

LISTA JEDNOSTEK PORADNICTWA SPECJALISTYCZNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU GRYFIŃSKIEGO* w 2025 r.

* dot. jednostek publicznych i niepublicznych działających na zlecenie oraz jednostek prowadzących działalność pożytku publicznego działających na zlecenie, którym powierzono zadania z zakresu poradnictwa specjalistycznego na podstawie odrębnych przepisów

Lp.	Nazwa jednostki realizującej poradnictwo specjalistyczne	Zakres udzielanych porad	Nazwa jednostki	Rodzaj placówki	Adres jednostki	Numer telefonu, fax, e-mail	Strona internetowa	Dni i godziny działalności jednostki	Kategoria dostępu do usługi	Sposób umawiania się na wizyty
Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej										
1	Punkt Doradztwa i Konsultacji	-udzielanie informacji o dyżurach specjalistów zatrudnionych w punkcie, -udzielanie informacji o ośrodkach leczenia uzależnień, -przyjmowanie wniosków o leczenie odwykowe	Ośrodek Pomocy Społecznej w Gryfinie	publiczna	ul. Łużycka 12 74-100 Gryfino	91 416 25 27	www.ops.gryfino.pl	poniedziałek w godz. 8.00-16.00 wtorek-piątek w godz. 7.30- 15.30	mieszkańcy gminy Gryfino	osobiście lub telefonicznie w godzinach pracy OPS
2	Dział pracy socjalnej	Poradnictwo w zakresie pomocy społecznej ramach zadań statutowych	Ośrodek Pomocy Społecznej w Chojnie	publiczna	ul. Jagiellońska 2 74-500 Chojna	91 414 29 71	www.opschojna.naszops.pl	poniedziałek – piątek w godz. 7.15-15.15	mieszkańcy gminy Chojna	osobiście lub telefonicznie w godzinach pracy OPS
3	Punkt Doradztwa i Konsultacji	Poradnictwo w zakresie pomocy społecznej ramach zadań statutowych	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Baniach	publiczna	ul. Skośna 6 74-110 Banie	91 506 70 25 662 296 079	www.bip.gops.banie.pl	poniedziałek – piątek w godz. 7.00-15.00	mieszkańcy gminy Banie	osobiście lub telefonicznie w godzinach pracy OPS
4	Doradztwo i Konsultacje	Poradnictwo w zakresie pomocy społecznej ramach zadań statutowych	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Starym Czarnowie	publiczna	ul. św. Floriana 10 74-106 Stare Czarnowo	91 312 41 41	www.gops.stareczarnowo.pl	poniedziałek – piątek w godz. 7.30-15.30	mieszkańcy gminy Stare Czarnowo	osobiście lub telefonicznie w godzinach pracy OPS
5	Doradztwo i Konsultacje	Poradnictwo w zakresie pomocy społecznej ramach zadań statutowych	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Widuchowej	publiczna	ul. Grunwaldzka 8 74-120 Widuchowa	91 416 72 55	www.widuchowa.pl/strona/menu/9_osrodek_pomocy_spoecznej	poniedziałek – piątek w godz. 7.15-15.15	mieszkańcy gminy Widuchowa	osobiście lub telefonicznie w godzinach pracy OPS
6	Doradztwo i Konsultacje	Poradnictwo w zakresie pomocy społecznej ramach zadań statutowych	Ośrodek Pomocy Społecznej w Trzcińsku Zdroju	publiczna	ul. Rynek 12 74-510 Trzcińsko Zdrój	91 414 84 19	www.trzcinsko-zdroj.pl	poniedziałek-czwartek 7.30-15.30 piątek 7.00-15.00	mieszkańcy gminy Trzcińsko-Zdrój	osobiście lub telefonicznie w godzinach pracy OPS
7	Doradztwo i Konsultacje	Poradnictwo w zakresie pomocy społecznej ramach zadań statutowych	Ośrodek Pomocy Społecznej w Moryniu	publiczna	ul. Szeroka 12 74-503 Moryń	91 4146145	www.bip.moryn.pl	poniedziałek – piątek w godz. 7.15-15.15	mieszkańcy gminy Moryń	osobiście lub telefonicznie w godzinach pracy OPS
8	Doradztwo i Konsultacje	Poradnictwo w zakresie pomocy społecznej ramach zadań statutowych	Ośrodek Pomocy Społecznej w Cedyni	publiczna	Plac Wolności 8 74-520 Cedynia	91 41 44 619	www.cedynia.pl	Poniedziałek - piątek w godz. 7.30-15.30	mieszkańcy gminy Cedynia	osobiście lub telefonicznie w godzinach pracy OPS
9	Doradztwo i Konsultacje	Poradnictwo w zakresie pomocy społecznej ramach zadań statutowych	Ośrodek Pomocy Społecznej w Mieszkowicach	publiczna	ul. Chopina 1 74-505 Mieszkowice	91 4666 934	www.bip.ops.mieszkowice.net	poniedziałek – wtorek w godz. 11.00-14.00 środa w godz. 9.00 – 13.00 czwartek – piątek w godz. 8.00 – 12.00	mieszkańcy gminy Mieszkowice	osobiście lub telefonicznie w godzinach pracy OPS
10	PFRON Szczecin	Informowanie o możliwościach uzyskania wsparcia w ramach zadań i	Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych	publiczna	ul. Janosika 17 71-424 Szczecin	91 350 97 00 e-mail: szczecin@pfron.org.pl	https://www.pfron.org.pl	poniedziałek w godz. 8.00-18.00 wtorek-piątek	brak konieczności zapisu; osoby z niepełnosprawnościami,	osobiście lub telefonicznie w

		programów PFRON; rehabilitacja zawodowa i społeczna osób niepełnosprawnych						w godz. 8.00-16.00	przedsiębiorcy, organizacje pozarządowe, rodziny i opiekunowie osób niepełnosprawnych	godzinach pracy PFRON
Poradnictwo rodzinne, psychologiczne, pedagogiczne										
11	Ośrodek Interwencji Kryzysowej	porady prawne, mediacje, porady psychologiczne	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	publiczna	ul. Łużycka 91 74-100 Gryfino	91 404 55 04 91 416 20 13 91 416 20 17	www.pcpr-gryfino.pl	codzienne w godz. 7.30-15.30; wsparcie psychologiczne: czwartki w godz. 13.00-15.00; dyżur mediatora: poniedziałki w godz. 15.30- 17.00 dyżur radcy prawnego: środy w godz. 15.30 – 17.00	mieszkańcy powiatu gryfińskiego osobiście lub telefonicznie w godz. pracy	osobiście lub telefonicznie w godzinach pracy PCPR
12	Konsultacje z zakresu terapii rodzinnej	Ośrodek Pomocy Społecznej w Gryfinie	Specjalista z zakresu terapii rodzinnej	publiczna	ul. Łużycka 12 74-100 Gryfino	91 404 55 10 91 416 20 17	www.ops.gryfino.pl	7.30 – 15.30	mieszkańcy gminy Gryfino	osobiście lub telefonicznie w godzinach pracy OPS
13	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	Porady psychologiczne	Gminny Ośrodek Pomocy Społeczne w Baniach	publiczna	ul. Skośna 6 74-110 Banie	91 506 70 25 662 296 079	www.bip.gops.banie.pl	poniedziałek – piątek w godz. 7.00-15.00	mieszkańcy gminy Banie	osobiście lub telefonicznie w godzinach pracy GOPS
14	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Gryfinie	-doradztwo zawodowe -pomoc psychologiczno- pedagogiczna dla uczniów, rodziców, nauczycieli -pomoc rodzicom i nauczycielom w rozpoznawaniu i rozwijaniu indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz indywidualnych możliwości psychofizycznych dzieci i młodzieży -pomoc rodzicom w rozwiązywaniu problemów edukacyjnych i wychowawczych -podejmowanie działań z zakresu profilaktyki uzależnień i innych problemów dzieci i młodzieży -prowadzenie edukacji dotyczącej ochrony zdrowia psychicznego wśród dzieci i młodzieży, rodziców i nauczycieli.	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Gryfinie	publiczna	ul. Łużycka 91 74-100 Gryfino	91 416 27 37 e-mail: gryfino@pppgryfino.pl	www.pppgryfino.pl	Gryfino: poniedziałek 7.30 - 16.00, wtorek-czwartek 7.30-15.30 piątek 7.30-15.00; dyżury specjalistów: 1.psychologów wt.14.30-16.30	Z oferty poradni mogą korzystać : 1.Dzieci i młodzież (ze szkół i placówek mających siedzibę na terenie powiatu gryfińskiego) od urodzenia do ukończenia edukacji na poziomie szkoły ponadpodstawowej 2.Rodzice, prawni opiekunowie dzieci i młodzieży (ze szkół i placówek mających siedzibą na terenie powiatu gryfińskiego)od urodzenia do ukończenia edukacji na poziomie szkoły ponadpodstawowej. 3.Nauczyciele,wychowawcy, specjaliści zatrudnieni w szkołach i placówkach oświatowych mających siedzibę na terenie powiatu gryfińskiego 4.instytucje, stowarzyszenia, organizacje działające na rzecz dzieci i młodzieży oraz rodziny.	Pisemnie- zgłoszenie lub wniosek
15	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w	-doradztwo zawodowe -pomoc psychologiczno- pedagogiczna dla uczniów, rodziców, nauczycieli	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna	publiczna	ul. Dworcowa 1 74-500 Chojna	91 431 28 29	www.pppgryfino.pl	7.00 - 15.00; Dyżur kierownika filii:	Z oferty poradni mogą korzystać : 1.Dzieci młodzież (ze szkół i placówek mających siedzibę	Pisemnie- zgłoszenie lub wniosek.

	Gryfinie – filia w Chojnie	-pomoc rodzicom i nauczycielom w rozpoznawaniu i rozwijaniu indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz indywidualnych możliwości psychofizycznych dzieci i młodzieży -pomoc rodzicom w rozwiązywaniu problemów edukacyjnych i wychowawczych -podejmowanie działań z zakresu profilaktyki uzależnień i innych problemów dzieci i młodzieży -prowadzenie edukacji dotyczącej ochrony zdrowia psychicznego wśród dzieci i młodzieży, rodziców i nauczycieli.	w Gryfinie – Filia w Chojnie					Czwartek w godz. 13.00 – 14.00	na terenie powiatu gryfińskiego) od urodzenia do ukończenia edukacji na poziomie szkoły ponadpodstawowej 2. Rodzice, prawni opiekunowie dzieci i młodzieży (ze szkół i placówek mających siedzibę na terenie powiatu gryfińskiego)od urodzenia do ukończenia edukacji na poziomie szkoły ponadpodstawowej. 3. Nauczyciele,wychowawcy, specjaliści zatrudnieni w szkołach i placówkach oświatowych mających siedzibę na terenie powiatu gryfińskiego 4. instytucje, stowarzyszenia, organizacje działające na rzecz dzieci i młodzieży oraz rodziny.	
16	Fundacja NAGLE SAMI	wsparcie dla osób w żałobie	Fundacja NAGLE SAMI	niepubliczna	Al. Wojska Polskiego 1A 01-524 Warszawa	800 108 108 (połączenie bezpłatne) 502 511 138	www.naglesami.org.pl	Poniedziałek - piątek w godz. 14.00-20.00	dla wszystkich osób w żałobie potrzebujących pomocy i wsparcia	Rezerwacja online i telefoniczna, konsultacje online i stacjonarne
17	Centrum Poszukiwań Ludzi Zaginionych	przyjmowanie zgłoszeń o zaginięciu, pomoc w poszukiwaniach	Fundacja ITAKA	niepubliczna	skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66	22 654 70 70 116 000 (zaginione dziecko i nastolatek)	www.zaginieni.pl	poniedziałek – sobota w godz. 10.00-14.00	-dla rodzin i bliskich zaginionych, chcących zgłosić zaginięcie oraz otrzymać pomoc w poszukiwaniach -dla zaginionych, którzy odeszli z domu świadomie, a teraz chcą tę sprawę rozwiązać	
18	Telefon Zaufania dla osób starszych	wsparcie, pomoc i doradztwo osobom starszym	Stowarzyszenie mali bracia Ubogich PRZYJACIELE OSÓB STARSZYCH	niepubliczna	Warszawa	600 615 110 (połączenie płatne) email: kontakt@malibracia.org.pl	www.malibracia.org.pl	Poniedziałek-piątek 12:00-14:00	dla seniorów, samotnych, potrzebujących wsparcia psychologicznego	
19	Telefoniczne Centrum Wsparcia dla osób dorosłych w stanie kryzysu psychicznego	pomoc psychologiczna, pomoc prawna i socjalna, zapewnienie kontaktu z psychiatrą, prawnikiem, pracownikiem socjalnym, terapeutą uzależnień, asystentem zdrowia, seksuologiem		zadanie realizowane w ramach Narodowego Programu Zdrowia		800 70 2222 (infolinia bezpłatna); e-mail: porady@centrumwsparcia.pl	www.centruomwsparcia.pl	dyżur całodobowy przez 7 dni w tygodniu	dla osób będących w kryzysie psychicznym, stanach depresyjnych, z myślami samobójczymi	
Poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień, w tym narkotyków										
20	Punkt Doradztwa i Konsultacji	konsultacje w działaniach interwencyjno-wspierających dla osób	Ośrodek Pomocy Społecznej w Gryfinie	publiczna	ul. Łużycka 12 74-100 Gryfino	91 404 55 10 91 416 25 27 (połączenie płatne)	www.ops.gryfino.pl	poniedziałek – piątek w godz. 7.30- 15.30	mieszkańcy gminy Gryfino	osobiście lub telefonicznie w godzinach pracy

		uzależnionych od narkotyków i ich rodzin								
21	Poradnia terapii uzależnienia od alkoholu i współuzależnienia	- indywidualna lub grupowa psychoterapia dla osób uzależnionych od alkoholu	Centrum Zdrowia „FRESENIUS”	niepubliczna	Przychodnia „FRESENIUS” ul. Niepodległości 28 74-100 Gryfino	91 416 20 41 91 469 06 64	www.nzozintermed.pl	poniedziałek – piątek w godz. 8.00 -18.00	mieszkańcy gminy Gryfino	osobiście
22	Poradnia terapii uzależnienia i współuzależnienia od alkoholu	-indywidualna lub grupowa psychoterapia dla osób z syndromem dorosłych dzieci alkoholików								
23	Poradnia leczenia uzależnień	-indywidualna lub grupowa psychoterapia dla osób współuzależnionych								
24	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	- przyjmowanie wniosków o skierowanie na leczenie odwykowe - udzielanie informacji o ośrodkach leczenia uzależnień - kierowanie na terapie	Ośrodek Pomocy Społecznej w Gryfinie	publiczna	ul. Łużycka 12 74-100 Gryfino	91 404 55 10 91 416 25 27 91 416 25 08 (połączenia płatne)	www.ops.gryfino.pl	poniedziałek w godz. 8.00-16.00 wtorek-piątek w godz. 7.30-15.30	mieszkańcy gminy Gryfino	osobiście lub telefonicznie w godzinach pracy
25	Punkt terapii uzależnień	- działania interwencyjno-wspierające dla osób i rodzin borykających się z problemem alkoholowym i środkami odurzającymi	Urząd Miejski w Moryniu	publiczna	Plac Wolności 1 74-503 Moryń	91 466 79 50 91 466 79 68 e-mail: um@moryn.pl	www.bip.moryn.pl	poniedziałek - piątek w godz. 7.15-15.15	osoby i rodziny wymagające wsparcia – mieszkańcy gminy Moryń	osobiście lub telefonicznie w godzinach pracy
26	Gminny Punkt Informacyjno-Konsultacyjny	pomoc psychologiczna dla osób uzależnionych oraz członków ich rodzin	Urząd Miejski w Chojnie	publiczna	ul. Jagiellońska 2 74-500 Chojna	502 774 164 (połączenia płatne)	www.opschojna.naszops.pl		dla mieszkańców gminy Chojna	
27	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	- przyjmowanie wniosków o skierowanie na leczenie odwykowe - udzielanie informacji o ośrodkach leczenia uzależnień - kierowanie na terapie	Gminna Komisja Rozwiązywania problemów Alkoholowych w Baniach	publiczna	ul. Skośna 6 74-110 Banie	91 506 70 25 662 296 079 (połączenia płatne)	www.bip.gops.banie.pl	poniedziałek - piątek w godz. 7.00-15.00	dla mieszkańców gminy Banie	
28	Infolinia AA	poradnictwo w zakresie nadużywania alkoholu	Fundacja BIURO SŁUŻBY KRAJOWEJ AA W POLSCE	niepubliczna		801 033 242 (połączenia płatne) e-mail: kontakt@aa.org.pl	www.aa.org.pl	poniedziałek - środa w godz. 8.00-18.00 czwartek – piątek w godz. 8.00-16.00	-dla osób z problemem alkoholowym - dla osób zainteresowanych tym problemem np. członków rodzin alkoholika - dla osób zawodowo zajmujących się problemem alkoholowym	
29	Ogólnopolski telefon zaufania –Narkotyki-Narkomania	poradnictwo w zakresie uzależnienia od narkotyków	Krajowe Biuro Do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii	publiczna		800 199 990	www.kbpn.gov.pl	Codziennie w godz. 17.00-22.00	-dla osób uzależnionych od narkotyków -dla bliskich osób uzależnionych od narkotyków	
30	Telefon zaufania uzależnień	pomoc osobom uzależnionym i bezdomnym, profilaktyka zachowań ryzykownych	Stowarzyszenie „MONAR”	niepubliczna	Stowarzyszenie „MONAR” ul. Małkowskiego 9/2 70-305 Szczecin	91 433 46 10 e-mail: pomoc@monar.org	www.monar.org	poniedziałek w godz. 12.00-19.00 wtorek w godz. 10.00 – 20.00 środa w godz. 11.00 – 20.00 czwartek w godz. 10.00 – 18.00 piątek w godz. 10.00 – 16.00	dla osób uzależnionych, wykluczonych społecznie i ich rodzin	
31	Pomarańczowa linia	Informacje i konsultacje dla rodziców i młodzieży, którym picie alkoholu, zażywanie narkotyków lub	Stowarzyszenie Wspierania Rozwoju Dzieci i Młodzieży	niepubliczna	ul. St. Jaracza 40 90-252 Łódź	801 140 068 42 630 03 73 e-mail:	www.pomaraneczowalinia.pl	poniedziałek-piątek w godz. 14.00-20.00	dla rodziców dzieci pijących alkohol i zażywających narkotyki	

41	Powiatowy Rzecznik Konsumentów	wsparcie w sporze z dostawcami usług i towarów, doradztwo w sprawach konsumenckich, wsparcie prawne	Starostwo Powiatowe w Gryfinie	publiczna	ul.11-go Listopada 16D 74-101 Gryfino	91 404 50 00 wew. 259	www.bip.gryfino.pl	poniedziałek-piątek w godz. 7.30-15.30	dla osób fizycznych (konsumentów) we wszystkich sprawach konsumenckich	bez potrzeby umawiania się na wizyty
42	Infolinia konsumencka	Prawo konsumenckie	Stowarzyszenie Konsumentów Polskich i Fundacja Konsumentów	niepubliczna	Infolinia Konsumencka Realizowana jest przez: Fundacja ProPublika ul. Tarasa Szewczenki 29B 51-351 Wrocław	801 440 220 222 66 76 76	www.infoliniakonsumencka.pl		dla osób fizycznych (konsumentów) we wszystkich sprawach konsumenckich	
43	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	ochrona praw konsumenckich	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	publiczna	Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	801 440 220 222 66 76 76	www.uokik.gov.pl	poniedziałek-piątek w godz. 8.15-18.15	dla osób fizycznych (konsumentów) we wszystkich sprawach konsumenckich	
Poradnictwo dla bezrobotnych										
44	Powiatowy Urząd Pracy w Gryfinie oraz filia w Chojnie	Informacja dla osób poszukujących pracy o ofertach zatrudnienia, możliwościach przekwalifikowania	Powiatowy Urząd Pracy w Gryfinie	publiczna	ul Sprzymierzonych 1 74-100 Gryfino	91 416 45 15	https://gryfino.praca.gov.pl/	poniedziałek-piątek w godz. 7.30-15.30	mogą korzystać: - osoby zarejestrowane - osoby poszukujące pracy - pracodawcy	
45	Wojewódzki Urząd Pracy	informacja o usługach urzędu	Wojewódzki Urząd Pracy	publiczna	ul. A. Mickiewicza 41 70-383 Szczecin	91 42 56 100 91 42 56 101 e-mail: sekretariat@wup.pl	www.wup.pl	poniedziałek-piątek w godz. 7.30-15.30	mogą korzystać: - osoby zarejestrowane - osoby poszukujące pracy - pracodawcy	
46	Infolinia urzędów pracy - Zielona linia	Informacje o usługach urzędów pracy	Centrum Informacyjno-Konsultacyjne Służb Zatrudnienia „Zielona linia”	publiczna	ul. Trawiasta 20b 15-161 Białystok	19524 e-mail: kontakt@zielonalinia.gov.pl	www.zielonalinia.gov.pl	poniedziałek-piątek w godz. 8.00-18.00	mogą korzystać: - osoby zarejestrowane - osoby poszukujące pracy - pracodawcy - niepełnosprawni - cudzoziemcy	
47	Centrum Integracji Społecznej „SOS”	aktywizacja zawodowa i reintegracja społeczna	Stowarzyszenie SOS dla Rodziny	niepubliczna	ul. Energetyków 10 70-656 Szczecin	663 604 607 e-mail: biuro@sosdlarodziny.com	www.sos.home.pl	poniedziapiątek w godz.	dla osób w trudnej sytuacji życiowej i zawodowej	
Poradnictwo dla osób pokrzywdzonych przestępstwem										
48	Lokalny Punkt Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przestępstwem w Gryfinie	wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Gryfinie	publiczna	ul. Łużycka 91 74-100 Gryfino	663 606 609 666 815 977	www.pcpr-gryfino.pl	poniedziałek i wtorek w godz. 15.00-20.00	dla osób pokrzywdzonych przestępstwem i osób im bliskich	

49	Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem w Szczecinie	wsparcie informacyjne, prawne, psychologiczne, finansowe	Stowarzyszenie SOS dla Rodziny	niepubliczna	ul. Energetyków 10 70-656 Szczecin	663 606 609 697 803 070 e-mail: pomoc@sos.home.pl	www.sos.home.pl	poniedziałek w godz. 13.00-20.00; wtorek w godz. 9.00-16.00; środa-piętek w godz. 11.00-18.00; sobota w godz. 8.00-13.00	osoby pokrzywdzone przęstwem i ich osoby bliskie	
50	Linia Pomocy Pokrzywdzonym	wsparcie prawne, psychologiczne, pomoc w mediacji, pomoc w przygotowaniu wniosków/dokumentacji	Fundacja IWO – Doradztwo obywatelskie	niepubliczna	ul. Nawojowska 17a 33-303 Nowy Sącz	222 309 900	www.pokrzywdzeni.online www.przemoc.online www.dladziecka.online www.swiadkowie.online	czynny całą dobę	osoby pokrzywdzone przęstwem i ich bliscy, świadkowie przęstwa	
Poradnictwo z zakresu praw dziecka										
51	Rzecznik Praw Dziecka	wsparcie, pomoc, wysłuchanie	Biuro Rzecznika Praw Dziecka	publiczna	ul. Chocimska 6 00-791 Warszawa	800 12 12 12 22 583 66 00 e-mail: rpd@brpd.gov.pl	www.brpd.gov.pl	czynny całą dobę	dzieci i dorośli, którzy chcą zgłosić problemy dzieci lub zaniedbania względem nich	
52	Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży	pomoc i wsparcie psychologiczne w przez telefon i online	Fundacja Dajemy Dzieciom Się	niepubliczna	ul. Mazowiecka 12/25 00-048 Warszawa	116 111 (bezpłatny)	www.116111.pl	7 dni w tygodniu, 24 godziny na dobę	dla dzieci i młodzieży do 18 roku życia	wsparcie psychologiczne: telefoniczne i mailowe
53	Telefon dla rodziców i nauczycieli	wsparcie i informacje w zakresie przeciwdziałania i pomocy psychologicznej dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności	Fundacja Dajemy Dzieciom Się	niepubliczna	ul. Mazowiecka 12/25 00-048 Warszawa	800 100 100 e-mail: pomoc@800100100.pl	www.800100100.pl	poniedziałek-piętek w godz. 12.00-15.00 oraz czwartki, godz. 16:30-20:30	dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci	bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna i online
54	Linia wsparcia i telefon w sprawie zaginionego dziecka i nastolatka	przyjęcie zgłoszenia o zaginięciu dziecka, wsparcie psychologiczne i prawne, poradnictwo	Fundacja ITAKA	niepubliczna	Skr. Poczтовая 127 00-958 Warszawa	116 000 22 654 70 70 e-mail: biuro@zaginieni.pl	www.zaginieni.pl	czynny całą dobę przez 7 dni w tygodniu	dla rodziców lub opiekunów zaginionych dzieci i nastolatków	
Poradnictwo z zakresu praw pacjenta										
55	Rzecznik Praw Pacjenta	prowadzenie postępowań wyjaśniających w zakresie naruszenia praw pacjenta	Biuro Rzecznika Praw Pacjenta	publiczna	ul. Płocka 11/13 01-231 Warszawa	800 190 590 22 506 50 64 e-mail: kancelaria@rpp.gov.pl	www.gov.pl/web/rpp	7 dni w tygodniu, 24 godziny na dobę	z pomocy może skorzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta	
56	Telefoniczna Informacja Pacjenta	informacja dotycząca praw pacjenta oraz o uprawnieniach ubezpieczenia zdrowotnego (leczenie w kraju i poza granicami)	Narodowy Fundusz Zdrowia	publiczna	ul. Rakowiecka26/30 02-528 Warszawa	800 190 590 e-mail: kancelariaElektroniczna@nfz.gov.pl	www.nfz.gov.pl	Poniedziałek w godz. 8.00-18.00 wtorek-piętek w godz. 8.00-16.00	każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym	możliwość załatwienia spraw urzędowych przez internet na ePUAP
			Narodowy Fundusz Zdrowia oddział Szczecin		ul. Arkońska 45 71-470 Szczecin	800 190 590 e-mail: kancelaria@nfz-szczecin.pl	www.nfz-szczecin.pl			
57	Pełnomocnik Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych	wsparcie i informacja w zakresie pomocy osobom niepełnosprawnym	Biuro Pełnomocnika Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych	publiczna	Siedziba: ul. Żurawia 4a 00-503 Warszawa Adres do korespondencji: Nowogrodzka 1/3/5	538 117 590 e-mail: sekretariat.bon@mrip.s.gov.pl	https://niepelnosprawni.gov.pl/		z porady mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych	

					00-513 Warszawa					
58	Infolinia PFRON	informacja o możliwości wsparcia niepełnosprawnych	Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych Oddział Zachodniopomorski	publiczna publiczna	Al. Jana Pawła II 13 00-828 Warszawa Oddział Zachodniopomorski Ul. Janosika 17 71-424 Szczecin	22 581 84 10 22 50 55 500 91 35 09 700 e-mail: szczecin@pfron.pl	www.pfron.org.pl	poniedziałek-piątek w godz. 9.00-15.00	dla osób niepełnosprawnością, ich rodzin, pracodawców	Na stronie PFRON uruchomiona jest zakładka do obsługi on-line tłumaczeń migowych. Kontakt z tłumaczem języka migowego (PJM/SJM) możliwy jest od poniedziałku do piątku w godzinach 08:30-15:30 .
59	Ogólnopolska Poradnia Telefoniczna dla Osób Przeżywających Kryzys Emocjonalny	wsparcie i porady psychologiczne dla osób w kryzysie emocjonalnym, konsultacje	Instytut Psychologii Zdrowia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego	niepubliczna	ul. Gąsłarska 3 02-412 Warszawa	116 123 e-mail: poczta@ipz.edu.pl	www.psychologia.edu.pl	7 dni w tygodniu, 24 godziny na dobę	dla osób w kryzysie emocjonalnym, potrzebujących wsparcia i porady psychologicznej dla rodziców potrzebujących wsparcia w procesie wychowawczym oraz osób z niepełnosprawnościami	
60	Telefon zaufania HIV/AIDS	pomoc i wsparcie w radzeniu sobie z faktem zakażenia; konsultacje specjalistów: lekarza, psychologa, prawnika, pracownika socjalnego, terapeuty, pedagoga	Krajowe Centrum ds. AIDS oraz Stowarzyszenie Wolontariuszy wobec AIDS „Bądź z Nami”	niepubliczna	ul. Tamka 37/56 00-355 Warszawa	800 888 448 226 928 226 E-mail: badzznami@swwaids.org	www.aids.gov.pl	poniedziałek-piątek w godz.9.00-21.00; piątek-niedziela – całą dobę	dla osób chorych na AIDS, dla osób żyjących z HIV i ich bliskich	

Poradnictwo z zakresu ubezpieczeń społecznych

61	Punkt Informacyjny Zakładu Ubezpieczeń Społecznych w Gryfinie	- ubezpieczenia społeczne - składki -renty -emerytury	ZUS Inspektorat w Gryfinie	publiczna	ul. Łużycka 3 74-100 Gryfino	22 560 16 00	www.zus.pl	1) poniedziałek w godz. 8.00-17.00 wtorek-piątek w godz. 8.00-15.00 2) Automatyczny System Informacyjny dostępny 24 godz. na dobę przez 7 dni w tygodniu	Adresaci porad: -ubezpieczeni -płatnicy składek - obcokrajowcy -lekarze	
62	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Informacja o uprawnieniach, ubezpieczenia społeczne, składki, renty, emerytury, świadczenia w tytułu choroby	Zakład Ubezpieczeń Społecznych (Centrala)	publiczna	ul. Szamocka 3/5 01-748 Warszawa	22 560 16 00 e-mail: cot@zus.pl	www.zus.pl	1) poniedziałek-piątek w godz. 7.00-18.00 2)Automatyczny System Informacyjny dostępny 24godz.na dobę przez 7 dni w tygodniu	Adresaci porad: -ubezpieczeni -płatnicy składek - obcokrajowcy -lekarze	

Poradnictwo z zakresu prawa pracy

63	Okręgowy Inspektorat Pracy w Szczecinie	porady z zakresu prawa pracy	Okręgowa Inspekcja Pracy	publiczna	ul. Pszczelna 7 71-663 Szczecin	91 431 19 30 (sekretariat) 91 431 19 29 (porady) 601 610 165 (zgłoszenie wypadku przy pracy) e-mail: kancelaria@szczecin.pip.gov.pl	www.szczecin.pip.gov.pl	poniedziałek-piątek w godz. 7.15-15.15	dla pracowników i pracodawców	
64	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	porady z zakresu prawa pracy, w tym bezpieczeństwa i higieny pracy	Państwowa Inspekcja Pracy Główny Inspektorat Pracy	publiczna	ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa	801 002 006 (z telefonów stacjonarnych) 459 599 000 (z telefonów komórkowych) e-mail: kancelaria@gip.pip.gov.pl	www.pip.gov.pl	poniedziałek-piątek w godz. 9.00-15.00	dla pracowników i pracodawców	
Poradnictwo dla osób w sporze z podmiotami rynku finansowego oraz zakresu prawa podatkowego										
65	Rzecznik Finansowy	porady i konsultacje z zakresu prawa finansowego, prawa ubezpieczeń	Biuro Rzecznika Finansowego	publiczna	ul. Nowogrodzka 47A 00-695 Warszawa	22 333 73 25 (banki i rynek kapitałowy) e-mail: biuro@rf.gov.pl ; porady@rf.gov.pl	www.rf.gov.pl	poniedziałek, środa, piątek w godz. 10.00-14.00	osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń, bankowości	
						22 333 73 28 (ubezpieczenia gospodarcze) e-mail: biuro@rf.gov.pl ; porady@rf.gov.pl		poniedziałek, środa, piątek w godz. 10.00-14.00		
66	Infolinia KIS	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza	Krajowa Informacja Skarbowa	publiczna	Ul. Teodora Sixta 17 43-300 Bieleśko-Biała	22 330 03 30 (z telefonów komórkowych) 801 055 055 (z telefonów stacjonarnych) +48 22 330 03 03 (z zagranicy) e-mail: kancelaria.kis@mf.gov.pl ;	www.kis.gov.pl	poniedziałek-piątek w godz. 8.00-18.00	podatnicy	

						kis@mf.gov.pl				
67	Komisja Nadzoru Finansowego	sprawy z zakresu ubezpieczeń, rynku kapitałowego czy emerytalnego, instytucji płatniczych, sektora bankowego	Komisja Nadzoru Finansowego	publiczna	ul. Piękna 20 00-549 Warszawa	22 262 58 00 (infolinia) e-mail: knf@knf.gov.pl	www.knf.gov.pl	poniedziałek-piątek w godz. 8.15-16.15	dla zainteresowanych czy dany podmiot jest nadzorowany przez KNF	
Poradnictwo z zakresu spraw obywatelskich, praw człowieka, praw kobiet										
68	Rzecznik Praw Obywatelskich	informacja i poradnictwo w zakresie praw i wolności człowieka i obywatela, w tym zasad równego traktowania	Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich	publiczna	al. Solidarności 77 00-090 Warszawa	800 676 676 (22) 551 77 91 - połączenie płatne zgodnie z cennikiem e-mail: biurorzecznika@brp o.gov.pl	https://bip.brpo.gov.pl/pl	poniedziałek w godz. 10.00-18.00 wtorek-piątek w godz. 8.00-16.00.	każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone	
69	Helsińska Fundacja Praw Człowieka	Ochrona i promocja praw człowieka, pomoc prawna	Helsińska Fundacja Praw Człowieka	niepubliczna	ul. Wiejska 16 00-490 Warszawa	22 556 44 40 e-mail: hfhr@hfhr.pl	www.hfhr.pl	poniedziałek- piątek w godz. 10.00-14.00	każdy, kto uważa, że naruszane zostają prawa człowieka	
70	Całodobowy telefon dla kobiet ofiar przemocy	poradnictwo i wsparcie psychologiczne, poradnictwo prawne	Centrum Praw Kobiet	niepubliczna	ul. Wilcza 60/19 00-679 Warszawa	800 10 7777 (po połączeniu prosimy wybrać 1 i potem 3) (całodobowy) 509 790 232 (sekretariat)	www.cpk.org.pl	Telefon interwencyjny czynny całą dobę przez 7 dni w tygodniu poniedziałek-piątek w godz. 09.00-17.00	dla kobiet doznających różnych form przemocy w tym przemocy domowej, molestowania seksualnego w miejscu pracy, mobbingu, świadków przemocy	
71	www.obywatel.gov.pl						Informacje i usługi przyjazne obywatelom. Portal Ministerstwa Cyfryzacji			
Poradnictwo z zakresu nieodpłatnej pomocy prawnej ze wskazaniem punktów i dyżurów na terenie Powiatu Gryfińskiego w 2025 r.										
72.	Nieodpłatna Pomoc Prawna i Mediacja	- wskazanie sposobu rozwiązania problemu prawnego, - poinformowanie o obowiązującym stanie prawnym i przysługujących prawach i obowiązkach, - pomoc w sporządzaniu pism, - nieodpłatna mediacja (w razie potrzeby) - pomoc obejmuje m. in. Sprawy z zakresu prawa rodzinnego, pracy, cywilnego, karnego,	siedziba Domu Kultury w Baniach	publiczna	ul. Skośna 7 74-110 Banie	91 35 16 788 lub 91 40 45 000	bip.gryfino.powiat.pl- darmowa pomoc prawna	czwartek w godz. 9.00-13.00 Radca prawny	każda osoba, która nie jest w stanie pokryć kosztów odpłatnej pomocy prawnej i która złoży stosowne oświadczenie	ustnie, telefonicznie lub online: https://np.ms.gov.pl/zachodniopomorskie/gryfi%C5%84ski

		administracyjnego, ubezpieczeń społecznych;								
73.	Nieodpłatna Pomoc Prawna i Mediacja	- wskazanie sposobu rozwiązania problemu prawnego, - poinformowanie o obowiązującym stanie prawnym i przysługujących prawach i obowiązkach, - pomoc w sporządzaniu pism, - nieodpłatna mediacja (w razie potrzeby) - pomoc obejmuje m. in. Sprawy z zakresu prawa rodzinnego, pracy, cywilnego, karnego, administracyjnego, ubezpieczeń społecznych;	siedziba Urzędu Miejskiego w Cedyni pok. nr 3	publiczna	Plac Wolności 1 74-520 Cedynia	91 35 16 788 lub 91 40 45 000	bip.gryfino.powiat.pl- darmowa pomoc prawna	piątek w godz. 12.15-16.15 Radca prawny/adwokat	każda osoba, która nie jest w stanie pokryć kosztów odpłatnej pomocy prawnej i która złoży stosowne oświadczenie	ustnie, telefonicznie lub online: https://np.ms.gov.pl/zachodniopomorskie/gryfi%C5%84ski
74.	Nieodpłatna Pomoc Prawna i Mediacja	- wskazanie sposobu rozwiązania problemu prawnego, - poinformowanie o obowiązującym stanie prawnym i przysługujących prawach i obowiązkach, - pomoc w sporządzaniu pism, - nieodpłatna mediacja (w razie potrzeby) - pomoc obejmuje m. in. Sprawy z zakresu prawa rodzinnego, pracy, cywilnego, karnego, administracyjnego, ubezpieczeń społecznych;	Siedziba Ośrodka Informacji dla osób niepełnosprawnych w Chojnie pok. nr 11	publiczna	ul. Dworcowa 1 74-500 Chojna	91 35 16 788 Lub 91 40 45 000	bip.gryfino.powiat.pl- darmowa pomoc prawna	poniedziałek w godz.14.00-18.00 środa w godz. 13.00-17.00* czwartek w godz. 13.00-17.00* Radca prawny	każda osoba, która nie jest w stanie pokryć kosztów odpłatnej pomocy prawnej i która złoży stosowne oświadczenie ustnie	ustnie, telefonicznie lub online: https://np.ms.gov.pl/zachodniopomorskie/gryfi%C5%84ski
75.	Nieodpłatna Pomoc Prawna i Mediacja	- wskazanie sposobu rozwiązania problemu prawnego, - poinformowanie o obowiązującym stanie prawnym i przysługujących prawach i obowiązkach,	siedziba Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Gryfinie pok. nr 1	publiczna	ul. Łużycka 91 74-100 Gryfino	91 35 16 788 Lub 91 40 45 000	bip.gryfino.powiat.pl- darmowa pomoc prawna	środa w godz. 10.00-14.00 czwartek w godz. 8.00-12.00 piątek w godz. 9.00-13.00* Radca prawny	każda osoba, która nie jest w stanie pokryć kosztów odpłatnej pomocy prawnej i która złoży stosowne oświadczenie ustnie	ustnie, telefonicznie lub online: https://np.ms.gov.pl/zachodniopomorskie/gryfi%C5%84ski

		- pomoc w sporządzaniu pism, - nieodpłatna mediacja (w razie potrzeby) - pomoc obejmuje m. in. Sprawy z zakresu prawa rodzinnego, pracy, cywilnego, karnego, administracyjnego, ubezpieczeń społecznych;						*Punkt prowadzony przez organizację pozarządową		
76.	Nieodpłatna Pomoc Prawna i Mediacja	- wskazanie sposobu rozwiązania problemu prawnego, - poinformowanie o obowiązującym stanie prawnym i przysługujących prawach i obowiązkach, - pomoc w sporządzaniu pism, - nieodpłatna mediacja (w razie potrzeby) - pomoc obejmuje m. in. Sprawy z zakresu prawa rodzinnego, pracy, cywilnego, karnego, administracyjnego, ubezpieczeń społecznych;	siedziba Starostwa Powiatowego w Gryfinie pok. nr 13A	publiczna	ul. 11 Listopada 16D 74-100 Gryfino	91 35 16 788 Lub 91 40 45 000	bip.gryfino.powiat.pl- darmowa pomoc prawna	poniedziałek w godz. 9.00-13.00* wtorek w godz. 9.00-13.00* Radca prawny	każda osoba, która nie jest w stanie pokryć kosztów odpłatnej pomocy prawnej i która złoży stosowne oświadczenie ustnie	ustnie, telefonicznie lub online: https://np.ms.gov.pl/zachodniopomorskie/gryfi%C5%84ski
77.	Nieodpłatna Pomoc Prawna i Mediacja	- wskazanie sposobu rozwiązania problemu prawnego, - poinformowanie o obowiązującym stanie prawnym i przysługujących prawach i obowiązkach, - pomoc w sporządzaniu pism, - nieodpłatna mediacja (w razie potrzeby) - pomoc obejmuje m. in. Sprawy z zakresu prawa rodzinnego, pracy, cywilnego, karnego, administracyjnego, ubezpieczeń społecznych;	siedziba Urzędu Miejskiego w Mieszkowicach pok. nr 18	publiczna	ul. Chopina 1 74-505 Mieszkowice	91 35 16 788 Lub 91 40 45 000	bip.gryfino.powiat.pl- darmowa pomoc prawna	wtorek w godz. 9.00-13.00 adwokat	każda osoba, która nie jest w stanie pokryć kosztów odpłatnej pomocy prawnej i która złoży stosowne oświadczenie ustnie	ustnie, telefonicznie lub online: https://np.ms.gov.pl/zachodniopomorskie/gryfi%C5%84ski
78.	Nieodpłatna Pomoc Prawna i Mediacja	- wskazanie sposobu rozwiązania problemu prawnego, - poinformowanie o obowiązującym stanie	siedziba Urzędu Miejskiego w Moryniu pok. nr 11	publiczna	Plac Wolności 1 74-503 Moryń	91 35 16 788 Lub 91 40 45 000	bip.gryfino.powiat.pl- darmowa pomoc prawna	piątek w godz. 8.00-12.00 Radca prawny/adwokat	każda osoba, która nie jest w stanie pokryć kosztów odpłatnej pomocy prawnej i która	ustnie, telefonicznie lub online:

		prawnym i przysługujących prawach i obowiązkach, - pomoc w sporządzaniu pism, - nieodpłatna mediacja (w razie potrzeby) - pomoc obejmuje m. in. Sprawy z zakresu prawa rodzinnego, pracy, cywilnego, karnego, administracyjnego, ubezpieczeń społecznych;							złoży stosowne oświadczenie ustnie	https://np.ms.gov.pl/zachodniopomorskie/gryfi%C5%84ski
79.	Nieodpłatna Pomoc Prawna i Mediacja	- wskazanie sposobu rozwiązania problemu prawnego, - poinformowanie o obowiązującym stanie prawnym i przysługujących prawach i obowiązkach, - pomoc w sporządzaniu pism, - nieodpłatna mediacja (w razie potrzeby) - pomoc obejmuje m. in. Sprawy z zakresu prawa rodzinnego, pracy, cywilnego, karnego, administracyjnego, ubezpieczeń społecznych;	siedziba Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Starym Czarnowie	publiczna	ul. św. Floriana 10 74-106 Stare Czarnowo	91 35 16 788 Lub 91 40 45 000	bip.gryfino.powiat.pl-darmowa pomoc prawna	poniedziałek w godz. 15.00-19.00 adwokat	każda osoba, która nie jest w stanie pokryć kosztów odpłatnej pomocy prawnej i która złoży stosowne oświadczenie ustnie	ustnie, telefonicznie lub online: https://np.ms.gov.pl/zachodniopomorskie/gryfi%C5%84ski
80.	Nieodpłatna Pomoc Prawna i Mediacja	- wskazanie sposobu rozwiązania problemu prawnego, - poinformowanie o obowiązującym stanie prawnym i przysługujących prawach i obowiązkach, - pomoc w sporządzaniu pism, - nieodpłatna mediacja (w razie potrzeby) - pomoc obejmuje m. in. Sprawy z zakresu prawa rodzinnego, pracy, cywilnego, karnego, administracyjnego, ubezpieczeń społecznych;	Siedziba Hali Widowiskowo-Sportowej w Trzcińsku-Zdroju	publiczna	ul. Cmentarna 12 74-510 Trzcińsko-Zdrój	91 35 16 788 Lub 91 40 45 000	bip.gryfino.powiat.pl-darmowa pomoc prawna	Wtorek w godz. 13.30-17.30 adwokat	każda osoba, która nie jest w stanie pokryć kosztów odpłatnej pomocy prawnej i która złoży stosowne oświadczenie ustnie	ustnie, telefonicznie lub online: https://np.ms.gov.pl/zachodniopomorskie/gryfi%C5%84ski

81.	Nieodpłatna Pomoc Prawna i Mediacja	- wskazanie sposobu rozwiązania problemu prawnego, - poinformowanie o obowiązującym stanie prawnym i przysługujących prawach i obowiązkach, - pomoc w sporządzaniu pism, - nieodpłatna mediacja (w razie potrzeby) - pomoc obejmuje m. in. Sprawy z zakresu prawa rodzinnego, pracy, cywilnego, karnego, administracyjnego, ubezpieczeń społecznych;	siedziba Urzędu Gminy w Widuchowej pok. nr 7	publiczna	ul. Grunwaldzka 8 74-120 Widuchowa	91 35 16 788 Lub 91 40 45 000	bip.gryfino.powiat.pl- darmowa pomoc prawna	Środa w godz. 8.00-12.00 Radca prawny	każda osoba, która nie jest w stanie pokryć kosztów odpłatnej pomocy prawnej i która złoży stosowne oświadczenie ustnie	ustnie, telefonicznie lub online: https://np.ms.gov.pl/zachodniopomorskie/gryfino
82.	https://bip.gryfino.powiat.pl/dana/2025-04-07_plakat.pdf						Informacje BIP Starostwo Powiatowe w Gryfinie			