

**LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO
PORADNICTWA
W POWIECIE TARNOWSKIM**



NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA ORAZ NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE W POWIECIE TARNOWSKIM

GMINA I ADRES PKT.		Nr rejestracji telefonicznej	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
			godz. otwarcia	godz. otwarcia	godz. otwarcia	godz. otwarcia	godz. otwarcia
NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA ŚWIADCZONA PRZEZ ADWOKATÓW							
1.	Zakliczyn – Ratusz, ul. Rynek 1, 32-840 Zakliczyn	14 632 64 60		09.00 – 13.00	09.00 – 13.00		09.00 – 13.00
	Wojnicz – Urząd Miejski, ul. Rynek 1, 32-830 Wojnicz	14 631 98 32	08.00 – 12.00			11.30 – 15.30	
2.	Radłów – Urząd Miejski, ul. Kolejowa 7, 33-130 Radłów	14 678 20 44			08.00 – 12.00		08.00 – 12.00
	Wierzchosławice – Centrum Kultury Wsi Polskiej, 33-122 Wierzchosławice 39a,	14 631 90 34	08.00 – 12.00	12.00 – 16.00		12.00 – 16.00	
NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA ŚWIADCZONA PRZEZ RADCÓW PRAWNYCH							
3.	Gromnik – Urząd Gminy, ul. Witosa 2, 33-180 Gromnik	14 65 14 202		08.00 – 12.00	11.00 – 15.00		
	Ciężkowice – Ratusz, ul. Rynek 1, 33-190 Ciężkowice	14 62 85 832	08.00 – 12.00			08.00 – 12.00	08.00 – 12.00
4.	Ryglice – Urząd Miejski, ul. Rynek 9, 33-160 Ryglice	14 644 36 35		08.00 – 12.00	08.00 – 12.00	08.00 – 12.00	
	Skrzyszów – Urząd Gminy, 33-156 Skrzyszów 642	14 688 70 00	09.00 – 13.00				09.00 – 13.00
PUNKTY POWIERZONE ORGANIZACJI POZARZĄDOWEJ* – NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA ŚWIADCZONA PRZEZ ADWOKATÓW I RADCÓW PRAWNYCH							
5.	Rzepiennik Strzyżewski – Urząd Gminy, 33-163 Rzepiennik Strzyżewski 400	14 65 35 501	08.00-12.00	08.00 – 12.00	08.00 – 12.00		
	Szerzyny – Urząd Gminy, 38-246 Szerzyny 521	14 651 73 00 wew. 116				08.00 – 12.00	08.00 – 12.00
6.	Żabno – Urząd Miejski, ul. Jagiełły 1, 33-240 Żabno	14 645 60 12		08.00 – 12.00	11.00 – 15.00		
	Wietrzychowice – Urząd Gminy, 33-270 Wietrzychowice 19	14 641 80 45	08.00 – 12.00			08.00 – 12.00	08.00 – 12.00
PUNKTY POWIERZONE ORGANIZACJI POZARZĄDOWEJ* – NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE ŚWIADCZONE PRZEZ ADWOKATÓW I RADCÓW PRAWNYCH							
7.	Tarnów – tzw. „Sołtysówka” (wejście obok Gminnej Biblioteki Publicznej w Zgłobicach, ul. Zgłobicka 7, 33-113 Zgłobice	14 688 01 72		09.00 – 13.00	09.00 – 13.00		
	Lisia Góra – Urząd Gminy, ul. 1 Maja 7, 33-140 Lisia Góra	146784678 wew. 111	08.00 – 12.00			08.00 – 12.00	08.00 – 12.00
8.	Tuchów – Urząd Miejski (budynek administracyjny), ul. Jana Pawła II 4, 33-170 Tuchów	14 6525 474 wew. 11		08.00 – 12.00		08.00 – 12.00	
	Pleśna – Świetlica profilaktyczno-wychowawcza (budynek obok Szkoły Podstawowej), 33-171 Pleśna 228B	14 629 28 20	16.00 – 20.00		08.00 – 12.00		08.00 – 12.00

* Fundacja Rozwoju Przedsiębiorczości „Consilium”, ul. Topolowa 48/2, 31-506 Kraków

REJESTRACJA TELEFONICZNA – 14 68 83 327

Pomoc przysługuje osobie fizycznej, która złoży oświadczenie, że nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej

Szczegółowe informacje na stronie internetowej Powiatu Tarnowskiego www.powiat.tarnow.pl

Lp.	NAZWA I ADRES	KONTAKT	RODZAJ ŚWIADCZONEJ POMOCY
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Tarnowie – ul. Szujskiego 66, 33-100 Tarnów	- godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 07:30-15:30 - tel. 14 621 56 83, 14 621 30 40 - fax 14 688 91 22 - e-mail: pcpr.tarnow@wp.pl - www.pcprtarnow.pl	- pracownik socjalny z uprawnieniami pedagoga (w godz. pracy urzędu) - psycholog : (pon. 08:00-11:00, wt. 13:30- 17:30, śr. 15:00-18.00, czw. 09:00-15.30, pt. 08:00-11:30) - doradca ds. osób niepełnosprawnych : (pokój nr 11, parter, tel. 14 621 30 40 wew. 15)
2.	Powiatowa Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Tarnowie – ul. Krzyska 17A, 33-100 Tarnów	Godziny pracy pracowników pedagogicznych: Poniedziałek 8.00 - 18.00 Wtorek 8.00 - 18.00 Środa 8.00 - 18.00 Czwartek 8.00 - 18.00 Piątek 8.00 - 16.00 Godziny otwarcia sekretariatu: Poniedziałek-piątek 7:00-15:00 tel./fax. 014 627 29 59 tel. 014 627 27 07 e-mail: sekretariat@pppptarnow.pl ksiegowosc@pppptarnow.pl pppp.tarnow@powiat.tarnow.pl	Korzystanie z pomocy psychologiczno-pedagogiczno-logopedycznej jest dobrowolne i nieodpłatne Pracownicy Powiatowej Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej oferują: badania diagnostyczne: psychologiczne, pedagogiczne, logopedyczne, doradztwo psychologiczne, pedagogiczne i logopedyczne dla młodzieży, rodziców, nauczycieli, specjalistyczną diagnozę kierunku kształcenia ponadgimnazjalnego i wyboru zawodu dla uczniów klas 8 szkoły podstawowej i III gimnazjum oraz klas III szkół ponadgimnazjalnych, realizację programów terapeutyczno-edukacyjnych na terenie placówek oświatowych w rejonie działania Poradni: "Wygrać z dysleksją", "Ortografitti", "Dobry start szkolny",
3.	Sąddecki Ośrodek Interwencji Kryzysowej – ul. Śniadeckich 10a, 33-300 Nowy Sącz	- ośrodek czynny całą dobę - tel. 18 449 04 95 (całodobowo) - e-mail: pomoc@soik.pl , - www.soik.pl	- pomoc psychologiczna, pedagogiczna, prawna, rozmowy wspierające, terapia (indywidualna, małżeńska, rodzinna), grupy wsparcia, mediacja
4.	Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ) – Fundacja ITAKA , skr. pocztowa 127, 00-958 Warszawa 66	- www.linia wsparcia.pl - porady@linia wsparcia.pl	800 70 2222 - bezpłatna infolinia (24 godz. przez , 7 dni w tygodniu) Dla osób będących w kryzysie psychicznym (kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze)
5.	Tarnowski Ośrodek Interwencji Kryzysowej i Wsparcia Ofiar Przemocy – ul. Szarych Szeregów 1, 33-100 Tarnów	- ośrodek czynny całą dobę - tel. 14 655 36 36, 14 655 66 59 - komórka +48 609 885 354 - e-mail: oiktarnow@op.pl - www.oik.tarnow.pl	- ośrodek interwencji kryzysowej (wyłącznie dla mieszkańców miasta Tarnowa) - specjalistyczny ośrodek wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie (bez względu na miejsce zamieszkania) - ośrodek opracowuje i prowadzi programy korekcyjno-edukacyjne dla osób stosujących przemoc (bez względu na miejsce zamieszkania)
6.	Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem w Tarnowie : ul. Krakowska 13/10, 33 - 100 Tarnów prowadzony przez Fundację IWO – DORADZTWO OBYWATELSKIE	Tel. 519-820-707 lub 513-066-341 fundacjaiwo@gmail.com Dni i godziny przyjęć osoby pierwszego kontaktu w Ośrodku: Poniedziałek 9:00 -16:00 Wtorek 9:00 -16:00 Środa 13:00 -20:00 Czwartek 10:00 -17:00 Piątek 9:00 -16:00 Sobota 9:00 - 13:00 Numer telefonu oraz dni i godziny realizacji dyżuru telefonicznego przez osobę i kontaktu: tel.519 820 707 Poniedziałek 8:00-18:00 Wtorek 8:00-18:00 Środa 8:00-20:00 Czwartek 8:00-18:00 Piątek 8:00-18:00 Sobota 8:00-15:00	Osoby pokrzywdzone przęstwem i ich osoby bliskie Prowadzi działalność w zakresie udzielania porad prawnych, obywatelskich, doradztwo zawodowe i pomoc przy podejmowaniu aktywności zawodowej. Szczególnie koncentruje się na pomocy ofiarom przęstw.
7.	Ośrodek Interwencji Kryzysowej – Ośrodek Opiekuńczo-Rehabilitacyjny dla Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej Caritas Diecezji Tarnowskiej , 33-271 Jadowniki Mokre 340,	- tel. zaufania 14 644 13 04 - tel. 14 641 75 01 http://jadowniki.caritas.pl/article/osrodek-interwencji-kryzysowej	- oferta skierowana jest do osób i rodzin będących ofiarami przemocy lub znajdujących się w innych sytuacjach kryzysowych (m. in. śmierć bliskiej osoby, utrata pracy, trudności wychowawcze, kłopoty małżeńskie) – wszystkich tych, którzy przeżyli zdarzenia zakłócające dotychczasowy sposób życia lub mają poczucie, że trudna sytuacja ich przerasta. Specjaliści dyżurują od poniedziałku do piątku w godzinach od 08:00 do 20:00. - kierownik, psycholog : pon. 08:00-12:00, wt. 12:00-20:00, śr. 08:00-12:00, pt. 11:00-15:00 - prawnik : czw. 15:00-20:00 - pracownik socjalny, mediator rodzinny : śr. 15:00-20:00 - pedagog : pon. 12:00-20:00, wt. 08:00-12:00, śr. 12:00-15:00, czw. 08:00-15:00, pt. 08:00-11:00, 15:00-20:00,
8.	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie "Niebieska Linia" – Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Al. Jerozolimskie 155, 02-326 Warszawa	- godz. otwarcia sekretariatu: poniedziałek – piątek 08:00-16:00 - tel. 22 666 10 36, fax. 22 250 63 11 - e-mail: biuro@niebieska linia.info - www.niebieska linia.info	- Konsultacje w sprawie przemocy prowadzone są wyłącznie drogą telefoniczną pod nr infolinii 800 12 00 02 (nr bezpłatny, czynny całą dobę), e-mail: niebieska linia@niebieska linia.info lub listowną pod adresem Al. Jerozolimskie 155, 02-326 Warszawa. Nie są prowadzone spotkania indywidualne. Dzwoniąc na numer infolinii uzyskasz wsparcie, pomoc psychologiczną, informacje o możliwościach uzyskania pomocy najbliższej miejsca zamieszkania.
9.	Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii – ul. Dereniowa 52/54, 02-776 Warszawa	- tel. 22 641 15 01, 22 855 54 58, 22 855 54 69, fax. 22 641 15 65, - e-mail: kbpn@kbpn.gov.pl http://www.narkomania.gov.pl	- Telefony Zaufania: - Narkomania: 801 199 990 (czynny codziennie w godz. 16:00-21:00, z wyjątkiem świąt państwowych) - Uzależnienia behawioralne: 801 889 880 (czynny codziennie w godz. 17:00-22:00)
10.	Tarnowskie Towarzystwo Profilaktyki Społecznej – ul. Tuchowska 21, 33-100 Tarnów	- godz. otwarcia: poniedziałek, środa, piątek: 09:00-11.00 - tel. 14 657 11 20 - e-mail: tps.rynek4@gmail.com - www.rynek4.org	- punkt konsultacyjny profilaktyki uzależnień, - prowadzenie działalności informacyjnej – poradnictwo, konsultacje, - pomoc osobom uwikłanym w konflikt poprzez prowadzenie w sposób bezstronny i neutralny rozmów zmierzających do rozwiązania sporu w szczególności z wykorzystaniem procesu medacyjnego

11.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Ciężkowicach – ul. Tysiąclecia 19, 33-190 Ciężkowice	- godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 07:00-15:00 (piątek dzień wewnętrzny) - tel. 14 651 02 13 - e-mail: gops@ciezkowice.pl www.ciezkowice.pl/pl/00180,gminny_o_srodek_pomocy_spolecznej	- psycholog : w każdy wt. w godz. 15:00-18:00 - prawnik : trzy razy w miesiącu po wcześniejszym uzgodnieniu terminu
12.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Gromniku – ul. Krynicka 3, 33-180 Gromnik	- godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 07:30-15.30 - tel./fax. 14 651 42 30 - e-mail: gopsgromnik@gmail.com , gopsgromnik@poczta.onet.pl - www.gopsgromnik.pl	- tel. alarmowy dla osób doświadczających przemocy w rodzinie: 786 216 733 (pon.-pt., w godz. 07:30-15.30) - prawnik : po uprzednim umówieniu terminu - pracownik socjalny : w godzinach pracy urzędu
13.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Lisiej Górze – ul. 1 Maja 7, 33-140 Lisia Góra	- godz. otwarcia: poniedziałek 08:00-17.00, wtorek-czwartek 07:30-15:30, piątek 07:30-14.30 - tel. 14 678 45 68, 14 678 46 78 wew. 120 - e-mail: lisiagora_gops@op.pl - http://lisiagora.pl/gminny-osrodek-pomocy-spolecznej/	- tel. dla osób doświadczających przemocy w rodzinie: 666 666 576 - dyżur dla osób doświadczających przemocy w każdy pon., godz. 17:00-18:00 - przyjmowanie w sprawie skarg i wniosków we wtorki w godz. 8:00-15:00 - Zespół Interdyscyplinarny: podejmowanie działań i opracowanie planu pomocy dla osób, co do których istnieje podejrzenie, że są dotknięte przemocą w rodzinie - psycholog, radca prawny - po wcześniejszym umówieniu terminu
14.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Pleśnej – 33-171 Pleśna 240	- godz. otwarcia: poniedziałek 07:30-16:00, wtorek-czwartek 07:30-15:30, piątek 07:30-15.00 - tel. 14 679 81 70 wew. 24, 39, fax. 14 679 89 47 - e-mail: plesnagops@op.pl - www.plesnagops.pl	- Pkt. Informacji, Wsparcia i Pomocy dla Osób Dotkniętych Przemocą w Rodzinie: - pracownik socjalny : codziennie w godzinach pracy GOPS, czw. w godz. 15:30-16:30, - prawnik : raz w miesiącu po wcześniejszym uzgodnieniu terminu - Gminny pkt. konsultacyjny profilaktyki uzależnień i rozwiązywania problemów alkoholowych (świetlica profilaktyczno-wychowawcza, budynek za SP w Pleśnej): I, IV środa miesiąca oraz III czwartek miesiąca w godz. 17:00-19:00, tel. 14 6798 330 (kontakt w wyżej wymienionych godz.)
15.	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Radłowie – ul. Brzeska 9, 33-130 Radłów	- godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 07:30-15:30 - tel./fax. 14 678 20 03 - e-mail: ops.radlow@op.pl - www.opsradlow.pl	- Punkt Konsultacyjny do Spraw Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie: - pracownik socjalny : w każdy pon. i pt. godz. 08:00-10:00 oraz dodatkowo jeden raz w miesiącu w I pon. godz. 14:00-16:00 (- psycholog : raz w miesiącu w I pon. godz. 14:00-16:00
16.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Ryglicach – ul. Ks. Jakuba Wyrwy 2, 33-160 Ryglice	- godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 07:30-15:30 - tel. 14 644 36 46, 14 644 36 48, fax. 14 337 43 73 - gopsryglice@poczta.onet.pl	- Zespół Interdyscyplinarny: podejmowanie działań i opracowanie planu pomocy dla osób, co do których istnieje podejrzenie, że są dotknięte przemocą w rodzinie - Pkt. Informacji Wsparcia i Pomocy dla Osób Dotkniętych Przemocą w Rodzinie
17.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzepienniku Strzyżewskim – 33-163 Rzepiennik Strzyżewski 400	- godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 07:30-15:30 - tel. 14 653 55 19, 14 653 55 20, 14 653 55 07 - e-mail: gopsrzepiennik@interia.pl - http://rzepiennik.pl/gops	- specjalista ds. przemocy i mediacji rodzinnych : w każdą śr. godz. 08:00- 12:00, tel. 883 694 512 - psycholog : w każdy I czw. miesiąca w godz. 08:00-10:00 (w budynku Urzędu Gminy) - radca prawny : w każdy I pon. miesiąca w godz. 11. 00-13.00 (w budynku Urzędu Gminy)
18.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Skrzyszowie – 33-156 Skrzyszów 642,	- godz. otwarcia: poniedziałek 09:00-17:00, wtorek-piątek 07:30-15:30 - tel. 14 688 70 17 - e-mail: gops@skrzyszow.pl gops.skrzyszow@gmail.com - www.gops-skrzyszow.pl	- Pkt. Informacji, Wsparcia i Pomocy dla Osób Dotkniętych Przemocą w Rodzinie: - psycholog : pon. w godz. 15:00-17:00 oraz czw. 09:30-12:30 (budynek starej szkoły przy Zespole Szkoły Podstawowej nr 1 i Gimnazjum w Skrzyszowie) - pracownik socjalny : codziennie w godz. pracy GOPS (pokój nr 11 i 12) - prawnik : ostatni pon. miesiąca 13:00-15:00 (pok. nr 11)
19.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Szerzynie – 38-246 Szerzyny 518	- godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 07:30-15:30 - tel./fax. 14 692 01 20 - e-mail: gops@szerzyny.pl http://szerzyny.pl/index.php?option=com_content&task=view&id=87&Itemid=57	- dyżury: psycholog, radca prawny (po wcześniejszym umówieniu wizyty) - pracownik socjalny - w godz. pracy GOPS
20.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Tarnowie – ul. Krakowska 19, 33-100 Tarnów	- godz. otwarcia: poniedziałek 08:30-16:30, wtorek-piątek 07:30-15:30 - tel. 14 688 01 54, fax. 14 688 01 56 - e-mail: gops@gmina.tarnow.pl - www.gops.gminatarnow.pl	- Punkt Konsultacyjny Profilaktyki Uzależnień: (tel. 14 688 01 53 – bud. Urzędu Gminy, piwnice, wejście od parkingu) Haromonogram dyżurów: - Policjant (Komisariat Policji Tarnów Zach.): wt. 15:30-17:30 - Grupa AA: instruktor terapii uzależnień : wt. 15:00-17:00 - pracownik socjalny, mediator : śr. 15:30-17:30 - psycholog : czw. 09:00-13:00 - prawnik : śr. 15:00-18:00
21.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Tuchowie – ul. Jana Pawła II 4 (I piętro), 33-170 Tuchów	- godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 07:30-15:30 - tel. 14 652 54 89 - e-mail: slowik.ops@op.pl - www.ops.tuchow.pl	- Pkt. Informacji, Wsparcia i Pomocy dla Osób Dotkniętych Przemocą w Rodzinie (parter, pokój 03): - dyżur konsultanta prawnika : śr. godz. 10.00-12.00 - pracownik socjalny : czw. godz. 15.30-16.30 - psycholog : po wcześniejszym uzgodnieniu Terminu Ponadto wszelkie sprawy związane z występowaniem przemocy w rodzinie załatwiane są również od pon. do pt. w godz. pracy OPS w Tuchowie
22.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Wierzchosławicach – 33-122 Wierzchosławice 550 (bud. UG)	- godz. otwarcia: poniedziałek 08:00-16:00, wtorek-czwartek 07:30-15:30, piątek 07:00-15:00, - tel. 14 631 90 29, 14 631 90 28, 14 631 90 47, fax. 14 679 73 99 - e-mail: gops@wierzchoslawice.pl - www.gops.wierzchoslawice.pl	- Pkt. Wsparcia i Pomocy dla Osób Dotkniętych Przemocą w Rodzinie (parter, biuro Świadczących Rodzinnych): - psycholog : I, III wt. miesiąca godz. 16:00-18:00 - prawnik : ostatnia śr. miesiąca godz. 16:00 18:00 - pracownik socjalny : I wt. miesiąca w godz. 15.40-17.40

23.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Wietrzychowicach – 33-270 Wietrzychowice 19	- godz. otwarcia: poniedziałek 07:30-17:00, wtorek-czwartek 07:30-15:30, piątek 07:30-14:00 - tel. 14 641 81 50 - e-mail: gops@wietrzychowice.pl www.wietrzychowice.pl/gminny-osrodek-pomocy-spolecznej-w-wietrzychowicach/	- psycholog : dwa razy w miesiącu po uprzednim uzgodnieniu terminu - radca prawny : trzy razy w tygodniu w budynku Urzędu Gminy
24.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Wojniczu – ul. Krzywa 16, 32-830 Wojnicz	- godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 07:30-15:30 - tel. 14 679 00 30, fax. 14 679 00 30 wew. 27 - e-mail: gops@wojnicz.pl - www.gops.wojnicz.pl	- Punkt Konsultacyjny: - terapeuta ds. uzależnień : śr. 15:30-17:30, pokój nr 3 - psycholog : śr. 15:30-17:30, pokój nr 1 - radca prawny : śr. 15.30-17.30, pok. nr 2 - pracownik socjalny : pon. 15:30-17:30, pokój nr 2
25.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Zakliczynie – ul. Jacka Malczewskiego 15, 32-840 Zakliczyn	- godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 07:30-15:30 - tel. 14 665 22 75, 14 666 42 75, 14 665 22 63 - e-mail: gops@zakliczyn.pl gops.kierownik@zakliczyn.pl - www.gopszakliczyn.pl	- Pkt. Konsultacyjny w Ratuszu (ul. Rynek 32), dyżury pełnią psycholog i pedagog szkolny (wykaz aktualnych dyżurów dostępny jest na stronie gopszakliczyn.pl)
26.	Ośrodek Pomocy Społecznej Żabnie – ul. Świętego Jana 3a, 33-240 Żabno	- godz. otwarcia: poniedziałek 07:30-16:00 wtorek-czwartek 07:30-15:30 piątek 07:30:15:00 - tel. 14 645 65 60, 14 645 64 33 - e-mail: ops@zabno.pl - www.ops.zabno.pl	- Pkt. Informacyjno-Konsultacyjny: - psycholog : II, IV czw. miesiąca godz. 16:30-19:30 - prawnik : I, III wt. miesiąca godz. 16:30-18:30 - pracownik socjalny : I czw. miesiąca godz. 15:30-17:30, pozostałe czw. godz. 11:00-13:00
27.	Powiatowy Rzecznik Konsumentów – ul. Narutowicza 38, 33-100 Tarnów (budynek Starostwa Powiatowego w Tarnowie)	- godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 07:30-15:30 - tel. 14 688 33 13 - e-mail: konsument@powiat.tarnow.pl	- bezpłatne poradnictwo konsumenckie i informacja prawna w zakresie ochrony interesów konsumentów
28.	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów – plac Powstańców Warszawy 1, 00-950 Warszawa	- godz. pracy urzędu: 08:15-16:15 - tel. 22 55 60 800 - e-mail: uokik@uokik.gov.pl , porady@dlakonsumentow.pl - www.uokik.gov.pl	Prawo konsumenckie (ochrona praw konsumenckich): - infolinia konsumencka : tel. 801 440 220, 22 290 89 16 (opłata według taryfy operatora, infolinia czynna: pon.-pt. 08:00-18:00)
29.	Rzecznik Finansowy – Al. Jerozolimskie 87, 02-001 Warszawa	- tel. 22 333-73-26 (repcja) - tel. 22 333-73-27 (repcja) - fax. 22 333 73 29 - e-mail: biuro@rf.gov.pl - www.rf.gov.pl	- wspiera klientów w sporach z podmiotami rynku finansowego na różne sposoby - telefoniczne dyżury ekspertów: - 22 333 73 25: banki i inne podmioty rynku kapitałowego (pn., wt., śr. 08:00-16:00 oraz czw., pt. 08:00-13:00) - 22 333 73 26, 22 333 73 27: OFE lub inne formy oszczędzania emerytalnego (pn.-pt. 11.00-15.00). - 22 333 73 28: ubezpieczenia (pn.-pt. 08:00-18:00) - porady@rf.gov.pl - opisz swój problem i załącz istotne dokumenty w sprawie, a porada będzie bardziej precyzyjna Rzecznik Finansowy zajmie się Twoją sprawą tylko wtedy, gdy złożysz reklamację do instytucji finansowej i nie zostanie ona rozpatrzona zgodnie z Twoimi oczekiwaniami
30.	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP) – Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30, 02-315 Warszawa.	- tel. 22 391 82 15 - fax. 22 391 82 14 - www.bip.pip.gov.pl - kancelaria@gip.pip.gov.pl	801 002 006 (dla tel. stac.), 459 599 000 (dla tel. kom.), 22 391 83 60 (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. Uwaga!!! naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie. Porady z zakresu prawa pracy.
31.	Państwowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy w Krakowie (Oddział w Tarnowie) – ul. Mostowa 7, 33-100 Tarnów	- godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 07:00-15:00 - tel. 14 620 28 50, fax. 14 620 28 55 - e-mail: kancelaria@krakow.pip.gov.pl - https://krakow.pip.gov.pl/pl	- telefoniczne porady udzielane są wyłącznie przez Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy od pon. do pt. godz. 09:00-15:00 pod nr tel.: - 801 002 006: dla osób dzwoniących z telefonów stacjonarnych, - 459 599 000: dla osób dzwoniących z telefonów komórkowych (Koszt połączenia zależny jest od stawek operatora telekomunikacyjnego. Koszty naliczane są od momentu połączenia z infolinią, tj. również za czas oczekiwania) - osobiste, bezpośrednie porady prawne udzielane są w Oddziale w Tarnowie (pokój nr 2, parter) od pon. do pt. godz. 10:00-15:00
32.	Powiatowy Urząd Pracy w Tarnowie – ul. Bema 3, 33-100 Tarnów	Godziny urzędowania - w poniedziałek: 08:00-16:00 - od wtorku do piątku: 07:30-15.30 Godziny przyjęć Klientów - w poniedziałek: 08:00-15:00, - od wtorku do piątku: 07:00-14:30 - tel. 14 68-82-300 - fax. 14 68-82-301 - e-mail: krta@praca.gov.pl , up@up.tarnow.pl	Mogą korzystać: zarejestrowani, poszukujący pracy, pracodawcy
33.	Wojewódzki Urząd Pracy w Krakowie - plac Na Stawach 1, 30-107 Kraków	- godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 08:00-16:00 - tel.12 42 87 870, - fax: 12 42 29 785 e-mail : kancelaria@wup-krakow.pl	Wojewódzki Urząd Pracy w Krakowie jest jednostką organizacyjną Samorządu Województwa Małopolskiego. Pracujemy na rzecz regionu Małopolski. Celem i podstawą realizacji wszystkich naszych inicjatyw jest misja: kompetentny, wykwalifikowany i pracujący mieszkaniec Małopolski.
34.	Infolinia Urzędów Pracy – Zielona Infolinia - ul. Ciepła 40 (budynek E) 15-472 Białystok	- godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 08:00-18:00 - www.zielonalinia.gov.pl - biuro@zielonalinia.gov.pl	- 19 524 (z Polski) - +48 22 19524 (z zagranicy) Koszt zgodnie z taryfą operatora. Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy. Mogą korzystać: zarejestrowani, poszukujący pracy, pracodawcy

35.	Centralne Zarządzenie Kryzysowe – Rządowe Centrum Bezpieczeństwa, Rakowiecka 2A, 00-993 Warszawa	- http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/ e-mail: poczta@rcb.gov.pl , dyzurny@rcb.gov.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego, Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego. Całodobowy dyżur: (22) 361 69 00, (22) 785 700 177 (24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu),
36.	Zakład Ubezpieczeń Społecznych w Tarnowie – ul. Kościuszki 32, 33-100 Tarnów	- godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 07:00-15:00 - godz. obsługi klientów: Poniedziałek: 08:00-18:00 Wtorek-Piątek: 08:00-15:00 - e-mail: cot@zus.pl - www.zus.pl	- Centrum Obsługi Telefonicznej: tel. 22 560 16 00 (koszt połączenia wg umowy klienta z operatorem telekomunikacyjnym, konsultanci dostępni są w godz. 07:00-18:00 od pon. do pt.). Zakres informacji: pomoc techniczna, składki, renty, emerytury. Adresatami porad są ubezpieczeni, płatnicy, lekarze. Informacja w sprawie przyjmowania skarg i wniosków - Oddział w Tarnowie Dyrektor Oddziału lub upoważniony przez niego Zastępca Dyrektora Oddziału Termin i miejsce przyjmowania klientów: W pon. w godz. 15:00-18:00, w czw. w godz. pracy oddziału
37.	Pierwszy Urząd Skarbowy w Tarnowie - ul. Lwowska 72-96A, 33-100 Tarnów	tel. centrala: 14-630-23-00 tel. sekretariat: 14-630-23-02 fax: 14-630-23-10 e-mail: lus.tarnow@mf.gov.pl (tylko korespondencja niemająca waloru pisma procesowego/urzędowego)	
38.	Drugi Urząd Skarbowy w Tarnowie - al. Solidarności 5-9B, 33-100 Tarnów	tel. centrala: 14-632-82-00 tel. sekretariat: 14-632-82-25 fax: 14-632-82-22 e-mail: 2us.tarnow@mf.gov.pl (tylko korespondencja niemająca waloru pisma procesowego/urzędowego)	
39.	Krajowa Informacja Skarbowa – ul. Teodora Sixta 17, 43-300 Bielsko-Biała	- godz. urzędowania: poniedziałek-piątek 07:00-15:00 - tel. 33 472 79 00, fax. 33 472 79 04 - e-mail: kancelaria.kis@mf.gov.pl - www.kis.gov.pl	- udzielanie informacji podatkowych i celnych pod nr tel.: - 22 330 03 30 (z telefonów komórkowych) - 801 055 055 (z telefonów stacjonarnych) +48 22 330 03 30 (z zagranicy) Tel. czynny pon.-pt. godz. 07:00-18:00 Z porad może skorzystać każdy podatnik
40.	Rzecznik Praw Obywatelskich – al. Solidarności 77, 00-090 Warszawa	- biurorzecznika@brpo.gov.pl - www.rpo.gov.pl/	- do Rzecznika Praw Obywatelskich może się zgłosić każdy, kto uważa, że państwo naruszyło jego prawa, każdy, kto uważa, że jest nierówno traktowany z powodu tego, kim jest, osoba pozbawiona wolności, żeby poskarżyć się na nieludzkie traktowanie, wniosek do Rzecznika Praw Obywatelskich jest bezpłatny - infolinia telefoniczna dla obywateli, którzy chcą uzyskać informacje o przysługujących prawach i sposobie złożenia wniosku czynna jest pod nr. tel. 800 676 676 (infolinia czynna: pon. godz. 10:00-18:00, wt.-pt. godz. 08:00-16:00, poł. bezpłatne z tel. stacjonarnych oraz tel. kom.)
41.	Rzecznik Praw Dziecka – ul. Przemysłowa 30/32, 00-450 Warszawa	- godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 08:15-16:15 -tel. 22 583 66 00, fax. 22 583 66 96 - e-mail: rpd@brpd.gov.pl - https://brpd.gov.pl	- Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka: 800 12 12 12 - bezpłatna, działająca całodobowo telefoniczna linia interwencyjna dla dzieci i młodzieży. Specyfiką Dziecięcego Telefonu Zaufania jest jego dwoisty charakter z jednej strony jest to telefon zaufania, z drugiej pełni on również rolę telefonu interwencyjnego. Psycholodzy, pedagodzy, prawnicy udzielają niezbędnego wsparcia wszystkim dzwoniącym dzieciom. Pod numer interwencyjny osoby dorosłe mogą zgłaszać problemy dzieci lub rażące zaniedbania względem nich. Telefon jest czynny od pon. do pt. w godz. od 08:15 do 20:00. Każdy, kto zadzwoni po godz. 20:00 lub w dni wolne od pracy może przedstawić swój problem i zostawić numer kontaktowy. Pracownik telefonu zaufania oddzwoni następnego dnia.
42.	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych - Siedziba ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa Adres korespondencyjny Biura: Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej Biuro Pełnomocnika Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych ul. Nowogrodzka 1/3/5, 00-513 Warszawa	Telefon: (22) 461 60 00 e-mail: sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	801 801 015 - Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora Ochrona praw osób niepełnosprawnych. Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych
43.	Rzecznik Praw Pacjenta – ul. Młynarska 46, 01-171 Warszawa	- godz. obsługi klientów: Poniedziałek: godz. 09:00-18:00 Wtorek-Piątek: godz. 09:00-15:00 - tel. 22 532 82 50, fax. 22 532 82 30 - e-mail: kancelaria@rpp.gov.pl - https://www.bpp.gov.pl/	- Telefoniczna Informacja Pacjenta: 800 190 590 (bezpłatna infolinia, z tel. stacjonarnego i komórkowego), czynna pon.-pt. w godz. 08:00-18:00 W celu podniesienia jakości obsługi osób które zgłaszają się do siedziby Biura osobiście po poradę, informacje na temat praw pacjenta czy też w celu przejrzenia akt w swojej sprawie, w Biurze Rzecznika Praw Pacjenta zostały wprowadzone zapisy na takie spotkania. Osoby zainteresowane powinny zapisać się mailowo (rezerwacja@rpp.gov.pl) lub tel. (22 532 82 43) - wówczas zostanie wyznaczony dzień i godzina spotkania. Osoby niezapisane również zostaną przyjęte, jednak może zdarzyć się sytuacja, że będą musiały chwilę poczekać ponieważ w pierwszej kolejności będą obsługiwane osoby zapisane.
44.	Rzecznik Praw Pacjenta Szpitala Psychiatrycznego – ul. Młynarska 46, 01-171 Warszawa	- https://www.bpp.gov.pl/o-biurze/rzecznicy-praw-pacjenta-szpitala-psychiatrycznego/	- Osoby przebywające w podmiotach leczniczych zapewniających całodobową opiekę psychiatryczną lub odwykową mogą skorzystać z pomocy Rzecznika Praw Pacjenta Szpitala Psychiatrycznego – pracownika Biura Rzecznika Praw Pacjenta, który działa na terenie tej placówki. - Pacjentom placówek, które nie są objęte działalnością Rzecznika Praw Pacjenta Szpitala Psychiatrycznego lub ich rodzinom czy bliskim pomocy w ochronie praw udziela Departament do Spraw Zdrowia Psychicznego Biura Rzecznika Praw Pacjenta pod numerem telefonu Telefonicznej Informacji Pacjenta: 800 190 590 (z tel. stacjonarnego i komórkowego), nr czynny pon.-pt. w godz. 08:00-18:00

45.	<p>Narodowy Fundusz Zdrowia – ul. Grójecka 186, 02-390 Warszawa</p>	<p>- tel. 22 572 60 00, fax. 22 572 63 33 - infolinia@nfz.gov.pl - www.nfz.gov.pl</p>	<p>- Telefony informacyjne dla pacjentów w Centrali NFZ – Infolinia 800 190 590 (nr czynny pon.-pt. w godz. 08:00-18:00). Pod numerem telefonu można dowiedzieć się m.in. jak uzyskać kartę EKUZ, jakie prawa przysługują osobie ubezpieczonej, gdzie znajduje się najbliższy szpital, w jaki sposób można zgłosić naruszenie praw pacjenta czy też jakich formalności należy dopełnić by skorzystać z leczenia uzdrowiskowego. W celu zagwarantowania wysokiej jakości obsługi Pacjentów, rozmowy są nagrywane.</p>
46.	<p>Małopolski Oddział Wojewódzki NFZ w Krakowie – ul. Ciemna 6, 31-053 Kraków</p>	<p>Punkt Obsługi Ubezpieczonych: ul. Batorego 24, 31-135 Kraków (godz. otwarcia: Poniedziałek: 08:00-17:00, Wtorek-Czwartek: 08:00-16:00, Piątek: 08:00-15:00), tel. 12 298 83 00, fax. 12 430 64 40, infolinia: 12 29 88 386, infolinia Leki 75+: 12 29 88 404</p> <p>Delegatura w Tarnowie: al. Solidarności 5-9, 33-100 Tarnów (godz. otwarcia: pon.-pt. godz. 08:00-16.00), tel. 14 69 63 155, e-mail: tarnow@nfz-krakow.pl</p>	<p>- Telefony informacyjne dla pacjentów w Centrali NFZ – Infolinia 800 190 590 (nr czynny pon.-pt. w godz. 08:00-16:00). Pod numerem telefonu można dowiedzieć się m.in. jak uzyskać kartę EKUZ, jakie prawa przysługują osobie ubezpieczonej, gdzie znajduje się najbliższy szpital, w jaki sposób można zgłosić naruszenie praw pacjenta czy też jakich formalności należy dopełnić by skorzystać z leczenia uzdrowiskowego. W celu zagwarantowania wysokiej jakości obsługi Pacjentów, rozmowy są nagrywane.</p>