

LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

Przykładowa lista jednostek nieodpłatnego poradnictwa, którą zgodnie z art. 8a ust 1 pkt 1 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej oraz edukacji prawnej (t.j. Dz. U. z 2026 r. poz. 44) sporządza i aktualizuje starosta. Listę udostępnia się wykonawcom do wykorzystania przy realizacji postanowień art. 5 ust. 4 oraz art. 11 ust. 10 ww. ustawy (przekierowanie klienta do darmowego poradnictwa specjalistycznego, gdy jego problem ma charakter złożony).

Ponadto Listę udostępnia się w punktach na tablicy ogłoszeń w poczekalni, publikuje się i BIP, na stronach internetowych Starostwa i Urzędów Gmin oraz w inny zwyczajowo przyjęty sposób. Listę udostępnia się przynajmniej raz do roku w lokalnych środkach masowego przekazu. Lista zawiera dane jednostek nieodpłatnego poradnictwa uporządkowane według tematyki poradnictwa, w tym jednostek publicznych, jednostek niepublicznych działających na zlecenie oraz jednostek prowadzących działalność pożytku publicznego działających na zlecenie, którym powierzono zadania z zakresu poradnictwa specjalistycznego na podstawie odrębnych przepisów. Dane obejmują informacje o nazwie jednostek, w zakresie poradnictwa, adresach i danych kontaktowych, w tym o stronach internetowych i numerach telefonicznych, dniach i godzinach działalności oraz kryteriach dostępu do usługi.

Na poniższym wykazie ujęto także krajowe infolinie tematyczne i innych formach porad świadczonych za pośrednictwem komunikacji elektronicznej (patrz § 5 ust. 4 pkt 2 rozporządzenia Ministra Sprawiedliwości w sprawie nieodpłatnej pomocy prawnej oraz nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego z dnia 21 grudnia 2018 roku (Dz. U. z 2025 r. poz. 1803), jako formy poradnictwa również łatwo dostępnego dla mieszkańców powiatu.

CZĘŚĆ I

Lista wg art. 8a ust. 1 pkt 1 z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej oraz edukacji prawnej (Dz. U. z 2024 r. poz.1534).

NAZWA JEDNOSTKI		ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
RODZINNE							
1	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Gołdapi	rodzinne	ul. Jaćwieska 14a 19-500 Gołdap	87 615 24 73 koszt połączenia wg taryfy operatora	poniedziałek-piątek 7.30-15.30	pcpr@pcprgoldap.pl Adres do e-Doręczeń: AE:PL-89063-78171-FGFHC-33 Adres ESP na platformie ePUAP: /pcprgoldap/SkrytkaESP	mieszkańcy powiatu gołdapskiego
2	Ośrodek Pomocy Społecznej w Gołdapi	rodzinne	ul. Jaćwieska 9 19-500 Gołdap	Tel.: (87) 615 04 81 Kom.: 601 522 723 Fax: (87) 615 38 35 koszt połączenia wg taryfy operatora	poniedziałek- piątek 7:15 – 15:15	sekretariat@opsgoldap.com.pl	mieszkańcy gminy Gołdap
PSYCHOLOGICZNE							
3	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Gołdapi	psychologiczne	ul. Wolności 11 19-500 Gołdap	87 615 16 80 koszt połączenia wg taryfy operatora	poniedziałek-czwartek 8:00 - 17:00 piątek 8:00 - 16:00	poradnia@ppp.powiatgoldap.pl	dzieci i młodzież do 18. roku życia ucząca się na terenach powiatu gołdapskiego
4	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Gołdapi	psychologiczne	ul. Jaćwieska 14a 19-500 Gołdap	87 615 24 73 koszt połączenia wg taryfy operatora	poniedziałek-piątek 7.30-15.30 Psycholog: trzy soboty w miesiącu	pcpr@pcprgoldap.pl Adres do e-Doręczeń: AE:PL-89063-78171-FGFHC-33 Adres ESP na platformie	mieszkańcy powiatu gołdapskiego

					09:00-16:00	ePUAP: /pcprgoldap/SkrytkaESP	
5	Punkt Interwencji Kryzysowej w Gołdapi	psychologiczne	ul. Jaćwieska 14a 19-500 Gołdap	87 615 24 73 koszt połączenia wg taryfy operatora	Prawnik: 1 i 3 czwartek miesiąca 12:00 - 14:00 Psycholog: trzy soboty w miesiącu 09:00-16:00	pcpr@pcprgoldap.pl Adres do e-Doręczeń: AE:PL-89063-78171-FGFHC-33 Adres ESP na platformie ePUAP: /pcprgoldap/SkrytkaESP	mieszkańcy powiatu gołdapskiego
6	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Baniach Mazurskich	psychologiczne	ul. Konopnickiej 26 19-520 Banie Mazurskie	87 615 73 16 koszt połączenia wg taryfy operatora	Poniedziałek 8:00-16:00 Wtorek-Piątek 7:00-15:00 Psycholog: w drugi i czwarty wtorek miesiąca w godz. 10:00 – 14:00	gops@gops.gminabaniemazurskie.pl skrzynka epuap: /BanieMazGOPS/SkrytkaESP e-doręczenia: AE:PL-98752-62145-SBTGI-14	Mieszkańcy gminy Banie Mazurskie
7	Poradnia Zdrowia Psychicznego	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, wsparcie psychologiczne	ul. Wolności 15 19-500 Gołdap	604 361 617 koszt połączenia wg taryfy operatora	Wtorek-Piątek 9:00-17:00	brak	Dla osób będących w kryzysie psychicznym, potrzebujących wsparcia psychologicznego
8	Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze	Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66.	800 70 2222 bezpłatna infolinia	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	www.centrumwsparcia.pl E-mail: porady@centrumwsparcia.pl	Dla osób będących w kryzysie psychicznym

PEDAGOGICZNE							
9	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Gołdapi	pedagogiczne	ul. Wolności 11 19-500 Gołdap	87 615 16 80 koszt połączenia wg taryfy operatora	poniedziałek-czwartek 8:00-17:00 piątek 8:00-16:00	poradnia@ppp.powiatgoldap.pl	dzieci i młodzież do 18. roku życia ucząca się na terenie powiatu gołdapskiego
POMOC SPOŁECZNA							
10	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Gołdapi	pomoc społeczna	ul. Jaćwieska 14a 19-500 Gołdap	87 615 24 73 koszt połączenia wg taryfy operatora	poniedziałek-piątek 7.30-15.30	pcpr@pcprgoldap.pl pcpr@pcprgoldap.pl Adres do e-Doręczeń: AE:PL-89063- 78171-FGFHC-33 Adres ESP na platformie ePUAP: /pcprgoldap/SkrytkaESP	mieszkańcy powiatu gołdapskiego
11	Ośrodek Pomocy Społecznej w Gołdapi	pomoc społeczna	ul. Jaćwieska 9 19-500 Gołdap	Tel.: 87 615 04 81 Kom.: 601 522 723 Fax: (87) 615 38 35 koszt połączenia wg taryfy operatora	poniedziałek- piątek 7:15 – 15:15	mgops@goldap.pl	Mieszkańcy gminy Gołdap
12	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Baniach Mazurskich	pomoc społeczna	ul. Konopnickiej 26 19-520 Banie Mazurskie	87 615 73 16 koszt połączenia wg taryfy operatora	poniedziałek 8:00 - 16:00 wtorek - piątek 7:00 - 15:00	gops@gops.gminabaniemazurskie.pl skrzynka epuap: /BanieMazGOPS/SkrytkaESP e-doręczenia: AE:PL-98752-62145-SBTGI- 14	Mieszkańcy gminy Banie Maz.

13	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Dubeninkach	pomoc społeczna	ul. Dębowa 27/10 19-504 Dubeninki	87 615 81 20 koszt połączenia wg taryfy operatora	poniedziałek-piątek 7:30-15:30	gops@dubeninki.pl	Mieszkańcy gminy Dubeninki
ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ							
14	Urząd Miejski w Gołdapi: profilaktyka, przeciwdziałania uzależnieniom i ochrony zdrowia	rozwiązywanie problemów alkoholowych i ochrona zdrowia	ul. Pl. Zwycięstwa 14 19-500 Gołdap	87 615 60 00 570 750 099 koszt połączenia wg taryfy operatora	poniedziałek 7:15 - 15:15 wtorek 7:15 - 17:15 środa 7:15 - 15:15 czwartek 7:15 - 15:15 piątek 7:15 - 13:15	pom@goldap.pl malgorzata.tobolska@goldap.pl	Mieszkańcy gminy Gołdap
15	Poradnia Zdrowia Psychicznego, Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia, Dariusz Chałas	pomoc osobom w rozwiązywaniu problemów alkoholowych i innych uzależnień	ul. Wolności 15 19-500 Gołdap	604 361 617 koszt połączenia wg taryfy operatora	Wtorek-Piątek 9:00-17:00	brak	Dla osób zmagających się z problemami uzależnień
16	Gminny Punkt Konsultacyjny w Baniach Mazurskich	pomoc osobom uzależnionym w rozwiązywaniu problemów alkoholowych i innych uzależnień	ul. Konopnickiej 26 19-520 Banie Mazurskie	87 615 73 16 koszt połączenia wg taryfy operatora	Psycholog: w drugi i czwarty wtorek miesiąca w godz. 10:00 – 14:00	gops@gops.gminabaniemazurskie.pl skrzynka epuap: /BanieMazGOPS/SkrytkaESP e-doręczenia: AE:PL-98752-62145-SBTGI-14	Mieszkańcy gminy Banie Maz.

PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ							
17	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Gołdapi	pomoc ofiarom przemocy domowej, wsparcie, przeciwdziałanie zjawiskom przemocy domowej	ul. Jaćwieska 9 19-500 Gołdap	Tel.: 87 615 04 81 Kom.: 601 522 723 koszt połączenia wg taryfy operatora	poniedziałek- piątek 7:15 – 15:15	mgops@goldap.pl	Mieszkańcy gminy Gołdap
18	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Dubeninkach	pomoc ofiarom przemocy domowej, wsparcie, przeciwdziałanie zjawiskom przemocy domowej	ul. Dębowa 27 19-504 Dubeninki	87 615 81 20 koszt połączenia wg taryfy operatora	Poniedziałek - Piątek 7:30 do 15:30	gops@dubeninki.pl	Mieszkańcy gminy Dubeninki
19	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Baniach Mazurskich	pomoc ofiarom przemocy domowej, wsparcie, przeciwdziałanie zjawiskom przemocy domowej	ul. Konopnickiej 26 19-520 Banie Mazurskie	87 615 73 16 koszt połączenia wg taryfy operatora	poniedziałek 8:00 - 16:00 wtorek - piątek 7:00 - 15:00	gops@gops.gminabaniemazurskie.pl skrzynka epuap: /BanieMazGOPS/SkrytkaESP e-doręczenia: AE:PL-98752-62145-SBTGI-14	Mieszkańcy gminy Banie Maz.
20	Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy	zapewnia schronienie ofiarom przemocy	ul. Gołdapska 23 19-400 Olecko	87 520-34-30 koszt połączenia wg taryfy operatora	ośrodek czynny całodobowo, można zgłosić się poprzez	e-mail: centrum@pcpr.olecko.pl	Pomoc osobom doznającym przemocy oraz

	w Rodzinie przy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Olecku	domowej oraz dzieciom będącym pod ich opieką pomoc psychologiczna, prawna, medyczna i inna w zależności od potrzeb.			Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Gołdapi (godz. pracy: 7.30-15.30)		pracującym w obszarze przeciwdziałani a przemocy w rodzinie
21	Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie w Olsztynie	- wsparcie - pomoc psychologiczna, - informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej	ul. Bałtycka 37a 10-144 Olsztyn	w dni robocze 8:00 – 16:00 tel.: 89 527 57 11 całodobowy tel.: 600 107 645	Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie czynny jest całodobowo	Strona www: sow.olsztyn.eu . E-mail (kontaktowy): sowopr.baltycka@sowopr.olsztyn.eu	Pomoc osobom doznającym przemocy oraz pracującym w obszarze przeciwdziałani a przemocy w rodzinie
22	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”	- wsparcie - pomoc psychologiczna, - informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej	Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa	800 120 002 Bezpłatna infolinia	Poniedziałek-Sobota godz. 08.00–22.00 niedziela i święta godz. 08.00–16.00	www.niebieskalinia.info biuro@niebieskalinia	dla osób doświadczających przemocy domowej
INTERWENCJA KRYZYSOWA							
23	Punkt Interwencji Kryzysowej w Gołdapi	Udzielenie pomocy psychologicznej i prawnej osobom i rodzinom	ul. Jaćwieska 14a 19-500 Gołdap	87 615 24 73 koszt połączenia wg taryfy operatora	Prawnik: 1 i 3 czwartek miesiąca 12:00 - 14:00	pcpr@pcprgoldap.pl Adres do e-Doręczeń: AE:PL-89063-	dla osób dotkniętych sytuacjami kryzysu

		doznającym przemocy oraz wszystkim poszkodowanym w wyniku innych zdarzeń traumatycznych takich jak: wypadki, nieuleczalna choroba, śmierć bliskiej osoby, itp.			Psycholog: trzy soboty w miesiącu 09:00-16:00	78171-FGFHC-33 Adres ESP na platformie ePUAP: /pcprgoldap/SkrytkaESP	
24	Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego w Gołdapi	działania i pomoc w sytuacji kryzysowej	ul. Krótka 1 19-500 Gołdap	695 971 573 koszt połączenia wg taryfy operatora	całodobowo	pczk@powiatgoldap.pl	dla osób z Powiatu Gołdapskiego dotkniętych sytuacjami kryzysu
25	Centralne Zarządzanie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Al. Ujazdowskie 5 00 – 583 Warszawa	(+48 47) 72 16 907 email: dyzurny@rcb.gov.pl	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	E-mail: poczta@rcb.gov.pl e-PUAP: /RCB/SkrytkaESP e-Doręczenia: AE:PL-14044-94035-IDWHT-28	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
DLA OSÓB BEZROBOTNYCH							
26	Powiatowy Urząd Pracy w Gołdapi	pomoc osobom bezrobotnym zarejestrowanym i poszukującym pracy	ul. Żeromskiego 18 19-500 Gołdap	87 615 03 95 87 615 03 70 Koszt zgodnie z taryfą operatora	poniedziałek-piątek 7:30-15:30	olgo@praca.gov.pl	mieszkańcy powiatu gołdapskiego poszukujący pracy, pracodawcy
27	Wojewódzki Urząd Pracy w Olsztynie	Współpraca z	ul. Głowackiego 28	89 522 79 00	Poniedziałek	olwu@up.gov.pl	PUP z terenu

		PUP z terenu województwa, rozpatrywanie sporów i innych spraw zgłaszanych przez bezrobotnych, koordynowanie sytuacji na rynku pracy	10-448 Olsztyn	Koszt zgodnie z taryfą operatora	8:00-16:00 wtorek-piątek 7:30-15:30		województwa, mieszkańcy powiatów z terenu województwa, przedsiębiorcy
28	Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia	Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy.	Urząd Pracy. Ciepła 20 . 15-472 Białystok.	19 524 (z Polski) +48 22 19524 (z zagranicy) Koszt zgodnie z taryfą operatora.	Poniedziałek - Piątek 08:00-18:00	www.zielonalinia.gov.pl biuro@zielonalinia.gov.pl	Mogą korzystać: - zarejestrowani - poszukujący pracy - pracodawcy
DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM							
29	Okręgowy Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem w Elku	Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	ul. Kościuszki 27A 19-300 Elk	518 213 707	Doradca ds. osób pokrzywdzonych: Wtorek: 15.00-20.00 Czwartek: 15.00-20.00	pokrzywdzeni.elk@pryzmat.org.pl	Osoby pokrzywdzone przestęstwem i ich osoby bliskie
30	Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem w Gołdapi	Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	ul. Plac Zwycięstwa 16 19-500 Gołdapi	518 213 760, kom. 883 240 678 dyżur całodobowy 7 dni w tygodniu	wtorek 13.00-17.00	pokrzywdzeni.goldap@pryzmat.org	Osoby pokrzywdzone przestęstwem i ich osoby bliskie
PRAWO KONSUMENCKIE							
31	Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów w Gołdapi	Ochrona praw konsumenta	ul. Krótka 1 19-500 Gołdapi	87 615 44 14 koszt połączenia wg taryfy operatora	Poniedziałek 7:30-16:00 Wtorek 12:00-15:30 Środa 7:30-14:00 Piątek 7:30-15:00	prk@powiatgoldap.pl	Prawo konsumenckie

32	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	Infolinia konsumencka (prowadzona przez Federację Konsumentów) 801 440 220 22 290 89 16 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	Poniedziałek-piątek 8:00-18:00	https://www.uokik.gov.pl/ porady@dlakonsumentow.pl	Prawo konsumenckie
PRAWA PACJENTA							
33	Narodowy Fundusz Zdrowia - Oddział w Olsztynie	Ochrona praw pacjenta	ul. Żołnierska 16 10-561 Olsztyn	Infolinia 800-190-590 (bezpłatny)	Poniedziałek-piątek 8:00-16:00	kancelaria@nfz-olsztyn.pl	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
34	Rzecznik Praw Pacjenta	Ochrona praw pacjenta	ul. Płocka 11/13 01-231 Warszawa	800 190 590 Bezpłatna infolinia Zapisy na poradę osobistą: rezerwacja@rpp.gov.pl lub (22) 532 82 43	Poniedziałek-piątek 08:15-16:15	www.gov.pl/web/rpp/kontakt kancelaria@rpp.gov.pl Adres ePUAP: /RzPP/skrytka Adres do eDoręczeń: AE:PL-30624-45146-FDVG1-18	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
35	Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta -leczenie w kraju i poza granicami -kolejki do świadczeń	Narodowy Fundusz Zdrowia Centrala Rakowiecka 26/30 02-528 Warszawa	Infolinia Centralna 800 392 976 (*) 22 572 60 42 (**) (*) połączenia bezpłatne (**) koszt zgodnie z taryfą operatora Także każdy	Poniedziałek-piątek 8:00-16:00	http://www.nfz.gov.pl infolinia@nfz.gov.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym

				oddział NFZ posiada własną infolinię			
36	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	SIEDZIBA ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa Telefon (22) 461 60 00 korespondencja Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	538 117 590	Poniedziałek-piątek 8:00-17:00	http://www.niepelnosprawni.gov.pl sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawn e, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawn ych
37	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania	Ochrona praw dziecka	ul. Chocimska 6 , 00-791 Warszawa telefon: (22) 583 66 00 fax: (22) 583 66 96	800 121 212 Bezpłatna infolinia	Poniedziałek-piątek 08:15-16:15 (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią)	rpd@brpd.gov.pl	Sprawy przemocy relacji równieżniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.
PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH							
38	Punkt Informacyjny Zakładu Ubezpieczeń Społecznych- Biuro terenowe w Gołdapi	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	ul. Matejki 4 19-500 Gołdap,	(22) 560 16 00 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.	Poniedziałek: 8:00-17:00 Wtorek - Piątek: 8:00-15:00	Nie dotyczy	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze

39	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w <u>Centrum Obsługi Telefonicznej</u> lub podczas wizyty osobistej w placówce jak wyżej. Nr centrali : (22) 667 10 00.	(22) 560 16 00 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.	Poniedziałek-Piątek 7:00 – 18:00	http://www.zus.pl/o- zus/kontakt/centrum-obslugi- telefonicznej-cot- cot@zus.pl	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze
PRAWO PRACY							
40	Państwowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy w Olsztynie	Porady z zakresu prawa pracy	ul. Kopernika 29 10-512 Olsztyn	89 524 13 07 koszt połączenia wg taryfy operatora	Poniedziałek-piątek 7:30-15:30	email: kancelaria@olsztyn.pip.gov.pl Adres elektronicznej skrzynki podawczej e-PUAP: /OIP10/SkrytkaESP Adres elektronicznej skrzynki do e- Doręczeń: AE:PL-91489-19651-EGUVG-22	przede wszystkim pracownicy, pracodawcy
41	Państwowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy w Olsztynie, Oddział Terenowy w Elku	Porady z zakresu prawa pracy	Adama Mickiewicza 15, 19-300 Elk	87 621 63 82 koszt połączenia wg taryfy operatora	poniedziałek 7:30 - 15:30	elk@olsztyn.pip.gov.pl	przede wszystkim pracownicy, pracodawcy
42	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	Porady z zakresu prawa pracy	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa. tel. 22 391 82 15 fax. 22 391 82 14	801 002 006 (dla tel. stacji.) 459 599 000 (dla tel. kom.) 22 391 83 60 (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP)	Poniedziałek-Piątek 8:00 – 16:00	www.bip.pip.gov.pl , kancelaria@gip.pip.gov.pl	

				Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. Uwaga!!! naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie .			
PRAWO PODATKOWE							
42	Urząd Skarbowy w Olecku	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Wojska Polskiego 7 19-400 Olecko	801 055 055 z tel. stacjonarnych. (22) 330 03 30 z tel. komórkowych + 48 (22)33 00 330 z tel. zagranicznych. Koszt zgodnie z taryfą operatora	Poniedziałek 8:00-18:00 Wtorek-Piątek 8:00-15:00	us.olecko@mf.gov.pl	z porad może skorzystać każdy podatnik
43	Krajowa Informacja Skarbowa	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Teodora Sixta 17, 43-300 Bielsko-Biała	801 055 055 z tel. stacjonarnych. (22) 330 03 30 z tel. komórkowych + 48 (22)33 00 330 z tel. zagranicznych. Koszt zgodnie z taryfą operatora	Poniedziałek-piątek 8:00-18:00	www.kis.gov.pl więcej: https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa	z porad może skorzystać każdy podatnik
DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO							
44	Rzecznik Finansowy. (Ubezpieczonych)	Prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87 02-001 Warszawa.	<u>Ubezpieczenia gospodarcze</u> (22) 333 73 28 <u>Ubezpieczenia Społeczne, OFE</u> <u>ZUS</u> (22) 333 73 26 lub (22) 333 73 27 <u>Ubezpieczenia</u>	Poniedziałek-piątek 8:00-16:00	biuro@rf.gov.pl	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń

				bankowe i rynku kapitałowego (22) 333 73 25			
INNE							
WWW.OBYWATEL.GOV.PL					Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji		
45	Rzecznik Praw Obywatelskich	Ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO Al. Solidarności 77. 00-090 Warszawa	800 676 676 . Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych	Poniedziałek 9:00-17:00 Wtorek-Piątek 9:00-15:00	biurorzecznika@brpo.gov.pl	Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone

CZĘŚĆ II:

Nieodpłatna pomoc prawna i nieodpłatne poradnictwo obywatelskie wg art. 8a ust 1 pkt 2 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej oraz edukacji prawnej (Dz. U. z 2026 r. poz. 44).

Osoba uprawniona może skorzystać z nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego w punkcie lub za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość. Bliższe informacje można uzyskać pod numerem telefonu podanym do zapisów.

Forma zapisu: Termin wizyty ustalany jest telefonicznie pod numerem tel. **512 007 572** (od poniedziałku do piątku w godz. 7:30–15:30) lub poprzez stronę <https://zapisy-np.ms.gov.pl/>.

Wszystkie lokale są z dogodnym dostępem dla osób poruszających się na wózkach.

Starostwo Powiatowe w Goldapi ul. Krótka 1	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Goldapi ul. Jaćwieska 14 A	Ośrodek Pomocy Społecznej w Goldapi Jaćwieska 9	Urząd Gminy w Dubeninkach ul. Dębowa 27	Urząd Gminy w Baniach Mazurskich ul. Konopnickiej 26
Punkt Nieodpłatnej Pomocy Prawnej	Punkt Nieodpłatnej Pomocy Prawnej	Punkt Nieodpłatnej Pomocy Prawnej/Nieodpłatnego Poradnictwa Obywatelskiego	Punkt Nieodpłatnej Pomocy Prawnej	Punkt Nieodpłatnej Pomocy Prawnej
Poniedziałek: 8⁰⁰-12⁰⁰ <i>(radca prawny)</i> Wtorek: 13⁰⁰-17⁰⁰ <i>(radca prawny)</i> Środa: 13⁰⁰-17⁰⁰ <i>(radca prawny)</i> Czwartek: 12⁰⁰– 16⁰⁰ <i>(radca prawny)</i> Piątek: 8⁰⁰-12⁰⁰ <i>(radca prawny)</i>	Środa: 14⁰⁰-18⁰⁰ <i>(radca prawny lub w razie zgłoszonego zapotrzebowania mediator)</i>	Poniedziałek: 14⁰⁰-18⁰⁰ <i>(radca prawny)</i> Poniedziałek: 16⁰⁰-20⁰⁰ <i>(doradca obywatelski)</i> <i>Dyżur doradcy obywatelskiego odbywa się raz na dwa miesiące, zgodnie z harmonogramem 26 stycznia 2026 r., 30 marca 2026 r., 25 maja 2026 r., 27 lipca 2026 r., 28 września 2026 r., 30 listopada 2026 r.;</i> Wtorek: 08⁰⁰-12⁰⁰ <i>(radca prawny)</i>	Piątek: 8⁰⁰-12⁰⁰ <i>(adwokat lub radca prawny)</i>	Czwartek: 15⁰⁰ - 19⁰⁰ <i>(radca prawny)</i>

