.gov.pl | Osoby ubezpieczone  i w sporze dotyczącym ubezpieczeń |
| **INNE** | | | | | | | | | | |
| 55. | Rzecznik Praw Obywatelskich | Ochrona praw obywatelskich | | Biuro RPO  Al. Solidarności 77,  00-090 Warszawa | | | Pon.: 9.00-17.00  Wt.- pt.: 9.00-15.00 | (22) 55 17 700 | https://www.rpo.gov.pl  biurorzecznika@brpo.gov.pl | Może zgłosić się każdy, kto uważa,  że jego prawa są naruszone |
| 56. | **WWW.OBYWATEL.GOV.PL** | | | | | | | | | |