

LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU SANOCKIEGO

Część I

| Lp. | Nazwa jednostki | Zakres poradnictwa | Adres | Telefon (e-mail, strona internetowa) | Dni i godziny działalności | Kryteria dostępu |
|------------------------|--|--|--|--|---|-------------------------|
| POMOC SPOŁECZNA | | | | | | |
| 1. | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Besku | Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej | ul. Podkarpacka 5, 38-524 Besko | 13 46 73 318, 605 205 637 e-mail: gops@besko.pl http://www.gops.besko.pl | Poniedziałek godz. 7.00 - 17.00 wtorek-czwartek godz. 7.30 - 15.30 piątek godz. 7.30-13.30 | Każdy mieszkaniec gminy |
| 2. | Centrum Usług Społecznych w Bukowsku | Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej, przeciwdziałania przemocy w rodzinie i ochrony ofiar przemocy, rozwiązywania problemów alkoholowych oraz przeciwdziałania narkomanii (Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych), | ul. Bieszczadzka 6, 38-505 Bukowsko | 13 46 74 015 w. 31, 39, 50, 55, 56 e-mail: cus@bukowsko.pl https://cus.bukowsko.pl | Poniedziałek godz. 8.00-16.00 wtorek-piątek godz. 7.00-15.00 (zalecany kontakt telefoniczny z koordynatorem indywidualnych planów usług społecznych celem umówienia terminu wizyty) | Każdy mieszkaniec gminy |

| | | | | | | |
|----|--|---|------------------------------------|---|---|-------------------------|
| | | a także poradnictwo specjalistyczne (np. prawne, psychologiczne) realizowane w ramach Punktu Informacyjno Konsultacyjnego | | | | |
| 3. | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Komańczy | Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej | 38-543 Komańcza 166 | 13 46 77 350 e-mail: gops@komancza.pl https://komancza.naszops.pl | Poniedziałek, wtorek i środa godz. 7.00-15.00 czwartek godz. 7.00-17.00 piątek godz. 7.00-13.00 | Każdy mieszkaniec gminy |
| 4. | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sanoku | Poradnictwo psychologiczne i prawne w szczególności z zakresu pomocy społecznej, prawa rodzinnego, dla osób pokrzywdzonych przestępstwem, w sprawach przeciwdziałania przemocy w rodzinie | ul. Kościuszki 23, 38-500 Sanok | 13 46 56 572 e-mail: gopssanok@gminasanok.pl https://www.gops.sanok.pl | Poniedziałek, wtorek, czwartek i piątek godz. 7.30-15.30 środa godz. 7.30-17.30 | Każdy mieszkaniec gminy |
| 5. | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Tyrawie Wołoskiej | Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej | 38-535 Tyrawa Wołoska 175 | 13 46 56 939 e-mail: gops@tyrawa.pl http://www.tyrawa.pl | Poniedziałek godz. 7.30-18.00 wtorek, środa, czwartek godz. 7.30-15.30 piątek godz. 7.30-13.00 | Każdy mieszkaniec gminy |

| | | | | | | |
|----|---|---|---|--|---|--|
| 6. | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Zarszynie | Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej | ul. Bieszczadzka 13, 38-530 Zarszyn | 13 46 710 49 e-mail: gops@zarszyn.pl http://www.gops.zarszyn.pl | Poniedziałek, środa, czwartek godz. 7.30-15.30 wtorek godz. 7.30-17.00 piątek godz. 7.30-14.00 | Każdy mieszkaniec gminy |
| 7. | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sanoku | Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej/ poradnictwo prawne, psychologiczne i rodzinne | ul. Zaulek Dobrego Wojaka Szwejka 4, 38-500 Sanok | 13 46 08 030 e-mail: sekretariat@mops.sanok.pl https://mops.sanok.pl | Od poniedziałku do piątku godz. 7.30-15.30 | Każdy mieszkaniec miasta/klienci MOPS-u |
| 8. | Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Zagórz | Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej | ul. Targowa 5, 38-540 Zagórz | 13 46 23 373 e-mail: mgops@zagorz.pl http://www.mgopszagorz.naszops.pl | Poniedziałek godz. 8:00- 16:00 wtorek – piątek godz. 7:30-15:30 | Każdy mieszkaniec gminy |
| 9. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sanoku | Pomoc społeczna, poradnictwo prawne, psychologiczne i rodzinne | ul. Szopena 5, 38-500 Sanok | 13 46 43 593 e-mail: pcpr@sanok.naszepcpr.pl https://sanok.naszepcpr.pl | Od poniedziałku do piątku godz. 7.30-15.30 - prawnik – pierwszy i trzeci poniedziałek miesiąca w godz. 11.30-13.30, - psycholog, - psychoterapeuta Z pomocy można skorzystać po wcześniejszym ustaleniu terminu pod numerem telefonu: | Każdy mieszkaniec powiatu po wcześniejszym ustaleniu terminu |

| | | | | | | |
|-----------------------------|--|---|---|--|--|---|
| | | | | | 13 46 43 593 lub osobiście w siedzibie PCPR | |
| PORADNICTWO RODZINNE | | | | | | |
| 10. | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sanoku | Poradnictwo psychologiczne i prawne w szczególności z zakresu pomocy społecznej, prawa rodzinnego, dla osób pokrzywdzonych przestępstwem, w sprawach przeciwdziałania przemocy w rodzinie | ul. Kościuszki 23, 38-500 Sanok | 13 46 56 572 e-mail: gopssanok@gminasanok.pl https://www.gops.sanok.pl | Poniedziałek, wtorek, czwartek i piątek godz. 7.30-15.30 środa godz. 7.30-17.30 | Każdy mieszkaniec gminy |
| 11. | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sanoku | Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej/ poradnictwo prawne, psychologiczne i rodzinne | ul. Zaulek Dobrego Wojaka Szwejka 4, 38-500 Sanok | 13 46 08 030 e-mail: sekretariat@mops.sanok.pl https://mops.sanok.pl/ | Od poniedziałku do piątku godz. 7.30-15.30 | Każdy mieszkaniec miasta/klienci MOPS-u |
| 12. | Punkt Informacyjno-Konsultacyjny w Tyrawie Wołoskiej | 1. Poradnictwo z zakresu przemocy w rodzinie, profilaktyki uzależnień, problemów opiekuńczo-wychowawczych, poradnictwo pedagogiczne i rodzinne 2. Poradnictwo psychologiczne | 38-535 Tyrawa Wołoska 175 | 13 46 56 939 | Poniedziałek godz. 7.30-18.00 wtorek, środa, czwartek godz. 7.30-15.30 piątek godz. 7.30-13.00 Terminy ustalone w zależności od potrzeb – 2 godziny w miesiącu | Każdy mieszkaniec gminy, w każdym czasie Każdy mieszkaniec gminy, po uprzednim |

| | | | | | | |
|-----|---|--|-----------------------------|---|---|---|
| | | | | | | zgłoszeniu w GOPS |
| 13. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sanoku | Pomoc społeczna, poradnictwo prawne, psychologiczne i rodzinne | ul. Szopena 5, 38-500 Sanok | 13 46 43 593 e-mail: pcpr@sanok.naszepcpr.pl https://sanok.naszepcpr.pl | Od poniedziałku do piątku godz. 7.30-15.30 - prawnik – pierwszy i trzeci poniedziałek miesiąca w godz. 11.30-13.30, - psycholog, - psychoterapeuta Z pomocy można skorzystać po wcześniejszym ustaleniu terminu pod numerem telefonu: 13 46 43 593 lub osobiście w siedzibie PCPR | Każdy mieszkaniec powiatu po wcześniejszym ustaleniu terminu |
| 14. | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Sanoku | Poradnictwo psychologiczno-pedagogiczne, w tym pomoc logopedyczna, pomoc w wyborze kierunków kształcenia i zawodu dla dzieci i młodzieży, terapia integracji sensorycznej, terapia EEG, Biofeedback, a także | ul. Szopena 5, 38-500 Sanok | 13 46 316 71 e-mail: poradniapp@sanok.com.pl http://sanok.naszaporadnia.com | Poniedziałek, wtorek, czwartek i piątek godz. 7.30-15.30 środa godz. 7.30-16.00 | Uczniowie, ich rodzice i nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek mających siedzibę na terenie powiatu |

| | | | | | | |
|--|---|--|-------------------------------------|---|---|--|
| | | pomoc psychologiczno-pedagogiczna dla rodziców i nauczycieli związana z wychowaniem i kształceniem | | | | |
| PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE I PEDAGOGICZNE | | | | | | |
| 15. | Centrum Usług Społecznych w Bukowsku | Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej, przeciwdziałania przemocy w rodzinie i ochrony ofiar przemocy, rozwiązywania problemów alkoholowych oraz przeciwdziałania narkomanii (Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych), a także poradnictwo specjalistyczne (np. prawne, psychologiczne) realizowane w ramach Punktu Informacyjno Konsultacyjnego | ul. Bieszczadzka 6, 38-505 Bukowsko | 13 46 74 015 w. 31, 39, 50, 55, 56 e-mail: cus@bukowsko.pl https://cus.bukowsko.pl | Poniedziałek godz. 8.00-16.00 wtorek-piątek godz. 7.00-15.00 (zalecany kontakt telefoniczny koordynatorem indywidualnych planów usług społecznych celem umówienia terminu wizyty) | Każdy mieszkaniec gminy |
| 16. | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Sanoku | Poradnictwo psychologiczno-pedagogiczne, w tym pomoc logopedyczna, pomoc w wyborze kierunków kształcenia | ul. Szopena 5, 38-500 Sanok | 13 46 316 71 e-mail: poradniapp@sanok.com.pl http://sanok.naszaporadnia.com | Poniedziałek, wtorek, czwartek i piątek godz. 7.30-15.30 środa godz. 7.30-16.00 | Uczniowie, ich rodzice i nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek |

| | | | | | | |
|-----|--|---|-----------------------------|--|---|--|
| | | i zawodu dla dzieci i młodzieży, terapia integracji sensorycznej, terapia EEG Biofeedback, a także pomoc psychologiczno-pedagogiczna dla rodziców i nauczycieli związana z wychowaniem i kształceniem | | | | mających siedziby na terenie powiatu |
| 17. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sanoku | Pomoc społeczna, poradnictwo prawne, psychologiczne i rodzinne | ul. Szopena 5, 38-500 Sanok | 13 46 43 593 e-mail: pcpr@sanok.naszepcpr.pl https://sanok.naszepcpr.pl | Od poniedziałku do piątku godz. 7.30-15.30 - prawnik – pierwszy i trzeci poniedziałek miesiąca w godz. 11.30-13.30, - psycholog, - psychoterapeuta Z pomocy można skorzystać po wcześniejszym ustaleniu terminu pod numerem telefonu: 13 46 43 593 lub osobiście w siedzibie PCPR | Każdy mieszkaniec powiatu po wcześniejszym ustaleniu terminu |

| | | | | | | |
|-----|--|--|-------------------------------|---|--|---|
| 18. | Punkt Informacyjno-Konsultacyjny w Tyrawie Wołoskiej | <p>1. Poradnictwo z zakresu przemocy w rodzinie, profilaktyki uzależnień, problemów opiekuńczo-wychowawczych, poradnictwo pedagogiczne i rodzinne</p> <p>2. Poradnictwo psychologiczne</p> | 38-535 Tyrawa Wołoska 175 | 13 46 56 939 | <p>Poniedziałek godz. 7.30-18.00 wtorek, środa, czwartek godz. 7.30-15.30 piątek godz. 7.30-13.00</p> <p>Terminy ustalane w zależności od potrzeb – 2 godziny w miesiącu</p> | <p>Każdy mieszkaniec gminy, w każdym czasie</p> <p>Każdy mieszkaniec gminy, po uprzednim zgłoszeniu w GOPS-ie</p> |
| 19. | Punkt Poradnictwa Specjalistycznego w Besku | Poradnictwo prawne i psychologiczne | ul. Kolejowa 54, 38-524 Besko | 13 46 73 318, 13 46 108 01 e-mail: gops@besko.pl | <p>Co drugi wtorek godz. 15.00-18.00 – pomoc prawna</p> <p>Każdy czwartek godz. 12.00 -14.00 – poradnictwo psychologiczne</p> <p>Każdy czwartek godz. 15.00-18.00 – pomoc specjalisty ds. uzależnień</p> <p>Każdy pierwszy piątek miesiąca godz. 14.00-15.00 – poradnictwo psychologiczne dla rodziców</p> | Każdy mieszkaniec gminy, po wcześniejszym uzgodnieniu terminu wizyty |

DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

| | | | | | | |
|-----|--------------------------------|----------------------|-------------------------------------|---|---|--|
| 20. | Powiatowy Urząd Pracy w Sanoku | Poradnictwo zawodowe | ul. Rymanowska 20A, 38-500 Sanok | 13 46 57 000 e-mail: rzsa@praca.gov.pl https://sanok.praca.gov.pl | Od poniedziałku do piątku godz. 7.30-15.30 Godziny przyjęć interesantów 8.00-14.30 | Mieszkańcy powiatu zarejestrowani i niezarejestrowani w PUP, pracodawcy i ich pracownicy |
|-----|--------------------------------|----------------------|-------------------------------------|---|---|--|

PRAWO PRACY

| | | | | | | |
|-----|---|-----------------------------------|---|---|--|---------------------------|
| 21. | Państwowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy w Rzeszowie Oddział w Krośnie | Poradnictwo z zakresu prawa pracy | ul. Gen. Stanisława Maczka 4, 35-234 Rzeszów ul. Bieszczadzka 1, 38-400 Krosno | 17 717 20 00 e-mail: kancelaria@rzeszow.pip.gov.pl https://rzeszow.pip.gov.pl/pl 13 43 679 44 e-mail: krosno@rzeszow.pip.gov.pl Porady telefoniczne udzielane przez Centrum Poradnictwa PIP 801 002 006 – dla osób dzwoniących z telefonów stacjonarnych 459 599 000 – dla osób dzwoniących z telefonów komórkowych | Od poniedziałku do piątku godz. 7.30-15.30 Od poniedziałku do piątku godz. 9.00-15.00 | Każdy mieszkaniec powiatu |
|-----|---|-----------------------------------|---|---|--|---------------------------|

PRAWO PODATKOWE

| | | | | | | |
|-----|-----------------------------|--|---|--|---|---------------------------|
| 22. | Krajowa Informacja Skarbowa | Poradnictwo z zakresu informacji podatkowej lub celnej | ul. Warszawska 5, 43-300 Bielsko-Biała | 33 472 79 00 e-mail: kancelaria.kis@mf.gov.pl https://www.kis.gov.pl Informacje podatkowe i celne udzielane są pod numerami telefonów: 22 330 03 30 | Od poniedziałku do piątku godz. 8.00-18.00 | Każdy mieszkaniec powiatu |
|-----|-----------------------------|--|---|--|---|---------------------------|

| | | | | | | |
|--|--------------------------------------|---|---|--|---|---------------------------|
| | | | | (z telefonów komórkowych) 801 055 055 (z telefonów stacjonarnych) +48 22 330 03 30 (z zagranicy) | | |
| DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO | | | | | | |
| 23. | Rzecznik Finansowy | Porady, interwencje, postępowania polubowne, wsparcie w trakcie postępowania sądowego w sporach z podmiotami rynku finansowego | ul. Nowogrodzka 47A, 00-695 Warszawa | 22 333 73 26, 22 333 73 27 email: biuro@rf.gov.pl https://rf.gov.pl 22 333 73 25 - porady z zakresu problemów klientów podmiotów rynku bankowego i kapitałowego 22 333 73 28 - porady z zakresu problemów klientów rynku ubezpieczeniowo-emerytalnego e-mail: porady@rf.gov.pl | Poniedziałek, środa i piątek godz. 10.00-14.00 | Każdy mieszkaniec powiatu |
| PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY W RODZINIE | | | | | | |
| 24. | Centrum Usług Społecznych w Bukowsku | Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej, przeciwdziałania przemocy w rodzinie i ochrony ofiar przemocy, rozwiązywania problemów alkoholowych oraz przeciwdziałania narkomanii (Gminna | ul. Bieszczadzka 6, 38-505 Bukowsko | 13 46 74 015 w. 31, 39, 50, 55, 56 e-mail: cus@bukowsko.pl https://cus.bukowsko.pl | Poniedziałek godz. 8.00-16.00 wtorek-piątek godz. 7.00-15.00 (zalecany kontakt telefoniczny z koordynatorem indywidualnych planów usług społecznych celem | Każdy mieszkaniec gminy |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---------------------------------|--|--|---------------------------|
| | | Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych), a także poradnictwo specjalistyczne (np. prawne, psychologiczne) realizowane w ramach Punktu Informacyjno Konsultacyjnego | | | umówienia terminu wizyty) | |
| 25. | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sanoku | Poradnictwo psychologiczne i prawne w szczególności z zakresu pomocy społecznej, prawa rodzinnego, dla osób pokrzywdzonych przestępstwem, w sprawach przeciwdziałania przemocy w rodzinie | ul. Kościuszki 23, 38-500 Sanok | 13 46 56 572 e-mail: gopssanok@gminasanok.pl https://www.gops.sanok.pl | Poniedziałek, wtorek, czwartek i piątek godz. 7.30-15.30 środa godz. 7.30-17.30 | Każdy mieszkaniec gminy |
| 26. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sanoku | Pomoc społeczna, poradnictwo prawne, psychologiczne i rodzinne | ul. Szopena 5, 38-500 Sanok | 13 46 43 593 e-mail: pcpr@sanok.naszepcpr.pl https://sanok.naszepcpr.pl | Od poniedziałku do piątku godz. 7.30-15.30 - prawnik – pierwszy i trzeci poniedziałek miesiąca w godz. 11.30-13.30, - psycholog, - psychoterapeuta | Każdy mieszkaniec powiatu |

| | | | | | | |
|-----|--|---|-------------------------------------|--------------------|---|--|
| | | | | | Z pomocy można skorzystać po wcześniejszym ustaleniu terminu pod numerem telefonu: 13 46 43 593 lub osobiście w siedzibie PCPR | |
| 27. | Punkt Informacyjno-Konsultacyjny w Tyrawie Wołoskiej | 1. Poradnictwo z zakresu przemocy w rodzinie, profilaktyki uzależnień, problemów opiekuńczo-wychowawczych, poradnictwo pedagogiczne i rodzinne 2. Poradnictwo psychologiczne | 38-535 Tyrawa Wołoska 175 | 13 46 56 939 | Poniedziałek godz. 7.30-18.00 wtorek, środa, czwartek godz. 7.30-15.30 piątek godz. 7.30-13.00 Terminy ustalane w zależności od potrzeb – 2 godziny w miesiącu | Każdy mieszkaniec gminy, w każdym czasie Każdy mieszkaniec gminy, po uprzednim zgłoszeniu w GOPS-ie |
| 28. | Punkt Konsultacyjny dla Ofiar Przemocy oraz Rodzin z Problemami Alkoholowymi w Zarszynie | Poradnictwo dla osób doświadczających przemocy w rodzinie oraz pomoc osobom stosującym przemoc, poradnictwo z zakresu uzależnień | ul. Bieszczadzka 74, 38-530 Zarszyn | 13 46 71 001 w. 31 | środa godz. 15.30-18.30 - specjalista ds. uzależnień | Osoby doświadczające przemocy w rodzinie oraz osoby stosujące przemoc, a także osoby uzależnione i ich rodziny |

| | | | | | | |
|--|--|---|---|--|--|--|
| 29. | Punkt Poradnictwa Specjalistycznego w Besku | Poradnictwo prawne i psychologiczne | ul. Kolejowa 54, 38-524 Besko | 13 46 73 318, 13 46 108 01 e-mail: gops@besko.pl | Co drugi wtorek godz. 15.00-18.00 – pomoc prawna Každy czwartek godz. 12.00 -14.00 – poradnictwo psychologiczne Každy czwartek godz. 15.00-18.00 – pomoc specjalisty ds. uzależnień Každy pierwszy piątek miesiąca godz. 14.00-15.00 – poradnictwo psychologiczne dla rodziców | Každy mieszkaniec gminy, po wcześniejszym uzgodnieniu terminu wizyty |
| 30. | Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie MOPS w Sanoku | Poradnictwo socjalne i prawne, pomoc psychologiczna | ul. Zaułek Dobrego Wojaka Szwejka 4, 38-500 Sanok | 13 46 080 52 e-mail: sekretariat@mops.sanok.pl | Od poniedziałku do piątku godz. 7.30-15.30 | Osoby doświadczające przemocy domowej |
| DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM | | | | | | |
| 31. | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sanoku | Poradnictwo psychologiczne i prawne w szczególności z zakresu pomocy społecznej, prawa rodzinnego, dla osób pokrzywdzonych przestępstwem, | ul. Kościuszki 23, 38-500 Sanok | 13 46 56 572 e-mail: gopssanok@gminasanok.pl https://www.gops.sanok.pl | Poniedziałek, wtorek, czwartek i piątek godz. 7.30-15.30 środa godz. 7.30-17.30 | Každy mieszkaniec gminy |

| | | | | | | |
|--------------------------|--|---|---|---|--|---|
| | | w sprawach przeciwdziałania przemocy w rodzinie | | | | |
| 32. | Linia Pomocy Pokrzywdzonym | Poradnictwo psychologiczne i prawne | - | +48 222 309 900 e-mail: info@numerosos.pl | Całodobowo | Osoby pokrzywdzone przestępstwem i świadkowie |
| 33. | Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przystępstwem w Sanoku (Okręgowy Ośrodek w Krośnie) | Poradnictwo psychologiczne i prawne | ul. Mickiewicza 29, 38-500 Sanok | 536 151 532 , 531 995 236 | Środa godz. 7.00-12.00 piątek godz. 15.00-20.00 | Osoby pokrzywdzone przestępstwem, po wcześniejszym uzgodnieniu terminu wizyty |
| PRAWA KONSUMENTÓW | | | | | | |
| 34. | Powiatowy Rzecznik Konsumentów | Poradnictwo i informacja prawna z zakresu ochrony praw konsumenta | ul. Rynek 1, 38-500 Sanok | 13 46 52 918 e-mail: rzecznik@powiat-sanok.pl | Poniedziałek godz. 7.30-17.30 wtorek-piątek godz. 7.30-15.30 | Każdy mieszkaniec powiatu |
| 35. | Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów | Poradnictwo i informacja prawna z zakresu ochrony praw konsumenta | Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa | 22 55 60 800 e-mail: uokik@uokik.gov.pl https://uokik.gov.pl | Godziny pracy urzędu: od poniedziałku do piątku godz. 8.15-16.15 Godziny pracy kancelarii: poniedziałek godz. 8.00-18.00 wtorek-piątek godz. 8.15-16.15 | Każdy mieszkaniec powiatu |

| | | | | | | |
|-----------------------|------------------------------|--|--|---|---|---------------------------|
| | | | | Infolinia Konsumentka 801 440 220, 22 290 89 16 | Od poniedziałku do piątku godz. 10.00-18.00 | |
| PRAWA DZIECKA | | | | | | |
| 36. | Komitet Ochrony Praw Dziecka | Poradnictwo z zakresu praw i interesów dziecka | ul. Oleandrów 6, 00-629 Warszawa | 22 626 94 19 e-mail: kopd@kopd.pl https://kopd.pl | Od poniedziałku do piątku godz. 9.00-17.00 | Każdy mieszkaniec powiatu |
| 37. | Rzecznik Praw Dziecka | Ochrona praw dziecka, interwencja w sytuacji, kiedy dotychczasowe procedury okazały się nieskuteczne bądź ich zaniechano | ul. Chocimska 6, 00-791 Warszawa | 22 583 66 00 e-mail: rpd@brpd.gov.pl https://brpd.gov.pl Dziecięcy telefon zaufania Rzecznika Praw Dziecka 800 12 12 12 (całodobowo, 7 dni w tygodniu) | Od poniedziałku do piątku godz. 8.15-16.15 | Każdy mieszkaniec powiatu |
| PRAWA PACJENTA | | | | | | |
| 38. | Rzecznik Praw Pacjenta | Poradnictwo z zakresu praw pacjenta | Biuro RPP ul. Płocka 11/13 01-231 Warszawa | Telefoniczna informacja pacjenta 800 190 590 (czynna całą dobę) e-mail: kancelaria@rpp.gov.pl https://www.gov.pl/web/rpp | Przyjęcia interesantów: poniedziałek godz. 9.00-18.00 wtorek-piątek godz. 9.00-15.00 | Każdy mieszkaniec powiatu |
| 39. | Narodowy Fundusz Zdrowia | Poradnictwo z zakresu praw pacjenta, leczenia w kraju i poza granicami | ul. Rakowiecka 26/30 02-528 Warszawa | Sekretariat 22 572 63 81 e-mail: KancelariaElektroniczna@nfz.gov.pl https://www.nfz.gov.pl | Od poniedziałku do piątku godz. 8.00-16.00 | Każdy mieszkaniec powiatu |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|---------------------------|
| | | | | Telefoniczna Informacja Pacjenta NFZ: 800 190 590 infolinia (całodobowo, 7 dni w tygodniu) | | |
| PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH | | | | | | |
| 40. | Zakład Ubezpieczeń Społecznych Centrum Kontaktów Klientów (CKK) | Pomoc techniczna i obsługa e-ZLA, składki, renty, emerytury, zasiłki, informacje o świadczeniu wspierającym i świadczeniach rodzinnych | - | 22 560 16 00 e-mail: cot@zus.pl | Od poniedziałku do piątku godz. 7.00-18.00 | Każdy mieszkaniec powiatu |
| PROBLEMY ALKOHOLOWE I INNE UZALEŻNIENIA | | | | | | |
| 41. | Centrum Usług Społecznych w Bukowsku | Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej, przeciwdziałania przemocy w rodzinie i ochrony ofiar przemocy, rozwiązywania problemów alkoholowych oraz przeciwdziałania narkomanii (Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych), a także poradnictwo specjalistyczne (np. prawne, psychologiczne) realizowane w ramach | ul. Bieszczadzka 6, 38-505 Bukowsko | 13 46 74 015 w. 31, 39, 50, 55, 56 e-mail: cus@bukowsko.pl https://cus.bukowsko.pl | Poniedziałek godz. 8.00-16.00 wtorek-piątek godz. 7.00-15.00 (zalecany kontakt telefoniczny z koordynatorem indywidualnych planów usług społecznych celem umówienia terminu wizyty) | Każdy mieszkaniec gminy |

| | | | | | | |
|-----|---|--|--|--------------|---|---|
| | | Punktu Informacyjno Konsultacyjnego | | | | |
| 42. | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Komańczy | Poradnictwo z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych | 38-543 Komańcza 166 | 13 46 770 35 | Od poniedziałku do piątku godz. 7.00-15.00 | Każdy mieszkaniec gminy |
| 43. | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Gminie Sanok | Poradnictwo psychologiczne i prawne | ul. Kościuszki 23, 38-500 Sanok | 13 46 56 580 | Terminy ustalane w zależności od potrzeb | Uczestnicy Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, zamieszkali na terenie Gminy Sanok |
| 44. | Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Gminie Tyrawa Wołoska | Poradnictwo z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień | 38-535 Tyrawa Wołoska 175 | 13 46 56 939 | Terminy ustalane w zależności od potrzeb | Każdy mieszkaniec gminy, po uprzednim zgłoszeniu w GOPS-ie lub telefonicznie |
| 45. | Punkt Informacyjno-Konsultacyjny ds. Problemów Alkoholowych (PIK) w Sanoku | Poradnictwo psychologiczne, terapeutyczne i prawne | ul. Jana III Sobieskiego 1, 38-500 Sanok (I piętro) | 13 46 41 744 | Poniedziałek godz. 10.00-18.00 Wtorek godz. 8.00-18.00 Środa godz. 10.00-18.30 Czwartek godz. 10.00-15.30 Piątek godz. 8.00-16.00 Porady specjalistów | Osoby z problemem alkoholowym oraz będące w kryzysie |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|--|
| | | | | | <p>udzielających bezpłatnych porad odbywają się według następującego harmonogramu:</p> <p>Psychoterapeuta dla dzieci i młodzieży – poniedziałek, godz. 15.00-17.00 (dwa razy w miesiącu),</p> <p>Radca prawny – poniedziałek, godz. 15.30-17.30,</p> <p>Psychoterapeuta/ program POP – wtorek, godz. 16.00-18.00,</p> <p>Pedagog – środa, godz. 16.30-18.30,</p> <p>Specjalista z zakresu przeciwdziałania przemocy – piątek, godz. 15.00-16.00</p> <p>W godzinach pracy PIK dostępny jest Alkoholowy Telefon Zaufania – 13 46 301 00</p> | |
|--|--|--|--|--|---|--|

| | | | | | | |
|-----|--|---|--|-----------------------------|---|--|
| 46. | Punkt Informacyjno-Konsultacyjny w Tyrawie Wołoskiej | 1. Poradnictwo z zakresu przemocy w rodzinie, profilaktyki uzależnień, problemów opiekuńczo-wychowawczych, poradnictwo pedagogiczne i rodzinne 2. Poradnictwo psychologiczne | 38-535 Tyrawa Wołoska 175 | 13 46 56 939 | Poniedziałek godz. 7.30-18.00 wtorek, środa, czwartek godz. 7.30-15.30 piątek godz. 7.30-13.00 Terminy ustalane w zależności od potrzeb – 2 godziny w miesiącu | Każdy mieszkaniec gminy, w każdym czasie Każdy mieszkaniec gminy, po uprzednim zgłoszeniu w GOPS-ie |
| 47. | Punkt Informacyjno-Konsultacyjny ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Zagórze | Poradnictwo z zakresu uzależnień | Usytuowany obok siedziby Urzędu Miasta i Gminy w Zagórze, ul. 3 Maja 2, 38-540 Zagórze | 792 739 240, 13 46 22 062 | Wtorek godz. 15.00-18.00 czwartek godz. 15.00-17.00 | Osoby i rodziny z problemem alkoholowym, po wcześniejszym umówieniu terminu wizyty |
| 48. | Punkt Konsultacyjny dla Ofiar Przemocy oraz Rodzin z Problemami Alkoholowymi w Zarszynie | Poradnictwo dla osób doświadczających przemocy w rodzinie oraz pomoc osobom stosującym przemoc, poradnictwo z zakresu uzależnień | ul. Bieszczadzka 74, 38-530 Zarszyn | 13 46 71 001 w. 31 | środa godz. 15.30-18.30 – specjalista ds. uzależnień | Osoby doświadczające przemocy w rodzinie oraz osoby stosujące przemoc, a także osoby uzależnione i ich rodziny |
| 49. | Punkt Poradnictwa Specjalistycznego w Besku | Poradnictwo prawne i psychologiczne | ul. Kolejowa 54, 38-524 Besko | 13 46 73 318 , 13 46 108 01 | Co drugi wtorek godz. 15.00-18.00 – pomoc prawna Każdy czwartek godz. 12.00 -14.00 | Każdy mieszkaniec gminy, po wcześniejszym uzgodnieniu terminu wizyty |

| | | | | | | |
|------------------------------|---|--|------------------------------------|---|--|---|
| | | | | | <p>– poradnictwo psychologiczne</p> <p>Każdy czwartek godz. 15.00-18.00 – pomoc specjalisty ds. uzależnień</p> <p>Każdy pierwszy piątek miesiąca godz. 14.00-15.00 – poradnictwo psychologiczne dla rodziców</p> | |
| INTERWENCJA KRYZYSOWA | | | | | | |
| 50. | Starostwo Powiatowe w Sanoku, Wydział Zarządzania Kryzysowego | Monitorowanie, planowanie, reagowanie i usuwanie skutków zagrożeń na terenie powiatu | ul. Kościuszki 36, 38-500 Sanok | 13 46 57 627, 629 e-mail: obrona@powiat-sanok.pl | Od poniedziałku do piątku godz. 7.30-15.30 | Każdy mieszkaniec powiatu |
| 51. | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa | Przeciwdziałanie sytuacjom kryzysowym i usuwanie ich skutków | Al. Ujazdowskie 5, 00-583 Warszawa | Całodobowa służba dyżurna: (+48 47) 72 16 900 (-03), (+48) 785 700 177, e-mail: dyzurny@rcb.gov.pl Kancelaria (+48 47) 721 68 58 e-mail: poczta@rcb.gov.pl | 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu | Świadek zagrożenia kryzysowego, osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego |

Część II – Nieodpłatna pomoc prawna i nieodpłatne poradnictwo obywatelskie

Zapisy odbywają się pod numerem telefonu **13 46 52 939** (od poniedziałku do piątku w godzinach od 7.30 do 15.30) oraz za pośrednictwem strony internetowej <https://zapisy-np.ms.gov.pl/>.

Dla osób mających problemy w komunikowaniu się, istnieje możliwość umówienia wizyty drogą elektroniczną, adres e-mail: **npp@powiat-sanok.pl**.

Z porad może skorzystać każda osoba fizyczna, która nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej i która złoży stosowne oświadczenie, w tym osoba fizyczna prowadząca jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniająca innych osób w ciągu ostatniego roku. Pomoc udzielana osobie fizycznej prowadzącej jednoosobową działalność gospodarczą, która w ciągu ostatniego roku nie zatrudniała innych osób, stanowi pomoc de minimis udzielaną zgodnie z przepisami rozporządzenia Komisji (UE) 2023/2831 z dnia 13 grudnia 2023 r. w sprawie stosowania art. 107 i 108 Traktatu o funkcjonowaniu Unii Europejskiej do pomocy de minimis (Dz. Urz. UE L 2023/2831). Podmiot ubiegający się o pomoc de minimis przedstawia przed jej udzieleniem:

- 1) wszystkie zaświadczenia o pomocy de minimis i zaświadczenia o pomocy de minimis w rolnictwie lub rybołówstwie, jakie otrzymał w ciągu ostatnich trzech lat albo oświadczenie o wielkości tej pomocy otrzymanej w tym okresie, albo oświadczenie o nieotrzymaniu takiej pomocy w tym okresie, oraz
- 2) informacje niezbędne do udzielenia pomocy, określone w rozporządzeniu Rady Ministrów z dnia 29 marca 2010 r. w sprawie zakresu informacji przedstawianych przez podmiot ubiegający się o pomoc de minimis (tj. Dz. U. z 2024 r. poz. 40) dotyczących w szczególności wnioskodawcy i prowadzonej przez niego działalności gospodarczej oraz wielkości i przeznaczenia pomocy publicznej otrzymanej w odniesieniu do tych samych kosztów kwalifikujących się do objęcia pomocą, na pokrycie których ma być przeznaczona pomoc de minimis.

W przypadku obowiązywania stanu zagrożenia epidemicznego, stanu epidemii albo wprowadzenia stanu nadzwyczajnego udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadczenie nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego może odbywać się za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość oraz poza lokalem punktu.

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 (t.j. Dz. U. z 2023 r. poz. 20), może być udzielana nieodpłatna pomoc prawna lub świadczone nieodpłatne poradnictwo obywatelskie, także poza punktem albo za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość.

Szczegółowe informacje dostępne są pod numerem telefonu 13 46 52 939 oraz na stronie internetowej <https://powiat-sanok.pl/> w zakładce nieodpłatne usługi: pomoc prawna, poradnictwo obywatelskie i mediacja.

| Numer punktu | Adres | Dni i godziny dyżurów | Dane kontaktowe | Prowadzący |
|---------------------------------|--|--|--|--|
| NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA | | | | |
| 1. | Starostwo Powiatowe w Sanoku, ul. Rynek 1, 38-500 Sanok | Od poniedziałku do piątku godz. 15.45-19.45 | Informacje i zapisy od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-15.30 pod numerem telefonu 13 46 52 939 | Adwokaci i radcowie prawni |
| 2. | 1. Ochotnicza Straż Pożarna w Zarszynie, ul. Bieszczadzka 98, 38-530 Zarszyn | Poniedziałek i czwartek godz. 8.00-12.00 | Informacje i zapisy od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-15.30 pod numerem telefonu 13 46 52 939 | Adwokaci i radcowie prawni |
| | 2. Urząd Gminy w Bukowsku, ul. Bieszczadzka 6, 38-505 Bukowsko | Wtorek godz. 11.00-15.00 | Informacje i zapisy od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-15.30 pod numerem telefonu 13 46 52 939 | Radcowie prawni |
| | 3. Ochotnicza Straż Pożarna w Kostarowcach, Kostarowce 224, 38-507 Jurowce | Środa godz. 13.00-17.00 | Informacje i zapisy od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-15.30 pod numerem telefonu 13 46 52 939 | Adwokaci |
| | 4. Budynek przy ul. Kolejowej 54, 38-524 Besko | Piątek godz. 9.00-13.00 | Informacje i zapisy od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-15.30 pod numerem telefonu 13 46 52 939 | Radcowie prawni |
| 3. | 1. Urząd Miasta i Gminy w Zagórz, ul. 3 Maja 2, 38-540 Zagórz | Poniedziałek , środa i piątek godz. 8.00-12.00 (środa – dyżur o specjalizacji „prawo rodzinne”) | Informacje i zapisy od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-15.30 pod numerem telefonu 13 46 52 939 | Stowarzyszenie „SORSUM CORDA” z siedzibą w Nowym Sączu |

| | | | | |
|---|---|---|--|--|
| | 2. Urząd Gminy w Tyrawie Wołoskiej, 38-535 Tyrawa Wołoska 175 | Wtorek godz. 11.30-15.30 | Informacje i zapisy od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-15.30 pod numerem telefonu 13 46 52 939 | |
| | 3. Rzepedzki Ośrodek Kultury, 38-542 Rzepedź 19 A | Czwartek godz. 11.00-15.00 (dyżur o specjalizacji „nieodpłatna mediacja”) | Informacje i zapisy od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-15.30 pod numerem telefonu 13 46 52 939 | |
| NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE | | | | |
| 4. | Starostwo Powiatowe w Sanoku, ul. Rynek 1, 38-500 Sanok | Od poniedziałku do piątku godz. 15.45-19.45 (poniedziałek – dyżur o specjalizacji „pomoc ofiarom przemocy”, środa – dyżur o specjalizacji „nieodpłatna mediacja”) | Informacje i zapisy od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-15.30 pod numerem telefonu 13 46 52 939 | Stowarzyszenie „SURSUM CORDA” z siedzibą w Nowym Sączu |