

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
<b>RODZINNE</b>						
1	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Porady pedagogiczne i psychologiczne dla rodziców i par	ul. Mątewska 17 Inowrocław	52 35 92 255	Pon.-Pt. 7:30-15:30	biuro@pcpr-ino.pl Každy mieszkaniec powiatu inowrocławskiego
2	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej	Poradnictwo psychologiczne, rodzinne i socjalne	ul. Św. Ducha 90 Inowrocław	52 35 71 031	Pon.-Pt. 7.30-15.30 Wt. 7.30-17:00	inowroclaw.samorzady.pl Každy mieszkaniec powiatu inowrocławskiego
3	Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie	Poradnictwo: psychologiczne, prawne, socjalne, rodzinne	ul. Sportowa 4 Jaksice	52 35 78 932	Psycholog Pon. 14:15-19:15 Prawnik Śr. 8:00-12:00	sow@pcpr-ino.pl Každy mieszkaniec powiatu inowrocławskiego
<b>PSYCHOLOGICZNE</b>						
4	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	Poradnictwo psychologiczne i pedagogiczne dla dzieci i młodzieży	ul. Mątewska 17 Inowrocław	52 35 92 266	Pon.-Pt. 7:30-15.30	ppp-ino@o2.pl Placówka oświatowa dla dzieci i młodzieży
5	Poradnia Zdrowia Psychicznego	Udzielanie porad oraz leczenie zaburzeń psychicznych	ul. Poznańska 97 Inowrocław	52 35 45 338	Pon. 7:30-15:30 Wt. 8:00-14:00 Śr. 8:00-14:00 Czw. 8:00-18:00 Pt. 7:30-15:30	przychodnia@szpital.ino.pl Každy mieszkaniec powiatu inowrocławskiego
6	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	liniawsparcia.pl porady@liniawsparcia.pl Dla osób będących w kryzysie psychicznym
<b>POMOC SPOŁECZNA</b>						
7	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Porady pedagogiczne i psychologiczne dla rodziców i par	ul. Mątewska 17 Inowrocław	52 35 92 255	Pon.-Pt. 7:30-15:30	biuro@pcpr-ino.pl Každy mieszkaniec powiatu inowrocławskiego

8	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	Poradnictwo psychologiczne, rodzinne i socjalne	ul. Królowej Jadwigi 43 Inowrocław	52 35 55 859	Psycholog Pon. 11:00-12:00 Prawnik pierwszy poniedziałek miesiąca 15:30-17:30 Pracownik Socjalny Pon.Pt.-7:30-15:30	gops@gopsinowroclaw.pl	Każdy mieszkaniec gminy Inowrocław
9	Miejsko Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	Poradnictwo: psychologiczne, prawne, socjalne,	ul. Rybacka 20 Kruszwica	52 35 15 489	Prawnik Pon. 16:00-19:00 Psycholog Pon.7:15-13:00 Wt. 7:15-12:15 Śr. 7:15-11:30 Specjalista pracy socjalnej Pon.-Pt. 7:15-15:15	mgopskruszwica.pl	Każdy mieszkaniec gminy Kruszwica
10	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	Poradnictwo psychologiczne, rodzinne i socjalne	ul. Rojewo 8 Rojewo	52 35 47 920	Psycholog Śr. 15:00-18:00 Prawnik Pt. 16:00-19:00	gopsrojewo.bipstrona.pl	Każdy mieszkaniec gminy Rojewo
11	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	Poradnictwo psychologiczne, rodzinne i socjalne	ul. Powstańców Wielkopolskich 6 Złotniki Kujawskie	52 35 17 160	Psycholog co drugi piątek 16:00-19:00 Prawnik co drugi wtorek 17:00-20:00	zlotnikikuj.naszops.pl	Każdy mieszkaniec gminy Złotniki Kujawskie
12	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	Poradnictwo psychologiczne, rodzinne i socjalne	ul. Dworcowa 8c Gniewkowo	52 35 85 360	Czwartek 15:30-17:30	mgops-gniewkowo.pl	Każdy mieszkaniec gminy Gniewkowo
13	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	Poradnictwo psychologiczne, rodzinne i socjalne	ul. Topolowa 2 Dąbrowa Biskupia	52 35 12 136	Pon. 7:00-15:00 Wt. 7:30-16:30 Śr. 7:00-15:00 Czw. 7:00-15:00 Pt. 7:00-14:00	dabrowabiskupia.pl	Każdy mieszkaniec gminy Dąbrowa Biskupia
14	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	Poradnictwo psychologiczne, rodzinne i socjalne	ul. Miła 11 Janikowo	52 35 14 434	Pon. 7:00-15:00 Wt. 7:00-16:00 Śr. 7:00-15:00	mgops.janikowo.bipstrona.pl	Każdy mieszkaniec gminy Janikowo

					Czw. 7:00-15:00 Pt. 7:00-14:00		
15	Ośrodek Pomocy Społecznej	Poradnictwo psychologiczne, rodzinne i socjalne	ul. Inowrocławska 14 Pakość	52 35 18 137	Pon.-Pt. 7:00-15.00	opspakosc.bipstrona.pl	Każdy mieszkaniec gminy Pakość
16	Schronisko dla osób bezdomnych Towarzystwo Pomocy im. św. Brata Alberta	Schronisko-ośrodek czasowego pobytu Noclegownia-czynne w porze nocnej Dom-Ośrodek Stałego Pobytu Samotne Matki- przed urodzeniem i kilka miesięcy po urodzeniu dziecka	ul. Jacewska 118 Inowrocław	52 35 71 122	Całą dobę	inowroclaw@tpba.pl	Dla osób bezdomnych
<b>ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ</b>							
17	Ośrodek Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Uzależnień	Konsultacje, terapia, pomoc psychologiczna, praca nad przemocą, programy profilaktyczne, edukacyjne i korekcyjne	ul. Toruńska 26 Inowrocław	52 35 74 389	Pon.-Pt. 7:00-15:00	profilaktyka.inowroclaw.info.pl	Każdy mieszkaniec powiatu inowrocławskiego
18	Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Pomoc dla osób uzależnionych i współuzależnionych	ul. Toruńska 26 Inowrocław	52 35 74 389	Telefoniczna rejestracja	miejska@inowroclaw.info.pl	Każdy mieszkaniec powiatu inowrocławskiego
<b>PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ</b>							
19	Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie	Pomoc Ofiarom Przemocy w Rodzinie	ul. Sportowa 4 Jaksice	52 35 78 932	Całą dobę	sow@pcpr-ino.pl	Każdy mieszkaniec powiatu inowrocławskiego
20	Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka	Pomoc Ofiarom Przemocy w Rodzinie	ul. Armii Krajowej 9 Inowrocław	52 35 59 340	Pon. 11:00–18:00 Wt. 10:00–17:00 Śr. 13:00–20:00 Czw. 11:00–18:00 Pt. 09:00–16:00 Sob. 09:00–15:00	tkopd.inowroclaw.pl	Każdy mieszkaniec powiatu inowrocławskiego
21	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar	- wsparcie - pomoc	Państwowa Agencja Rozwiązywania	800 120 002	Pon.–Sob. 8:00–22:00	niebieskalinia.info	Dla osób doświadczających

	Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”	psychologiczna, - informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej	Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa	Bezpłatna infolinia	Ndz. i święta 8:00–16:00	<a href="mailto:biuro@niebieskalinia">biuro@niebieskalinia</a>	przemocy domowej
<b>INTERWENCJA KRYZYSOWA</b>							
22	Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Świadczenie bezpłatnej i anonimowej pomocy osobom, rodzinom, które znalazły się w trudnej dla nich sytuacji życiowej	ul. Mątewska 17 Inowrocław	52 35 92 249	Pon.-Pt. 7:30-15:30	<a href="mailto:oik@pcpr-ino.pl">oik@pcpr-ino.pl</a>	Każdy mieszkaniec powiatu inowrocławskiego
23	Centralne Zarządzenie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa ul. Rakowiecka 2A 00-993 Warszawa	Całodobowy dyżur: (22) 361 69 00 (22) 785 700 177 e-mail: <a href="mailto:dyzurny@rcb.gov.p">dyzurny@rcb.gov.p</a>	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	<a href="http://gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe">gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe</a> <a href="mailto:poczta@rcb.gov.pl">poczta@rcb.gov.pl</a>	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
<b>DLA OSÓB BEZROBOTNYCH</b>							
24	Powiatowy Urząd Pracy	Przygotowanie zawodowe, pośrednictwo pracy, doradztwo zawodowe, rejestracja bezrobotnych, prace interwencyjne, roboty publiczne, staże	ul. Mątewska 17 Inowrocław	52 35 92 400	Pon.-Pt. 7:00-15:00	<a href="http://pup.inowroclaw.pl">pup.inowroclaw.pl</a> <a href="http://bip.pupinowroclaw.pl">bip.pupinowroclaw.pl</a>	Każdy mieszkaniec powiatu inowrocławskiego
25	Wojewódzki Urząd Pracy	Przygotowanie zawodowe, pośrednictwo pracy, doradztwo zawodowe, rejestracja bezrobotnych, prace interwencyjne, roboty publiczne, staże	ul. Szosa Chełmińska 30/32 Toruń	56 66 93 900	Pon.-Pt. 7:30-15:30	<a href="mailto:wup@wup.toruń.pl">wup@wup.toruń.pl</a>	Każdy mieszkaniec województwa kujawsko-pomorskiego

26	Klub Pracy	Aktywizacja zawodowa	ul. Mątewska 17 Inowrocław	52 35 92 400	Pon.-Pt. 7:00-15:00	pup.inowroclaw.pl bip.pupinowroclaw.pl	Każdy mieszkaniec powiatu inowrocławskiego
27	Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia	Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy.	ul. Trawiasta 20b 15-472 Białystok.	19 524 (z Polski) +48 22 19524 (z zagranicy) Koszt zgodnie z taryfą operatora.	Pon.-Pt. 8:00-18:00	zielonalinia.gov.pl biuro@zielonalinia.gov.pl	Mogą korzystać: - zarejestrowani -poszukujący pracy - pracodawcy
<b>DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM</b>							
28	Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem	Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	ul. Armii Krajowej 9 Inowrocław	52 35 59 340 dyżur całodobowy 793 865 694	Pon. 10:00-18:00 Wt. 10:00-18:00 Śr. 12:00-20:00 Czw. 10:00-18:00 Pt. 9:30-16:30 Sob. 9:00-15:00	pokrzywdzeni.gov.pl funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl	Osoby pokrzywdzone przestęstwem i ich osoby bliskie
<b>PRAWO KONSUMENCKIE</b>							
29	Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów	Sprawy Konsumentckie	Aleja Ratuszowa 38 Inowrocław	52 35 92 106	Pon.-Wt. 7:30-15:30 Śr. 8:00-12:00	konsument@inowroclaw.powiat.pl	Każdy mieszkaniec powiatu inowrocławskiego
30	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Ochrona praw konsumentckich	UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	Infolinia konsumentcka 801 440 220 22 290 89 16 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	Pon.-Pt. 8:00-18:00	uokik.gov.pl porady@dlakonsumentow.pl	Prawo konsumentckie
<b>PRAWA PACJENTA</b>							
31	Rzecznik Praw Pacjenta	Ochrona praw pacjenta	Biuro RPP ul. Młynarska 46. 01-171 Warszawa	800 190 590 Bezpłatna infolinia Zapisy na poradę osobistą: rezerwacja@rpp.gov.pl lub (22) 532 82 43	Pon.-Pt. 8:00-20:00	.bpp.gov.pl kancelaria@rpp.gov.pl	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta

32	Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta -leczenie w kraju i poza granicami -kolejki do świadczeń	Narodowy Fundusz Zdrowia ul.Grójecka 186 02-390 Warszawa	Infolinia Centralna <b>800 392 976 (*)</b> <b>22 572 60 42 (**)</b> (*) połączenia bezpłatne (**) koszt zgodnie z taryfą operatora Także każdy oddział NFZ posiada własną infolinię	Pon.-Pt. 8:00-16:00	<a href="http://nfz.gov.pl">nfz.gov.pl</a> <a href="mailto:infolinia@nfz.gov.pl">infolinia@nfz.gov.pl</a>	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
33	Rzecznik Praw 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	<b>801 801 015</b> Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	Pon.-Pt. 8:00-17:00	<a href="http://niepelnosprawni.gov.pl">niepelnosprawni.gov.pl</a> <a href="mailto:sekretariat.bon@mrpips.gov.pl">sekretariat.bon@mrpips.gov.pl</a>	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych
34	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania	Ochrona praw dziecka	Biuro RPD ul.Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa tel.: (22) 583 66 00 . fax.: (22) 583 66 96. pn.-pt. godz.08.15-16.15.	<b>800 121 212</b> Bezpłatna infolinia	Pon.-Pt. 8:15-20:00 (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią)	<a href="http://brpd.gov.pl">brpd.gov.pl</a> <a href="mailto:rpd@brpd.gov.pl">rpd@brpd.gov.pl</a>	Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.
<b>PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH</b>							
35	Punkt Informacyjny Zakładu Ubezpieczeń Społecznych inspektorat w Inowrocławiu	Ogólne informacje, pomoc w wypełnianiu formularzy, złożenie wniosków i dokumentów	ul. Solankowa 15 Inowrocław	22 56 01 600	Pon. 7:00-18:00 Wt.-Pt. 7:00-15:00	<a href="http://zus.pl">zus.pl</a>	Każdy mieszkaniec powiatu inowrocławskiego

36	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w <u>Centrum Obsługi Telefonicznej</u> lub podczas wizyty osobistej w placówce jak wyżej. Nr centrali : (22) 667 10 00.	(22) 560 16 00 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.	Pon.-Pt. 7:00 – 18:00	<a href="mailto:zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot@zus.pl">zus.pl/o- zus/kontakt/centrum- obslugi-telefonicznej-cot- cot@zus.pl</a>	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze
<b>PRAWO PRACY</b>							
37	Okręgowa Inspekcja Pracy w Bydgoszczy	Zakres prawa pracy	Plac Piastowski 4a 85-012 Bydgoszcz	52 32 02 400	Pon.-Pt. 7.30-15.30	<a href="mailto:bydgoszcz.pip.gov.pl">bydgoszcz.pip.gov.pl</a> <a href="mailto:kancelaria@bydgoszcz.pip.gov.pl">kancelaria@bydgoszcz.pip.gov.pl</a>	Każdy mieszkaniec powiatu inowrocławskiego
38	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	801 002 006 (dla 7tel. stacj.) 459 599 000 (dla 7tel. kom.) 22 391 83 60 (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. <b>Uwaga!!!</b> naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie .		<a href="mailto:bip.pip.gov.pl">bip.pip.gov.pl</a> , <a href="mailto:kancelaria@gip.pip.gov.pl">kancelaria@gip.pip.gov.pl</a>	
<b>PRAWO PODATKOWE</b>							
39	Urząd Skarbowy w Inowrocławiu	Obsługa podatnika, orzecznictwa, poboru i egzekucji oraz kontroli	Al. Niepodległości 5 Inowrocław	52 58 76 000	Pon.7:30-18:00 Wt.-Pt.7:30-15:30	<a href="mailto:us.inowroclaw@mf.gov.pl">us.inowroclaw@mf.gov.pl</a>	Każdy mieszkaniec powiatu inowrocławskiego

40	Krajowa Informacja Skarbowa	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Teodora Sixta 17, 43-300 Bielsko-Biała	801 055 055 z tel. stacjonarnych (22) 33 00 330 z tel. komórkowych (22) 33 00 330 z tel. zagranicznych Koszt zgodnie z taryfą operatora	Pon.- pt. 7:00-18:00	<a href="http://kis.gov.pl">kis.gov.pl</a> więcej: <a href="mailto:poradnikprzedsiebiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa">poradnikprzedsiebiorcy.pl /-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa</a>	Z porad może skorzystać każdy podatnik
<b>DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO</b>							
41	Rzecznik Finansowy. (Ubezpieczonych)	Prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87 02-001 Warszawa.	<u>Ubezpieczenia gospodarcze</u> (22) 333 73 28 <u>Ubezpieczenia Społeczne, OFE ZUS</u> (22) 333 73 26 lub (22) 333 73 27 <u>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego</u> (22) 333 73 25	Pon.-Pt. 8:00-18:00  Pon.-Pt. 11:00-15:00  Pon.-Pt. 8:00-16:00	<b>Porady e-mail:</b> <a href="mailto:porady@rf.gov.pl">porady@rf.gov.pl</a> (czas oczekiwania na odpowiedź e-mailową ok.2 tygodni)  <a href="http://rf.gov.pl/kontakt">rf.gov.pl/kontakt</a>  <a href="mailto:biuro@rf.gov.pl">biuro@rf.gov.pl</a>	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń
<b>INNE</b>							
42	<a href="http://WWW.OBYWATEL.GOV.PL">WWW. OBYWATEL.GOV.PL</a>			Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji			
43	Rzecznik Praw Obywatelskich	Ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO Al. Solidarności 77. 00-090 Warszawa	800 676 676 . Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych	Pon.10:00-18:00 Wt.-Pt. 8:00-16:00	<a href="http://rpo.gov.pl">rpo.gov.pl</a> <a href="mailto:biurorzecznika@brpo.gov.pl">biurorzecznika@brpo.gov.pl</a> .pl	Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone