



LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

Lista jednostek nieodpłatnego poradnictwa, którą zgodnie z art. 8a ust. 1 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej sporządza i aktualizuje Starosta.

CZĘŚĆ I: wg art. 8a ust 1 pkt 1 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
RODZINNE							
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Tarnobrzegu	Porady pedagogiczne i psychologiczne dla rodziców zastępczych, działalność związana z ochroną praw dziecka. Wsparcie psychologiczne, konsultacje. Porady dla osób i rodzin, które mają trudności lub wykazują potrzeby wsparcia w rozwiązywaniu problemów wychowawczych.	39 – 400 Tarnobrzeg ul. 1 Maja 4	15 822 13 40 wew. 104	pon. – pt. 7.30 – 15.30	sekretariat@pcprtarnobrzeg.pl www.pcpertarnobrzeg.pl	Mieszkańcy powiatu tarnobrzckiego
2.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Grębowie	Ogólnie pojęte zagadnienia pomocy rodzinie	39 – 410 Grębów ul. Rynek 7	15 811 22 21 – Świadczenia rodzinne 15 811 27 17 – Pomoc Społeczna 513 011 285 503 979 355	pon. – pt. 7.30 – 15.30	poczta@grebowgops.pl www.grebowgosp.pl	Mieszkańcy Gminy Grębów

PSYCHOLOGICZNE

3.	Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Nowej Dębie	Diagnoza, pomoc psychologiczna, profilaktyka	39 – 460 Nowa Dęba ul. Reja 7	15 846 28 45	pon. – pt. 7.30 – 15.30	www.pppnd.naszaporadnia.com sekretariat@pppnd.naszaporadnia.com	Dla dzieci, uczniów, rodziców, nauczycieli ze szkół na terenie powiatu tarnobrzeskiego
4.	Miejsko – Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Baranowie Sandomierskim	Pomoc osobom w trudnej sytuacji życiowej, z którą nie mogą sobie poradzić przy wykorzystaniu własnych sił i środków.	39 – 450 Baranów Sandomierski ul. Rynek 24	15 811 80 10	piątek 8.00 – 9.00	ops@baranowsandomierski.pl	Osoby korzystające z pomocy Ośrodka Pomocy Społecznej w Baranowie Sandomierskim
5.	Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Nowej Dębie – Centrum Zdrowia Psychicznego	Kompleksowa pomoc psychiatryczna, psychologiczna i psychoterapeutyczna w ramach świadczeń finansowanych przez Narodowy Fundusz Zdrowia.	39 – 460 Nowa Dęba ul. M. Skłodowskiej-Curie 1A	Punkt Zgłoszeniowo-Koordynacyjny (PZK) – tel. 888 289 431 15 846 05 13	Punkt Zgłoszeniowo-Koordynacyjny (PZK) - od poniedziałku do piątku, z wyjątkiem dni ustawowo wolnych od pracy, godz. 8.00 - 18.00.	czp@zoznowadeba.pl psz@zoznowadeba.pl	Dla ludności zamieszkałej na obszarze powiatu tarnobrzeskiego i Miasta Tarnobrzega.
6.	Centrum Wsparcia dla osób dorosłych w kryzysie psychicznym	W Centrum Wsparcia dla osób w kryzysie psychicznym, dyżurują psychologowie gotowi do wysłuchania, zrozumienia i akceptacji.	Zadanie realizowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia, finansowane przez Ministra Zdrowia	800 70 2222 bezpłatna infolinia	24 godz. przez 7 dni w tygodniu Istnieje także możliwość skorzystania ze spotkań online	www.centrumwsparcia.pl porady@centrumwsparcia.pl	Pomoc dla osób dorosłych znajdujących się w stanie kryzysu psychicznego.

PEDAGOGICZNE

7.	Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Nowej Dębie	Diagnoza, terapia pedagogiczna, doradztwo zawodowe dla dzieci i młodzieży	39 – 460 Nowa Dęba ul. Reja 7	15 846 28 45	pon. – pt. 7.30 – 15.30	www.pppnd.naszaporadnia.com sekretariat@pppnd.naszaporadnia.com	Dla dzieci, uczniów, rodziców, nauczycieli ze szkół na terenie powiatu tarnobrzeskiego
----	--	---	----------------------------------	--------------	----------------------------	--	--

POMOC SPOŁECZNA

8.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Tarnobrzegu	Socjalne dla osób z niepełnosprawnością, pełnoletnich wychowanków pieczy zastępczej	39 – 400 Tarnobrzeg ul. 1 Maja 4	15 822 13 40 wew. 103 i 101	pon. – pt. 7.30 – 15.30	sekretariat@pcprtarnobrzeg.pl www.pcprtarnobrzeg.pl	Mieszkańcy powiatu tarnobrzckiego
9.	1) Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Grębowie 2) Ośrodek Pomocy Społecznej w Gorzycach 3) Miejsko – Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Baranowie Sandomierskim 4) Miejsko – Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowej Dębie.	Pomoc społeczna wspiera osoby i rodziny w wysiłkach zmierzających do zaspokojenia niezbędnych potrzeb i umożliwia im życie w warunkach odpowiadających godności człowieka. Zadaniem pomocy społecznej jest także zapobieganie trudnym sytuacjom życiowym przez podejmowanie działań zmierzających do usamodzielnienia osób i rodzin oraz ich integracji ze środowiskiem.	1) 39 – 410 Grębów ul. Rynek 7 2) 39 – 432 Gorzyce ul. 3 Maja 4 3) 39 – 450 Baranów Sandomierski ul. Rynek 24 4) 39 – 460 Nowa Dęba, ul. M. Reja 3	1) 15 811 27 17 2) 15 836 23 25 3) 15 811 80 10 4) 15 846 34 94, 15 846 34 93	1) pon. – pt. 7.30 – 15.30 2) pon. – pt. 7.30 – 15.30 3) pon. – pt. 7.30 – 15.30 4) pon. - pt. 7.00 – 15.00	1) poczta@grebowgops.pl 2) poczta@gopsgorzycze.pl 3) ops@baranowsandomierski.pl 4) sekretariat@mgopsnowadeba.pl	1) Dla mieszkańców Gminy Grębów 2) Dla mieszkańców Gminy Gorzyce 3) Dla mieszkańców Miasta i Gminy Baranów Sandomierski 4) Dla mieszkańców Miasta i Gminy Nowa Dęba

ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

10.	Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Nowej Dębie – Poradnia Leczenia Uzależnień w Nowej Dębie	Terapia Uzależnień	39 – 460 Nowa Dęba ul. M. Skłodowskiej-Curie 1A	15 846 05 14 - rejestracja	pon. – 8.35 – 14.35 wt. – 16.30 – 21.00 śr. – 17.30 – 18.30 czw. – 17.00 – 20.00 piątek - nieczynne sob. – 7.00 – 15.00 z pominięciem drugich sobót miesiąca	www.zoznowadeba.pl	Z porad mogą korzystać: -osoby zagrożone uzależnieniem - uzależnieni - członkowie ich rodzin - bez skierowań i rejonizacji
11.	Nowodębski Klub Abstynenta w Nowej Dębie	Udzielanie członkom klubu i ich rodzinom pomocy w trudnych sytuacjach życiowych, a także osobom spoza klubu w podjęciu leczenia odwykowego	39 – 460 Nowa Dęba ul. Jana Pawła II 4	692 728 771 666 047 767	Dyżury w każdy wtorek w godz. 11.00 – 12.00	ewita0@op.pl	Pomoc członkom klubu i ich rodzinom w trudnych sytuacjach życiowych, a także osobom spoza klubu w podjęciu leczenia odwykowego.
12.	Punkt Konsultacyjno – Informacyjny do Spraw Uzależnień w Skopaniu	Porady i pomoc w sprawach z zakresu rozwiązywania problemów uzależnień.	Środowiskowy Dom Kultury w Skopaniu 39 – 451 Skopanie Kardynała Wyszyńskiego 7	601 978 875	Dyżury w każdy czwartek w godz. 16.00 – 17.00	-	Pomoc osobom, które zmagają się z problemem uzależnień.

13.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Grębowie	Działalność w zakresie profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych.	39 – 410 Grębów ul. Rynek 1	15 811 27 15	pon. – pt. 7.30 – 15.30	www.grebow.com.pl ug@grebow.com.pl	Celem działań jest ograniczanie dostępności alkoholu, zwiększenie dostępności pomocy terapeutycznej, rehabilitacyjnej osobom uzależnionym, podejmowanie działań w związku z podejrzeniem zaistnienia przemocy w rodzinie oraz zwiększanie zdolności osób do radzenia sobie z istniejącymi problemami alkoholowymi.
-----	--	---	--------------------------------	--------------	----------------------------	--	--

14.	Miejsko – Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Nowej Dębie	Działalność w zakresie profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych.	39 – 460 Nowa Dęba ul. Rzeszowska 3	15 846 26 71 w. 113	pon. – pt. 7.30 – 15.30 wt. 8.00 – 16.00	k.rodzen@nowadeba.pl	Celem działań jest ograniczanie dostępności alkoholu, zwiększenie dostępności pomocy terapeutycznej, rehabilitacyjnej osobom uzależnionym, podejmowanie działań w związku z podejrzeniem zaistnienia przemocy w rodzinie oraz zwiększanie zdolności osób do radzenia sobie z istniejącymi problemami alkoholowymi.
-----	---	---	--	---------------------	--	--	--

PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY W RODZINIE

15.	Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie w gminie: 1) Grębów 2) Gorzyce 3) Baranów Sandomierski 4) Nowa Dęba	1. Diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie; podejmowanie działań mających na celu przeciwdziałanie temu zjawisku; interwencje w środowisku dotkniętym przemocą w rodzinie; informowanie o możliwościach udzielania pomocy w środowisku lokalnym. 2. Poradnictwo osobom uwikłanym w przemoc udzielana przez członków ZI 3. Realizacja procedury postępowania „Niebieska Karta”. 4. Wsparcie oraz poradnictwo dla rodzin uwikłanych w przemoc informacja o najbliższych instytucjach udzielających pomocy. 5. Sprawy związane z przeciwdziałaniem przemocy w rodzinie, niebieskie karty. 6. Poradnictwo, motywowanie osób do podjęcia terapii, kierowanie osób do odpowiednich instytucji. 7. Rozwiązywanie problemów związanych z wystąpieniem przemocy w rodzinie.	1) 39 – 410 Grębów ul. Rynek 7 2) 39 – 432 Gorzyce ul. 3 Maja 4 3) 39 – 450 Baranów Sandomierski ul. Rynek 24 4) 39 – 460 Nowa Dęba, ul. M. Reja 3	1) 15 811 22 21 513 011 285 503 979 355 2) 15 836 23 25 3) 15 811 80 10 4) 15 846 34 94, 15 846 34 93	1) pon. – pt. 7.30 – 15.30 2) pon. – pt. 7.30 – 15.30 3) pon. – pt. 7.30 – 15.30 4) pon. - pt. 7.00– 15.00	www.grebowgops.pl 1) poczta@grebowgops.pl 2) poczta@gopsgorzyce.pl 3) ops@baranowsandomierski.pl 4) zi@mgopsnowadeba.pl	1) Dla mieszkańców Gminy Grębów 2) Dla mieszkańców Gminy Gorzyce 3) Dla mieszkańców Miasta i Gminy Baranów Sandomierski 4) Dla mieszkańców Miasta i Gminy Nowa Dęba
-----	---	---	--	--	--	---	---

16.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Tarnobrzegu	1. Pomoc psychologiczna, pedagogiczna. 2. Zapewnienie osobom dotkniętym przemocą domową miejsc w ośrodkach wsparcia. 3. Zapewnienie osobom dotkniętym przemocą domową miejsc w ośrodkach interwencji kryzysowej. 4. Realizacja programów oddziaływań korekcyjno-edukacyjnych dla osób stosujących przemoc domową.	39 – 400 Tarnobrzeg ul. 1 Maja 4	15 822 13 40 wew. 104	pon. – pt. 7.30 – 15.30	sekretariat@pcprtarnobrzeg.pl www.pcpertarnobrzeg.pl	Mieszkańcy powiatu tarnobrzeskiego
17.	Centrum Wsparcia i Rehabilitacji Społecznej w Gorzycach – Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla ofiar Przemocy w Rodzinie w Gorzycach (SOW)	W SOW w Gorzycach ofiara przemocy w rodzinie może skorzystać z różnorodnych form pomocy: • psychologicznej; • prawnej; • pedagogicznej; • terapeutycznej; • socjalnej.	39 – 432 Gorzyce Ul. 11 Listopada 12	Telefon całodobowy: 15 836 28 69 wew. 110	całodobowo	www.sowgorzyce.pl sowgorzyce@onet.eu cwirs@onet.pl	Pomoc w SOW jest bezpłatna, anonimowa, całodobowa (hostelowa). Działalność ośrodka obejmuje mieszkańców z terenu województwa podkarpackiego.
18.	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”	Wsparcie psychologiczne, informacje na temat przeciwdziałania przemocy w rodzinie, w tym o istniejących możliwościach prawno-proceduralnych oraz lokalnych placówkach pomocowych.	Al. Jerozolimskie 155 02 – 326 Warszawa	Infolinia 800 120 002 czynna przez całą dobę.	całodobowo	www.niebieska linia.info biuro@niebieska linia.info	Dla osób uwięzionych w przemoc w rodzinie.

INTERWENCJA KRYZYSOWA

19.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Tarnobrzegu	Osoby doświadczające przemocy, będące w trudnej sytuacji życiowej, przeżywające kryzys z powodu doświadczania zdarzeń traumatycznych, straty, agresji, przemocy, borykające się z problemami wychowawczymi uzyskują możliwość konsultacji psychologiczno – pedagogicznych, wsparcia i pomocy w rozwiązywaniu problemów wynikających z zaistniałych sytuacji kryzysowych.	39 – 400 Tarnobrzeg ul. 1 Maja 4	15 822 13 40 wew. 104	Pon. 11.00 – 19.00 Wt. 15.30 – 19.30 Śr. 11.30 – 17.30 Czw. 15.30 – 19.30 Pt. 11.00 – 19.00	sekretariat@pcprtarnobrzeg.pl www.pcpertarnobrzeg.pl	Mieszkańcy powiatu tarnobrzecskiego
-----	---	--	-------------------------------------	--------------------------	---	--	-------------------------------------

DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

20.	Powiatowy Urząd Pracy w Tarnobrzegu	Wsparcie osób bezrobotnych i poszukujących pracy w znalezieniu pracy oraz pracodawców w pozyskiwaniu pracowników	39 – 400 Tarnobrzeg ul. 1 Maja 3	15 823 00 30	pon. – pt. 7.30 – 15.30	www.tarnobrzeg.praca.gov.pl rzta@praca.gov.pl	Osoby bezrobotne i poszukujące pracy, pracodawcy, osoby zagrożone bezrobociem
21.	Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia	Aby uzyskać informacje o ofertach pracy, szkoleniach, usługach urzędów pracy lub skąd pozyskać pieniądze na własną firmę, należy skorzystać z pomocy Zielonej Linii.	Centrum Informacyjno-Konsultacyjne Służb Zatrudnienia Zielona Linia ul. Trawiasta 20b 15 – 161 Białystok	19524 (z Polski) Infolinia płatna W niektórych połączeniach z telefonów komórkowych wymagane jest dodanie numeru kierunkowego. Właściwym numerem będzie: 22 19524. +48 22 19524 (z zagranicy) Koszt zgodnie z taryfą operatora.	pn. – pt. 08.00 – 18.00	www.zielonalinia.gov.pl biuro@zielonalinia.gov.pl	Mogą korzystać: - zarejestrowani - poszukujący pracy - pracodawcy

DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

22.	Podkarpacki Ośrodek Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego (ośrodek okręgowy)	W ramach pomocy osobom pokrzywdzonym przestępstwem oraz osobom im najbliższym udzielane są porady prawne oraz porady psychologiczne i psychiatryczne.	35 – 959 Rzeszów, ul. Fredry 4, pok. 58 IV piętro	796 600 429 17 86 20 122	Pon. 8.00 – 15.00 Wt. 13.00 – 20.00 Śr. 8.00 – 15.00 Czw. 8.00 – 15.00 Pt. 8.00 – 15.00 Sob. 8.00 – 13.00	porso@poczta.onet.pl Pełna lista Ośrodków dla osób pokrzywdzonych, z terenu całego kraju jest dostępna na stronie: www.funduszsprawiedliwosci.gov.pl/pl/znajdz-osrodek-pomocy/	Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich najbliżsi oraz świadkowie przestępstw i ich najbliżsi. REJONIZACJA NIE OBOWIĄZUJE
-----	---	---	---	-----------------------------	--	--	--

PRAWO KONSUMENCKIE

23.	Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	Starostwo Powiatowe w Tarnobrzegu 39 – 400 Tarnobrzeg ul. 1 Maja 4, pokój nr 215a	15 822 39 22 wew. 351	środa 8.30 – 13.30	rzecznikkonsumentow@tarnobrzeki.pl	Mieszkańcy powiatu tarnobrzckiego.
24.	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00 – 950 Warszawa	Infolinia Konsumencka tel. 801 440 220 oraz 222 66 76 76 czynna od poniedziałku do piątku w godz. 8.00 – 18.00, opłata wg taryfy operatora.	pn. – pt. 08.00 – 18.00	www.uokik.gov.pl porady@dlakonsumentow.pl	Prawo konsumenckie

PRAWA PACJENTA

25.	Rzecznik Praw Pacjenta	Ochrona praw pacjenta	Biuro RPP ul. Płocka 11/13 01 – 231 Warszawa	Telefoniczna Informacja Pacjenta: 800 190 590 (połączenie bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych) czynna pn. - pt. w godz. 8.00 - 18.00	Przyjęcia interesantów w Biurze Rzecznika Praw Pacjenta odbywają się w: poniedziałek w godz. 08.00 – 18.00 wt. – pt. 08.00 – 15.00	www.bpp.gov.pl kancelaria@rpp.gov.pl	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
26.	Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta - leczenie w kraju i poza granicami - kolejki do świadczeń	Narodowy Fundusz Zdrowia ul. Rakowiecka 26/30 02 – 528 Warszawa	Telefoniczna Informacja Pacjenta 800 190 590	pn. – pt. 08.00 – 16.00	www.nfz.gov.pl KancelariaElektroniczna@nfz.gov.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym

27.	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych, Udzielanie informacji w sprawach dotyczących: rynku pracy, zagadnień prawnego - socjalnych, edukacji, rehabilitacji, świadczeń i orzecznictwa.	SIEDZIBA ul. Żurawia 4 A, 00 – 503 Warszawa Telefon 538 117 590 KORESPONDENCJA Nowogrodzka 1/3/5 00 – 513 Warszawa	Infolinia 801 801 015 pn. – pt. w godz. 8.00 – 17.00	Osobiste przyjęcia interesantów odbywają się w siedzibie MRiPS - wejście od ul. Nowogrodzkiej 1/3/5, Warszawa, godziny przyjęć: pn. – pt. 8.30 – 15.30	www.niepelnosprawni.gov.pl sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych
28.	Rzecznik Praw Dziecka	Ochrona praw dziecka	Biuro Rzecznika Praw Dziecka ul. Chocimska 6, 00 – 791 Warszawa tel. (22) 583 66 00 fax. (22) 583 66 96 pn. – pt. 08.15 – 16.15	800 12 12 12 Bezpłatna infolinia Dziecięcy Telefon Zaufania Całodobowy 7 dni w tygodniu	Biuro Rzecznika Praw Dziecka jest czynne: pn. – pt. 08.15 – 16.15	www.brpd.gov.pl rpd@brpd.gov.pl	Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.

PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

29.	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury - zasiłki	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w Centrum Obsługi Telefonicznej lub podczas wizyty osobistej w placówkach ZUS Nr centrali: 22 667 10 00	Centrum Kontakt Klientów ZUS 22 560 16 00 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.	Konsultanci Centrum Kontakt Klientów ZUS są dostępni: pn. – pt. 07.00 – 18.00	www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot- cot@zus.pl	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze
-----	---	--	--	--	--	---	--

PRAWO PRACY

30.	Państwowa Inspekcja Pracy (PIP)	Porady z zakresu prawa pracy	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02 – 315 Warszawa. tel. 22 391 82 15 fax. 22 391 82 14	801 002 006 dla tel. stacjonarnych 459 599 000 dla tel. kom. (Koszt połączenia zależny jest od stawek operatora telekomunikacyjnego. Koszty naliczane są od momentu połączenia z infolinią, tj. również za czas oczekiwania).	pn. – pt. 09.00 – 15.00	www.bip.pip.gov.pl kancelaria@gip.pip.gov.pl	Porady z zakresu prawa pracy
-----	---------------------------------	------------------------------	---	--	------------------------------------	---	------------------------------

PRAWO PODATKOWE							
31.	Krajowa Informacja Skarbowa	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	43 – 300 Bielsko-Biała ul. Warszawska 5	801 055 055 dla tel. stacjonarnych 22 330 03 30 dla tel. kom. +48 22 33 00 330 z zagranicy Koszt zgodnie z taryfą operatora.	pn. – pt. 08.00 – 18.00	www.kis.gov.pl kancelaria.kis@mf.gov.pl	Z porad może skorzystać każdy podatnik
DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO							
32.	Rzecznik Finansowy	Rzecznik Finansowy wspiera klientów w sporach z podmiotami rynku finansowego	Biuro Rzecznika Finansowego ul. Nowogrodzka 47A 00 – 695 Warszawa	Porady ekspertów: 22 333 73 25 – sprawy bankowo - kapitałowe: 22 333 73 28 – sprawy ubezpieczeniowe Telefon ogólny: 22 333 73 26 Informacje o statusie sprawy oraz recepcja: 22 333 73 26 lub 22 333 73 27	Porady ekspertów udzielane są telefonicznie: pn. – pt. 08.00 – 16.00 pn. – pt. 08.00 – 16.00 Informacje dot. statusu wniosku udzielane są telefonicznie w godz. 10.00 – 14.00	Porady e-mail: porady@rf.gov.pl Okres oczekiwania na odpowiedź na poradę e-mail zależy od złożoności sprawy. www.rf.gov.pl/kontakt biuro@rf.gov.pl	Rzecznik Finansowy wspiera klientów w sporach z podmiotami rynku finansowego na różne sposoby
INNE							
	WWW.OBYWATEL.GOV.PL				Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji		
33.	Rzecznik Praw Obywatelskich	Ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO Al. Solidarności 77. 00 – 090 Warszawa	800 676 676 Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych.	pon. 10.00 – 18.00 wt. – pt. 08.00 – 16.00	www.rpo.gov.pl biurozrecznika@brpo.gov.pl	Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone

CZĘŚĆ II: wg art. 8a ust 1 pkt 2 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA ORAZ NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE NA TERENIE POWIATU TARNOBRZESKIEGO

W 2026 roku na terenie Powiatu tarnobrzckiego funkcjonują dwa punkty, w których udzielana jest nieodpłatna pomoc prawna oraz świadczone nieodpłatne poradnictwo obywatelskie, usytuowane w czterech lokalach, według harmonogramu:

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA							
	PROWADZĄCY	ADRESY DYŻURÓW	DNI i GODZINY	SPECJALIZACJI (nie określono)	lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich	DANE KONTAKTOWE	WWW
	Radcowie Prawni/Adwokaci	Lokal w budynku Urzędu Miasta i Gminy w Nowej Dębie, ul. Rzeszowska 3, I piętro, pok. 105.	poniedziałek w godz. 11.30 – 15.30 środa w godz. 11.30 – 15.30 czwartek w godz. 11.30 – 15.30		tak	Zgłoszenia na termin wizyty przyjmowane są telefonicznie pod numerem: 15 846 26 71	www.tarnobrzekski.pl
		Lokal w budynku Miejsko – Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Baranowie Sandomierskim, ul. Rynek 24.	wtorek w godz. od 8.00 do 12.00 piątek w godz. od 8.00 do 12.00		tak	Zgłoszenia na termin wizyty przyjmowane są telefonicznie pod numerem: tel. 15 811 80 10	
	Fundacja „Masz Prawo”, ul. Wyspiańskiego 4/82 39 – 400 Tarnobrzeg	Lokal w budynku Urzędu Gminy w Gorzycach, ul. 3 Maja 4.	wtorek w godz. 11.30 – 15.30 środa w godz. 11.30 – 15.30		tak	Zgłoszenia na termin wizyty przyjmowane są telefonicznie pod numerem: 15 836 20 75	www.tarnobrzekski.pl
		Lokal w budynku Urzędu Gminy Grębów, ul. Rynek 1.	czwartek w godz. 15.00 – 19.00 piątek w godz. 8.00 – 12.00		tak	Zgłoszenia na termin wizyty przyjmowane są telefonicznie pod numerem: 15 811 27 15	
NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE							
	Fundacja „Masz Prawo”, ul. Wyspiańskiego 4/82 39 – 400 Tarnobrzeg	Lokal w budynku Urzędu Gminy w Gorzycach, ul. 3 Maja 4.	poniedziałek: w godz. 7.30 – 11.30		tak	Zgłoszenia na termin wizyty przyjmowane są telefonicznie pod numerem: 15 836 20 75	www.tarnobrzekski.pl

Osoby z dysfunkcjami narządów mowy i słuchu mogą dokonywać zgłoszeń na e-mail: powiat@tarnobrzekski.pl

Nieodpłatna pomoc prawna i nieodpłatne poradnictwo obywatelskie przysługują osobie uprawnionej, która nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej, w tym osobie fizycznej prowadzącej jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniającą osób w ciągu ostatniego roku.

Nieodpłatna pomoc prawna i nieodpłatne poradnictwo obywatelskie przysługują także osobie chcącej dokonać zgłoszenia naruszenia prawa w rozumieniu ustawy z dnia 14 czerwca 2024 r. o ochronie sygnalistów.

Osoba uprawniona może skorzystać z nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego w punkcie lub za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość.

Osoba uprawniona, która chce skorzystać z nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego powinna skontaktować się telefonicznie w godzinach od 7.30 do 15.30 od poniedziałku do piątku, w celu umówienia dogodnego terminu oraz wyboru sposobu udzielenia nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego pod numerem telefonu: Gorzyce - 15 836 20 75; Grębów - 15 811 27 15; Baranów Sandomierski - 15 811 80 10; Nowa Dęba - 15 846 26 71,

Termin wizyty w punkcie można także ustalić osobiście w Referacie Oświaty, Zdrowia, Spraw Społecznych i Promocji Starostwa Powiatowego w Tarnobrzegu, 39 – 400 Tarnobrzeg, ul. 1 Maja 4, pok. nr 108, lub za pośrednictwem strony internetowej:

Adres strony www do zapisów publicznych ON-LINE: <https://np.ms.gov.pl/podkarpackie/tarnobrzeki>

Nieodpłatna pomoc prawna obejmuje:

- 1) poinformowanie osoby fizycznej, zwanej dalej „osobą uprawnioną” o obowiązującym stanie prawnym oraz o przysługujących jej uprawnieniach lub spoczywających na niej obowiązkach, w tym w związku z toczącym się postępowaniem przygotowawczym, administracyjnym, sądowym lub sądowoadministracyjnym lub,
- 2) wskazanie osobie uprawnionej sposobu rozwiązania jej problemu prawnego lub,
- 3) sporządzenie projektu pisma w sprawach, o których mowa w pkt 1 i 2, z wyłączeniem pism procesowych w toczącym się postępowaniu przygotowawczym lub sądowym i pism w toczącym się postępowaniu sądowoadministracyjnym lub,
- 3a) nieodpłatną mediację lub,
- 4) sporządzenie projektu pisma o zwolnienie od kosztów sądowych lub ustanowienie pełnomocnika z urzędu w postępowaniu sądowym lub ustanowienie adwokata, radcy prawnego, doradcy podatkowego lub rzecznika patentowego w postępowaniu sądowoadministracyjnym oraz poinformowanie o kosztach postępowania i ryzyku finansowym związanym ze skierowaniem sprawy na drogę sądową.

Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie obejmuje działania dostosowane do indywidualnej sytuacji osoby uprawnionej, zmierzające do podniesienia świadomości tej osoby o przysługujących jej uprawnieniach lub spoczywających na niej obowiązkach oraz wsparcia w samodzielnym rozwiązywaniu problemu, w tym, w razie potrzeby, sporządzanie wspólnie z osobą uprawnioną planu działania i pomoc w jego realizacji. Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie obejmuje w szczególności porady dla osób zadłużonych i porady z zakresu spraw mieszkaniowych oraz zabezpieczenia społecznego.

Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie obejmuje również nieodpłatną mediację.

Osoba uprawniona, przed uzyskaniem nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego, składa oświadczenie, że nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej. Osoba korzystająca z nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego w zakresie prowadzonej działalności gospodarczej dodatkowo składa oświadczenie o niezatrudnianiu innych osób w ciągu ostatniego roku.

Oświadczenie składa się osobie udzielającej nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadczącej nieodpłatne poradnictwo obywatelskie w formie:

- 1) pisemnej – w przypadku korzystania z pomocy w punkcie albo
- 2) ustnej – w przypadku korzystania z pomocy za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość.

W przypadku sygnalistów nie ma zastosowania wymóg składania pisemnego oświadczenia potwierdzającego, że dana osoba nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej.

Do złożenia oświadczenia wymagany jest numer PESEL. W przypadku braku numeru PESEL - numer paszportu albo innego dokumentu stwierdzającego tożsamość.

W przypadku stwierdzenia, że przedstawiony przez osobę uprawnioną problem nie może być rozwiązany w całości lub w części poprzez udzielenie nieodpłatnej pomocy prawnej z wykorzystaniem środków porozumiewania się na odległość z uwagi na konieczność przeprowadzenia bezpośredniej analizy dokumentów, adwokat lub radca prawny mogą uzależnić udzielenie porady od osobistego stawiennictwa osoby uprawnionej w punkcie pomocy prawnej lub zarekomendować osobiste stawiennictwo w punkcie najbliższym miejsca zamieszkania osoby uprawnionej.

Osobie ze znaczną niepełnosprawnością ruchową, która nie może stawić się w punkcie nieodpłatnej pomocy prawnej osobiście oraz osobie doświadczającej trudności w komunikowaniu się, nieodpłatna pomoc prawna lub nieodpłatne poradnictwo obywatelskie, może być udzielone także poza punktem. Ww. osoby dokonując zgłoszenia, w przypadku umawiania terminu wizyty poza punktem, wskazują okoliczności uzasadniające taką wizytę.

Szczegółowe informacje w ww. zakresie udzielane są pod numerami telefonów podanymi do zapisów.

W zależności od bieżącego zapotrzebowania na nieodpłatną mediację, zgłaszanego przez osoby uprawnione, w punktach organizuje się spotkanie z mediatorem poświęcone nieodpłatnej mediacji z tym, że czas trwania jednego spotkania z mediatorem podczas dyżuru nie może przekroczyć połowy czasu trwania dyżuru.

Nieodpłatna mediacja może być prowadzona pomiędzy stronami dążącymi do polubownego rozwiązania sporu. Strona inicjującą przeprowadzenie nieodpłatnej mediacji może być wyłącznie osoba uprawniona.

Nieodpłatna mediacja obejmuje:

- 1) poinformowanie osoby uprawnionej o możliwościach skorzystania z polubownych metod rozwiązywania sporów, w szczególności mediacji oraz korzyściach z tego wynikających,
- 2) przygotowanie projektu umowy o mediację lub wniosku o przeprowadzenie mediacji,
- 3) przygotowanie projektu o przeprowadzenie postępowania mediacyjnego w sprawie karnej,
- 4) przeprowadzenie mediacji,
- 5) udzielenie pomocy w sporządzeniu do sądu wniosku o zatwierdzenie ugody zawartej przed mediatorem,
- 6) nieodpłatna mediacja może być prowadzona pomiędzy stronami dążącymi do polubownego rozwiązania sporu, stroną inicjującą przeprowadzenie nieodpłatnej mediacji może być wyłącznie osoba uprawniona,
- 7) nieodpłatną mediację prowadzi mediator.

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 z 15.12.2023). Podmiot ubiegający się o pomoc de minimis przedstawia przed jej udzieleniem:

- 1) wszystkie zaświadczenia o pomocy de minimis lub pomocy de minimis w rolnictwie lub w rybołówstwie, jakie otrzymał w ciągu ostatnich trzech lat, albo oświadczenie o wielkości pomocy de minimis otrzymanej w tym okresie, albo oświadczenie o nieotrzymaniu takiej pomocy w tym okresie, oraz
- 2) informacje określone w przepisach wydanych na podstawie art. 37 ust. 2a ustawy z dnia 30 kwietnia 2004 r. o postępowaniu w sprawach dotyczących pomocy publicznej.

W przypadku obowiązywania stanu zagrożenia epidemicznego, stanu epidemii albo wprowadzenia stanu nadzwyczajnego Starosta Tarnobrzeski może ustalić, że udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadczenie nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego następuje wyłącznie za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość.

Informacja w tym zakresie, będzie każdorazowo przekazywana w zależności od bieżącej sytuacji epidemicznej lub sanitarnej występującej na terenie Powiatu tarnobrzckiego, w komunikacie dostępnym na stronie internetowej www.tarnobrzkeski.pl, zakładka: nieodpłatna pomoc prawna oraz poprzez zamieszczenie komunikatów w punktach, w których udzielana jest nieodpłatna pomoc prawna oraz świadczone nieodpłatne poradnictwo obywatelskie.

Osoba uprawniona może wyrazić swoją opinię o udzielonej nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadczonym nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim, poprzez wypełnienie części B karty pomocy i umieszczenie jej w przygotowanej w tym celu urnie w punkcie lub przekazanie do Starostwa Powiatowego w Tarnobrzegu telefonicznie na numer telefonu 15 822 39 22, drogą elektroniczną na adres e-mail: powiat@tarnobrzkeski.pl lub listownie na adres: ul. 1 Maja 4, 39 - 400 Tarnobrzeg.

Aktualizacja: Stan na 01.09.2026 r.