

Urząd Miasta Ostrołęki

„GDZIE SZUKAĆ POMOCY”

I N F O R M A T O R

o działających na terenie Ostrołęki podmiotach udzielających
pomocy w różnych sytuacjach życiowych

(wydanie XVII)

Ostrołęka, grudzień 2019 r.

Szanowni Państwo

Po raz kolejny wydajemy samorządowy informator dotyczący wyjątkowo ważnych ludzkich spraw. Publikacja zawiera dane instytucji czy organizacji, które na terenie Ostrołęki udzielają różnorodnej pomocy osobom znajdującym się w trudnej sytuacji życiowej.

Ktoś powie, pomyśli, że są to tylko formalne adresy, spisy instytucji. Ja jednak mam nadzieję, że informator ten wspomże wiele osób w poszukiwaniu wsparcia i rozwiązania najtrudniejszych życiowych spraw i problemów.

PREZYDENT MIASTA
ŁUKASZ KULIK

**„ Każdy człowiek zobowiązany jest przyczynić się ile jest w jego mocy,
dla dobra drugich i zaiste nic nie jest wart ten, kto nikomu nie jest użyteczny ”**
(Kartezjusz)

L.p	Podmiot udzielający pomocy. Adres i godziny, w których można uzyskać pomoc	Rodzaj sytuacji trudnej	Możliwość uzyskania pomocy	Uwagi
1.	Urząd Miasta Ostrołęki ul. gen. T. Kościuszki 45 (parter, pokój nr 5) poniedziałek, środa, czwartek i piątek godz.8.00 - 16.00, wtorek godz. 8.00 - 17.00 tel. 29 764 68 11 wew. 248 lub 29 765 42 48	<ul style="list-style-type: none"> • Osoby znajdujące się w trudnej sytuacji finansowej (spełniające kryteria z ustawy z dnia 21 czerwca 2001 r. o dodatkach mieszkaniowych). • Osoby znajdujące się w trudnej sytuacji finansowej (spełniające kryteria z ustawy z dnia 10 kwietnia 1997 r. – Prawo energetyczne). 	<ul style="list-style-type: none"> • Udzielenie pomocy w zakresie dofinansowania do czynszu w formie dodatku mieszkaniowego. • Udzielanie pomocy w formie dodatku energetycznego 	Wnioski i deklaracje są dostępne na str. internetowej www.ostroleka.pl i w Punktach Informacyjnych Urzędu Miasta Ostrołęki: - plac gen. Józefa Bema 1 (główne wejście, parter) - ul. gen. Tadeusza Kościuszki 45 (parter, pokój 1).
2.	Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych ul. gen. T. Kościuszki 45 - pokój nr 210; II piętro tel. 29 764 68 11 wew. 249 poniedziałek – piątek godz. 8.00 - 16.00	<ul style="list-style-type: none"> • Problem alkoholowy. 	Wydawanie i składanie wniosków o objęcie leczeniem odwykowym. Przeprowadzanie rozmów motywujących do leczenia, z osobami uzależnionymi oraz z osobami współuzależnionymi.	MKRPA swoim działaniem obejmuje wyłącznie mieszkańców miasta Ostrołęki.
3.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie ul. gen. J. Hallera 12 poniedziałek - piątek godz. 8.00 - 16.00 tel. 29 764 41 30 fax. 29 764 36 28	<ul style="list-style-type: none"> • Ubóstwo. • Sieroctwo. • Bezdomność. • Bezrobocie. • Niepełnosprawność • Długotrwała choroba lub ciężka choroba. • Przemoc w rodzinie. • Potrzeba ochrony macierzyństwa lub wielodzietności. • Bezradność w sprawach opiekuńczo-wychowawczych i prowadzenia gospodarstwa domowego, 	<ul style="list-style-type: none"> • Przyznawanie i wypłacanie zasiłków celowych i celowych specjalnych. • Przyznawanie zasiłku stałego. • Przyznawanie zasiłku celowego w formie biletu kredytowego. • Dożywianie. • Pomoc rzeczowa. • Udzielanie schronienia, posiłku. • Praca socjalna. • Organizowanie i świadczenie usług opiekuńczych, w tym specjalistycznych usług 	Dla osób spełniających kryteria ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej.

		<p>zwłaszcza w rodzinach niepełnych lub wielodzietnych.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Brak umiejętności w przystosowaniu do życia młodzieży opuszczającej placówki opiekuńczo - wychowawcze i zakłady poprawcze. • Trudności w integracji osób, które otrzymały status uchodźcy. • Trudności w przystosowaniu do życia po zwolnieniu z zakładu karnego. • Alkoholizm lub narkomania. • Zdarzenie losowe i sytuacje kryzysowe. • Klęska żywiołowa i/lub ekologiczna. • Dzieci i osoby małoletnie pozbawione częściowej lub całkowitej opieki rodzicielskiej. • Brak możliwości zapewnienia usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania bądź jeśli uzasadnia to sytuacja życiowa (zdrowotna, rodzinna). Mieszkańcy Ostrołęki, a w miarę posiadania wolnych miejsc również mieszkańcy innych gmin mogą ubiegać się o umieszczenie w domu pomocy społecznej tj. placówce pobytu stałego zapewniającej całodobową opiekę. • Działania na rzecz poprawy warunków życia rodzin wielodzietnych. 	<p>opiekuńczych.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prowadzenie i zapewnienie miejsca w mieszkaniach chronionych. • Kierowanie do domu pomocy społecznej. • Opłacanie składek na ubezpieczenie zdrowotne określone w przepisach o powszechnym ubezpieczeniu w Narodowym Funduszu Zdrowia. • Kierowanie nieletnich do placówek opiekuńczo-wychowawczych. Pomoc w integracji ze środowiskiem oraz przyznawanie specjalnych świadczeń pieniężnych dla osób opuszczających niektóre rodzaje placówek opiekuńczo-wychowawczych. • Udzielanie pomocy pieniężnej rodzinom zastępczym na częściowe pokrycie kosztów utrzymania umieszczonych dzieci. • Przyznawanie pomocy pieniężnej wychowankom przebywającym i opuszczającym rodziny zastępcze. • Ustalenie sytuacji materialno - bytowej rodziców naturalnych dzieci przebywających w rodzinach zastępczych, w zakresie możliwości ponoszenia odpłatności oraz wydawanie decyzji o jej wysokości. • Kierowanie osób wymagających umieszczenia w domach pomocy społecznej i na rehabilitację do Krajowego Ośrodka 	<p>Szczegółowe informacje MOPR oraz na stronie internetowej www.ostroleka.p</p>
--	--	---	--	--

			<p>Mieszkalno-Rehabilitacyjnego w Dąbku dla Osób Chorych na Stwardnienie Rozsiane.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Program Karta Wielkiej Rodziny. • Program ogólnopolski Karta Dużej Rodziny – ulgi dla rodzin wielodzietnych, w tym rodzin zastępczych mających na utrzymaniu troje i więcej dzieci w wieku do 18 r.ż. lub 25 r.ż. w przypadku, gdy dziecko się uczy lub studiuje, • prowadzenie pomocy wolontarystycznej dla osób i rodzin, • realizacja zadań związanych z reintegracją zawodową i społeczną osób zagrożonych wykluczeniem, • pomoc materialna o charakterze socjalnym w formie stypendium i zasiłku szkolnego. 	<p>lub www.mopr.ostrolka.pl</p>
4.	<p>Zespół Placówek Wsparcia Dziennego ul. Poznańska 34/36 tel. 029 694 42 59 Świetlica „Pociecha” ul. Bogusławskiego 17 tel. 791 297 688 poniedziałek, wtorek, środa 10.00-18.00 czwartek 8.00 - 18.00 piątek 8.00 - 16.00 Świetlica „Promyk” ul. gen. Padlewskiego 51B Osiedle Łazek tel. 535 872 328 poniedziałek, wtorek, środa 8.00 - 18.00 czwartek 10.00 - 18.00 piątek 8.00 - 17.00 Świetlica „Słodziaki” ul. S. Jaracza 2a tel. 535 872 330 poniedziałek i czwartek godz. 10.00 - 18.00 wtorek 8.00 – 18.00 środa 8.30 - 18.00</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Wsparcie rodziny. • Dzieci z rodzin niewydolnych wychowawczo oraz potrzebujących wsparcia środowiskowego. 	<ul style="list-style-type: none"> • Zapewnienie opieki dzieciom. • Pomoc w odrabianiu lekcji. • Organizowanie czasu wolnego. • Zajęcia rozwijające zainteresowania u dzieci, dożywanie dzieci. • Zajęcia z zakresu profilaktyki uzależnień oraz wychowania zdrowotnego. • Kształcenie umiejętności społecznych. • Pomoc w kryzysach osobistych, szkolnych i rodzinnych. 	

	<p>piątek 8.00 – 16.00 Świetlica „Gwiazdki” ul. gen. W. Sikorskiego 4 535 872 325 poniedziałek i czwartek 9.30 - 18.00 wtorek 8.00 – 18.00 środa 9.30 – 17.30 piątek 8.00-16.00 Świetlica „Gwarek” ul. gen. J. Hallera 13 tel. 791 297 685 poniedziałek, wtorek, środa 10.00 - 18.00 czwartek 8.00 – 18.00 piątek 8.00 – 16.00 Świetlica „Elfy” Plac Dworcowy 4 tel. 535 872 327 poniedziałek, środa, czwartek 10.00 - 18.00 wtorek 8.00 – 18.00 piątek – 8.00-16.00</p> <p>Zespół do spraw asysty rodzinnej ul. Poznańska 34/36 tel. 29 694 42 59 Biuro czynne w poniedziałek w godz. 9.00 - 15.00 wtorek – piątek (praca w terenie)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Rodziny przeżywające trudności w wypełnianiu funkcji opiekuńczo-wychowawczych. 	<ul style="list-style-type: none"> • Podnoszenie świadomości w zakresie planowania i funkcjonowania rodziny. • Udzielanie rodzinom pomocy w poprawie ich sytuacji życiowej. • Rozwijanie umiejętności opiekuńczo – wychowawczych i społecznych rodzin. • Udzielanie pomocy rodzinom w rozwiązywaniu problemów socjalnych, psychologicznych i wychowawczych. • Udzielanie wsparcia dzieciom mających problemy emocjonalne i szkolne. • Podejmowanie działań interwencyjnych i zaradczych w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa dzieci i rodzin. 	
5.	<p>Środowiskowy Dom Samopomocy w Ostrołęce w ramach, którego działają: Środowiskowy Dom Samopomocy dla Osób Niepełnosprawnych</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Osoby niepełnosprawnie intelektualnie. • Osoby niepełnosprawne z zaburzeniami psychicznymi. 	<ul style="list-style-type: none"> • Zapewnienie osobom niepełnosprawnym wsparcia umożliwiającego prawidłowe funkcjonowanie w środowisku. 	

	<p>Intelektualnie ul. Starosty Kosa 12 A poniedziałek-piątek godz. 8.00 - 16.00 tel. fax. 29 761 61 04</p> <p>Środowiskowy Dom Samopomocy dla Osób Chorych Psychiczenie ul. Farna 21 poniedziałek - piątek godz. 8.00 - 16.00 tel. 29 764 66 39</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Zminimalizowanie izolacji społecznej osób niepełnosprawnych. • Zminimalizowanie izolacji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi. • Zapewnienie wsparcia środowiskowego umożliwiającego prawidłowe funkcjonowanie w środowisku lokalnym. 	
6.	<p>Ośrodek Interwencji Kryzysowej ul. gen. Kościuszki 24/26 poniedziałek – piątek, sobota i niedziela w godz. 8.00 - 20.00 tel. 29 767 61 94</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Osoby doświadczające przemocy domowej, osoby przeżywające kryzys utrudniający funkcjonowanie w codziennym życiu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Wsparcie psychologiczne, pedagogiczne i prawne; doradztwo rodzinne i mediacja. • Terapia psychologiczno-pedagogiczna indywidualna i grupowa. • Działalność edukacyjna poprzez realizację programów profilaktycznych. • Prowadzenie grup wsparcia. • Zapewnienie schronienia osobom znajdującym się w sytuacji kryzysowej. <p>Możliwość uzyskania pomocy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • możliwość konsultacji z lekarzem psychiatrą, • terapia dla osób uzależnionych w współzależnych 	
7.	<p>Placówka Pieczy Zastępczej „Korczakówka” w Ostrołęce ul. Poznańska 34/36 tel. 029 764 34 36, w dni robocze, w godz. 7.00 - 15.00, tel. 572 449 776 w dni robocze w godz. 15.00 - 7.00 oraz całodobowo w dni wolne od pracy</p>	Nieemożność zapewnienia dziecku opieki i wychowania przez rodziców.	<ul style="list-style-type: none"> • Instytucjonalna piecza zastępcza, sprawowana w formie placówki opiekuńczo – wychowawczej typu socjalizacyjnego z miejscami interwencyjnymi, zapewnia dziecku całodobową opiekę i wychowanie oraz zaspokaja jego niezbędne potrzeby. 	

8.	Organizator Rodzinnej Pieczy Zastępczej w Ostrołęce ul. Poznańska 34/36 tel. 29 694 43 95	Niemożność zapewnienia dziecku opieki i wychowania przez rodziców.	<ul style="list-style-type: none"> • Organizowanie rodzinnych form pieczy zastępczej: • - przygotowanie rodzin zastępczych oraz prowadzących rodzinne domy dziecka na przyjęcie dziecka, • - objęcie rodzin zastępczych i rodzinnych domów dziecka opieką koordynatora rodzinnej pieczy zastępczej. 	
9.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Ostrołęce , ul. Oświatowa 1 07 - 410 Ostrołęka telefon: 29 760 45 36, 29 760 06 72 faks: 29 760 06 72 e-mail: pppostroleka@o2.pl poniedziałek, środa, czwartek, piątek 8.00 – 17.00 wtorek 8.00 – 16.00	<u>Odbiorcy pomocy:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Dziecko z deficytami rozwojowymi • Dziecko niepełnosprawne w rodzinie • Rodzice/opiekunowie prawni dzieci • Nauczyciele dzieci <u>Rodzaj sytuacji trudnej:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Trudności w nauce i niepowodzenia szkolne • Problemy wychowawcze, emocjonalne • Zaburzenia zachowania dzieci i młodzieży, • Pomoc w kierunku wyboru dalszego kształcenia, • Podejrzenie wady wymowy, • Zaburzenia komunikacji językowej, • Sytuacje trudne (traumatyczne), • Choroba przewlekła, • Trudności adaptacyjne związane z różnicami kulturowymi, • Trudności związane ze zmianą środowiska edukacyjnego (powrót z zagranicy) 	<ul style="list-style-type: none"> • Diagnozowanie dzieci i młodzieży. • Wydawanie orzeczeń o potrzebie kształcenia specjalnego, indywidualnego nauczania z uwagi na stan zdrowia utrudniający/uniemożliwiający uczęszczanie do przedszkola/szkoły. • Wydawanie opinii o potrzebie wczesnego wspomaganie rozwoju dziecka. • Wydawanie innych opinii w sprawach dzieci i młodzieży. • Udzielanie dzieciom i młodzieży pomocy psychologiczno – pedagogicznej (zajęcia indywidualne i grupowe z różnymi specjalistami). <p>Doradztwo zawodowe (pomoc uczniom w dokonywaniu wyboru kierunku kształcenia, zawodu i planowania kariery zawodowej). Prowadzenie zajęć z</p>	Druki do pobrania dostępne są na stronie internetowej ppp.ostroleka.pl

			<p>profilaktyki zachowań ryzykownych i uzależnień. Porady/prelekcje/warsztaty dla rodziców.</p> <p>Konsultacje dla nauczycieli, spotkania z radą pedagogiczną.</p> <p>Mediacje dla uczniów, rodziców i nauczycieli.</p> <p>Prowadzenie Ośrodka Koordynacyjno – Rehabilitacyjno – Opiekuńczego w ramach programu kompleksowego wsparcia dla rodzin „Za życiem” (udzielanie rodzicom specjalistycznej informacji dotyczącej problemów rozwojowych dziecka, wskazywanie właściwych dla dziecka i rodziny form specjalistycznej pomocy, organizowanie wczesnego wspomaganie rozwoju dziecka oraz dodatkowych usług terapeutów/ specjalistów).</p> <p>Wczesne wspomaganie rozwoju dziecka oraz edukacji szkolnej.</p>	
10.	<p>W ramach Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie</p> <p>Dział Świadczeń Rodzinnych</p> <p>ul. gen. J. Hallera 12</p> <p><u>Przyjęcia interesantów:</u></p> <p>- poniedziałek, środa, czwartek, piątek godz. 8.30 - 15.00</p> <p>- wtorek godz. 8.30 - 17.00</p> <p>tel. 29 764 41 30</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Realizacja świadczeń rodzinnych, w tym przysługujących dodatków. • Realizacja świadczeń z funduszu alimentacyjnego. • Realizacja świadczenia wychowawczego (500+). • Wyplata świadczenia na podstawie ustawy o wsparciu kobiet w ciąży i rodzin „Za życiem”, • realizacja świadczenia „Dobry start” - Rozporządzenie Rady Ministra z dnia 30 maja 2018 r. w sprawie szczegółowych warunków realizacji rządowego programu „Dobry start”. 	<p>Dla osób spełniających kryteria:</p> <p>- ustawy z dnia 7 września 2007 r. o pomocy osobom uprawnionym do alimentów,</p> <p>- ustawy z dnia 28 listopada 2003 r. o świadczeniach rodzinnych ,</p> <p>- ustawy z dnia 11 lutego 2016 r. o pomocy państwa w wychowywaniu dzieci,</p> <p>- ustawy z dnia 4.11.2016 r. o wsparciu kobiet w ciąży i rodzin „Za życiem”.</p>
11.	W ramach Miejskiego	• Ubóstwo.	• Wydawanie	Na podstawie

	<p>Ośrodka Pomocy Rodzinie „Tani Bar” ul. Jana Kilińskiego 2A poniedziałek – piątek godz. 8.00 - 16.00 tel. 29 764 36 51 Wydawanie posiłków: poniedziałek – piątek godz. 11.00 - 14.00</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bezradność w życiu codziennym. • Niepełnosprawność. • Długotrwała choroba. 	<p>bezpłatnych obiadów, dla podopiecznych MOPR, zakwalifikowanych do takiej formy pomocy na podstawie wywiadu środowiskowego. Sprzedaż posiłków również dla osób, które nie posiadają decyzji MOPR.</p>	<p>decyzji administracyjnej Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Ostrołęce.</p>
12.	<p>Spółdzielnia Socjalna „Na Wspólnej” ul. gen. Augusta Emila Fieldorfa „Niła” 15 poniedziałek – sobota (poza dniami świątecznymi) godz. 10.00 - 17.00 tel. 791 566 712</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Klienci MOPR. • Seniorzy (legitymacja emeryta). 	<ul style="list-style-type: none"> • Sobota w godz. 9.00-12.00 obiad dla klientów MOPR. • Poniedziałek – sobota obiady (zupa; II danie) na miejscu lub z dowozem w godz. 10.00 – 17.00. 	
13.	<p>W ramach Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie Sekcja ds. Osób Niepełnosprawnych ul. gen. J. Hallera 12 poniedziałek – piątek godz. 8.00 - 16.00 tel. 29 760 39 59</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Osoby niepełnosprawne i ich opiekunowie. • Bariery architektoniczne, techniczne i bariery utrudniające komunikowanie się. • Bezrobocie niepełnosprawnych. • Brak możliwości integracji ze środowiskiem. 	<ul style="list-style-type: none"> • Udzielanie pożyczek osobom niepełnosprawnym na rozpoczęcie indywidualnej działalności gospodarczej. • Organizowanie szkoleń dla bezrobotnych osób niepełnosprawnych. • Przystosowanie istniejących stanowisk pracy dla osób niepełnosprawnych stosownie do potrzeb wynikających z ich niepełnosprawności. • Zwrot pracodawcy kosztów wyposażenia stanowiska pracy dla osoby niepełnosprawnej. • Rozpoznanie przez służby medycyny pracy potrzeb, w zakresie przystosowania tworzonych lub istniejących stanowisk pracy dla osób niepełnosprawnych stosownie do potrzeb wynikających z ich niepełnosprawności. • Dofinansowanie warsztatów terapii 	

			<p>zajęciowej.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dofinansowanie do uczestnictwa w turnusach rehabilitacyjnych. • Dofinansowanie do zaopatrzenia w sprzęt rehabilitacyjny, przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze. • Dofinansowanie do likwidacji barier architektonicznych, technicznych i barier w komunikowaniu się. • Dofinansowanie sportu, kultury i turystyki osób niepełnosprawnych, • realizacja pilotażowego programu „Aktywny Samorząd”. 	
14.	<p>Przy Miejskim Ośrodku Pomocy Rodzinie: Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności ul. Spokojna 16 poniedziałek – piątek godz. 8.00 - 16.00 tel. 29 764 52 72</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Osoby niepełnosprawne. 	<ul style="list-style-type: none"> • Orzekanie o niepełnosprawności oraz o stopniu niepełnosprawności. • Ustalanie wskazań dla osoby niepełnosprawnej wynikających z niepełnosprawności lub ze stopnia niepełnosprawności. • Wydawanie legitymacji osobom niepełnosprawnym. • Wydawanie kart parkingowych osobom niepełnosprawnym. 	
15.	<p>W ramach Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie Noclegownia dla bezdomnych ul. Kołobrzeska 15 tel. 500 213 612 tel. 29 7140127</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bezdomność. 	<ul style="list-style-type: none"> • Zapewnienie schronienia, wyżywienia. 	
16.	<p>W ramach Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie: Dzienny Dom Pobytu Senior + ul. W. Gomułckiego 1a poniedziałek – piątek godz. 8.00 – 16.00</p>	<p>Osoby starsze po 60 r. życia z Ostrołęki</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Organizacja wolnego czasu seniorom z Ostrołęki. Prowadzenie terapii zajęciowej 	<p>Szczegółowe informacje dot. skierowania w MOPR lub w DDP Senior +. Liczba miejsc ograniczona – 30 osób.</p>

	tel. 29 764 66 83			
17.	<p>Polski Czerwony Krzyż Oddział Rejonowy w Ostrołęce ul. gen. Kościuszki 24/26 poniedziałek – piątek godz. 7.00 - 15.00 tel. 29 764 28 22</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ubóstwo, długotrwała choroba. • Pozyskiwanie honorowych krwiodawców. 	<ul style="list-style-type: none"> • Usługi pielęgnacyjno-opiekuńcze i gospodarcze. • Współpraca z Klubami Honorowych Dawców Krwi w zakładach pracy oraz Szkolnymi Klubami PCK. Edukacja społeczeństwa w zakresie potrzeby oddawania krwi. • Szkolenie z I - pomocy przedmedycznej w szkołach. 	
18.	<p>Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka ul. gen. W. Sikorskiego 6 (siedziba klubu „Oczko”) tel. 29 764 21 71 Dyżury wolontariuszy: I i III środa miesiąca godz. 18.00 - 19.00</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Różne formy krzywdzenia dziecka, fizyczne, psychiczne, zaniedbanie, molestowanie seksualne. • Przemoc instytucjonalna wobec dziecka. • Łamanie praw dziecka hospitalizowanego. • Konflikty rozwodowe. • Zagrożenia- patologie (alkoholizm, narkomania, sekty). • Problemy dyslektyczne u dzieci. 	<ul style="list-style-type: none"> • Uświadamianie dorosłym Praw Dziecka. • Mediacje. • Zgłoszenie problemu do właściwych instytucji. • Porady prawne. • Skierowanie i pomoc w kontaktach z wł. instytucjami. • Interwencje w jednostce zwierzchniej. • Interwencja w placówce nadzorującej. • Udział w sprawach sądowych celem ochrony praw i interesów dziecka. • Przeprowadzanie rozmów uświadamiających. • Udzielanie porad logopedycznych. • Diagnozowanie wad wymowy. 	<p>Komitet obejmuje działaniem miasto Ostrołęka oraz powiat ostrołęcki. Zgłaszanie spraw osobiście lub telefonicznie.</p>
19.	<p>Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów ul. gen. Prądzyńskiego 5 wtorek, piątek godz. 9.00 - 13.00 tel. 29 764 30 73</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pomoc emerytom, rencistom i inwalidom z Ostrołęki i powiatu ostrołęckiego. 	<ul style="list-style-type: none"> • Integracja, organizacja życia kulturalnego. 	
20.	<p>Towarzystwo Przyjaciół Dzieci Oddział Powiatowy w Ostrołęce ul. gen. T. Kościuszki 21</p>	<p>Podjmuje działania na rzecz rodzin i dzieci pochodzących ze środowisk o niskim statusie materialnym</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Zapewnienie opieki dzieciom z rodzin niezamożnych. • Prowadzenie zajęć 	<p>Obejmuje działaniem miasto Ostrołęka oraz powiat ostrołęcki.</p>

<p>poniedziałek – piątek godz. 8.00 – 16.00 tel. 29 764 33 09</p> <p>-Rzecznik Praw Dziecka TPD: poniedziałek – piątek godz. 8.00 – 15.00 w siedzibie Oddziału, po uprzednim telefonicznym uzgodnieniu terminu.</p> <p>Placówka Wsparcia Dziennego - Środowiskowe Ognisko Wychowawcze dla dzieci ul. Partyzantów 3 poniedziałek - piątek godz. 10.00 – 18.00</p>	<p>oraz dzieci z rodzin dysfunkcyjnych Najczęściej zgłaszane są sprawy związane z pomocą finansową – trudnościami z uzyskaniem orzeczenia o niepełnosprawności renty, alimentów. Rozwiązujemy problemy związane z łamaniem prawa do nauki, np. likwidacji szkół jak też skargi indywidualne dotyczące niewłaściwego traktowania uczniów. Prowadzenie zajęć w placówkach oświatowych na temat praw i obowiązków ucznia. Prowadzi zajęcia wyrównujące szanse edukacyjne uczniom z deficytami rozwojowymi i posiadającym braki w umiejętnościach i wiadomościach, profilaktyczne, spotkania z psychologiem dla dzieci jak i ich rodziców, bezpłatne zajęcia z języka angielskiego, - akcje edukacyjne i oświatowe, - podnosi umiejętności dzieci z zakresu bezpieczeństwa i higieny życia poprzez spotkania edukacyjne z Inspektorami BHP, - organizuje wycieczki dla dzieci oraz wypoczynek wakacyjny wyjazdowy i w miejscu zamieszkania, - imprezy okolicznościowe takie jak: dzień</p>	<p>z zakresu zdrowego trybu życia, spotkania z dietetykiem, objęcie dzieci i rodzin wsparciem psychologicznym i pedagogicznym.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prowadzenie edukacji poprzez realizację zajęć z zakresu profilaktyki alkoholowej: dopalacze ,alkohol, papierosy i inne. Rozdawanie wyprawek szkolnych i prezentów świętecznych. Prowadzenie warsztatów z psychologiem 	
--	--	--	--

		<p>ogniskowicza, andrzejki, powitanie wiosny, bale karnawałowe, wystawy prac dziecięcych z okazji wybranych wydarzeń z roku kulturalnego miejscowości, w których funkcjonują nasze placówki,</p> <p>- spotkania opłatkowe, w salach bankietowych. Każde z dzieci otrzymuje prezent zgodnie ze swoimi marzeniami zawartymi w listach</p>		
21.	<p>Stowarzyszenie na rzecz Osób Niepełnosprawnych „Pomocna Dłoń” ul. gen. A. E. Fieldorfa „Nila”15/65a zaprasza w pierwszy czwartek miesiąca godz. 10.00 - 12.00 i w ostatni czwartek miesiąca godz. 17.00 - 19.00 tel. 507 260 343</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dziecko niepełnosprawne w rodzinie. 	<ul style="list-style-type: none"> • Zapewnienie wszechstronnej pomocy osobom niepełnosprawnym i ich rodzinom. • Integrowanie osób niepełnosprawnych z całą społecznością (turnusy, spotkania, uroczystości). • Kształtowanie właściwych więzi między sprawnymi i niepełnosprawnymi. • Udzielanie informacji gdzie można uzyskać pomoc. • Organizacja spotkań w ramach „Grupy Wsparcia”. • Organizacja wyjazdów na turnusy rehabilitacyjne. 	<p>Stowarzyszenie swoim działaniem obejmuje miasto Ostrołęka i powiat ostrołęcki.</p>
22.	<p>Ogólnopolskie Stowarzyszenie Osób Niepełnosprawnych ul. Mazowiecka 2 poniedziałek- piątek godz. 7.00 - 14.00 tel. fax. 29 766 59 18</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Osoby niepełnosprawne z uszkodzeniem rdzenia kręgowego. • Osoby niepełnosprawne ruchowo (poruszające się na wózku inwalidzkim). • Osoby niepełnosprawne z upośledzeniem umysłowym i chore psychicznie. 	<ul style="list-style-type: none"> • Integracja osób o podobnych problemach. • Centrum informacyjne dla osób niepełnosprawnych. • Rehabilitacja sportowa. • Prowadzenie Warsztatów Terapii Zajęciowej „Motyki”. • Organizowanie i prowadzenie szkoleń i kursów dla osób 	

			<p>niepełnosprawnych oraz opiekunów.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organizowanie i prowadzenie imprez integracyjnych. • Prowadzenie transportu dla osób niepełnosprawnych. • Prowadzenie grup wsparcia. • Organizacja i prowadzenie poradnictwa psychologicznego i prawnego dla osób niepełnosprawnych i ich opiekunów. 	
23.	<p>Mazowiecki Szpital Specjalistyczny im. dr. J. Psarskiego al. Jana Pawła II 120A Oddział Terapii Uzależnienia od Alkoholu. Całodobowy. Na oddział kwalifikuje kierownik Ośrodka lub osoba wyznaczona przez kierownika. Wizyty umawiane. tel. 29 765 18 17</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Problem uzależnienia od alkoholu i uzależnień mieszanych – współuzależnienie 	<ul style="list-style-type: none"> • Psychoterapia indywidualna. • Psychoterapia grupowa. • Konsultacje specjalistów. 	
24.	<p>Poradnia Leczenia Uzależnień al. Jana Pawła II 120A poniedziałek- piątek godz. 8.00 - 20.00 tel. 29 765 18 17 Kwalifikacja na oddział całodobowy odbywa się w Poradni Leczenia Uzależnień. Wizyty umawiane.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Problem uzależnienia od alkoholu i uzależnień mieszanych- współuzależnienie, przemoc. 	<ul style="list-style-type: none"> • Porady i informacje. • Psychoterapia indywidualna. • Psychoterapia grupowa. • Konsultacje lekarskie, specjalistyczne skierowania na detoksykację. • Skierowanie do ośrodków stacjonarnych. • Interwencje kryzysowe. 	<p>Z leczenia mogą korzystać osoby uzależnione, członkowie ich rodzin, w tym Dorosłe Dzieci Alkoholików</p>
25.	<p>Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Monar” w Ostrołęce tel. 29 764 39 70 ul. Inwalidów Wojennych 21. Całodobowo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Problem uzależnienia i nadużywania różnych substancji psychoaktywnych. 	<ul style="list-style-type: none"> • Psychiatria- uzależnienia od substancji psychoaktywnych. 	
26.	<p>Specjalistyczne Centrum Medyczne Joanna i Konrad Pokraśniewicz</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Poradnia dla osób uzależnionych i współuzależnionych. 	<ul style="list-style-type: none"> • Psychiatria. • Uzależnienia. 	

	<p>ul. gen. J. Hallera 39 Rejestracja telefoniczna od poniedziałku do piątku w godz. 8.00 – 20.00 tel. 760 02 58</p>			
27.	<p>Stowarzyszenie Promocji Zdrowia „Nadzieja”</p> <p>Poradnia Leczenia Uzależnień ul. gen. T. Kościuszki 24/26 tel. 29 764 83 43 poniedziałek 7.00-12.00 wtorek 15.30 - 21.30, co drugi wtorek środa 11.00 - 21.00, czwartek 8.00 - 18.00, piątek 13.00 - 19.00. Grupa edukacyjno-informacyjna dla współuzależnionych środa 18.00 - 21.00 Lekarz psychiatra przyjmuje: środa 14.00 - 16.15 punkt informacyjno-konsultacyjny czwartek 18.00 – 20.00</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Problem uzależnienia i nadużywania różnych substancji psychoaktywnych, hazardu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Terapia osób uzależnionych od narkotyków. • Porady diagnostyczne dla osób uzależnionych i zagrożonych uzależnieniem. • Konsultacja dla osób, które miały kontakt z narkotykami, • Grupy wsparcia. • Grupy terapeutyczne dla rodzin i osób uzależnionych. • Grupa Anonimowych Narkomanów. • Telefon zaufania. • Punkt konsultacyjny HIV/AIDS. • Pomoc rodzinom osób uzależnionych. 	
28.	<p>Ostrołęckie Stowarzyszenie Promocji Zdrowia i Trzeźwości „Arkadia” ul. gen. Augusta Emila Fieldorfa „Nila”15 lok. 8</p> <p>Porad i wsparcia udziela członek Stowarzyszenia – specjalista terapii uzależnień Agata Podmostko; tel. 884-064-424</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Problem uzależnienia od alkoholu i współuzależnienia oraz rodzin zmagających się z chorobą alkoholową. 	<p>Stowarzyszenie organizuje zajęcia plastyczne z elementami socjoterapii (czwartki).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wyjazdy na spotkania trzeźwościowe. • Wyjazdy na ogólnopolskie zloty rodzin abstynenckich. • W Stowarzyszeniu funkcjonuje telefon zaufania. • Punkt konsultacyjny działa w każdy czwartek w godz. 17.30 -19.30 • Dyżur terapeuty w I i III piątek m- 	<p>Siedziba Stowarzyszenia jest miejscem spotkań grup samopomocowych</p> <p>ANCORA poniedziałek 18.00 (O-ost)</p> <p>AL-ANOON środa 18.00 (O-3)</p> <p>STACJA wtorek 18.00 (O-2)</p> <p>WYZWOLENIE niedziela: 12.00 (O-1)</p>

			ca godz. 16.30-18.00	
29.	<p><u>Grupy samopomocowe:</u></p> <p><u>Ewa</u> ul. Szwedzka 2 Dom parafialny</p> <p><u>Na odludziu</u> Al. Jana Pawła II 120A (Oddział Terapii Uzależnień)</p> <p><u>U księdza Antoniego</u> Aleja Wojska Polskiego (Dom parafialny)</p> <p><u>Bractwo Trzeźwości im. Maksymiliana Kolbe</u> ul. Szwedzka 2 (Dom parafialny)</p> <p><u>Tylko Dziś</u> ul. Szwedzka 2 (Dom parafialny)</p> <p>AA KANAAN</p>			<p>czwartek godz.18.00, mityngi otwarte</p> <p>piątek godz. 19.00 (mityng otwarty)</p> <p>sobota godz. 17.00 (mityng zamknięty ostatnia sobota m-ca otwarty)</p> <p>czwartek 19.00 (mityng otwarty ostatni czwartek m-ca)</p> <p>wtorek godz. 18.00</p> <p>niedziela godz. 18.00-20.00</p>
30.	<p>OHP Środowiskowy Hufiec Pracy ul. T. Zawadzkiego „Zośki” 1A poniedziałek 7.45 - 18.00 wtorek- piątek godz. 7.45 - 15.45 tel. 29 769 16 08</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Problem z nauką, zdobyciem zawodu. • Problem młodzieży zagrożonej i niedostosowanej społecznie. 	<ul style="list-style-type: none"> • Możliwość podjęcia nauki i pracy w celu ukończenia szkoły i zdobycia kwalifikacji zawodowych. • Działalność opiekuńczo-wychowawcza, profilaktyczna, resocjalizacyjna. • Programy unijne skierowane do młodzieży. • Różnorodność form spędzania czasu wolnego w imprezach kulturalno-oświatowych, kołach zainteresowań. 	Oferta skierowana do młodzieży w wieku 16- 18 lat.
31.	<p>Komenda Hufca ZHP w Ostrolęce plac gen. J. Bema 11 poniedziałek – piątek godz. 8.00 - 16.00</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Organizowanie czasu wolnego dla dzieci i młodzieży. 	

	tel. fax. 29 764 45 44			
32.	Związek Sybiraków Oddział w Ostrołęce (tymczasowo ul. Króla Jana Kazimierza 1) piątek godz. 10.00 - 12.00 tel. 29 764 68 11 wew. 238 tel. do kontaktu 029 766 66 97 (p. Henryk Witkowski)	<ul style="list-style-type: none"> • Trudna sytuacja materialna. 	<ul style="list-style-type: none"> • Wydawanie i składanie wniosków o przyznanie zapomogi. • Udzielanie rekomendacji o przyznanie kombatanctwa. 	Związek Sybiraków obejmuje działaniem teren byłego woj. ostrołęckiego.
33.	Klub „AMAZONKI” ul. Targowa 11 tel. 029 764 41 90 czwartek 13.00 – 15.00.	<ul style="list-style-type: none"> • Kobiety po mastektomii (amputacji gruczołu piersiowego). 	<ul style="list-style-type: none"> • Możliwość uzyskania informacji dot. leczenia kobiet z rakiem piersi, w tym rehabilitacji oraz leczenia sanatoryjnego. 	
34.	Polski Związek Niewidomych Zarząd Koła Terenowego ul. gen Kościuszki 24/26 wtorek, piątek w godz. 8.00 – 13.00. tel. 29 764 36 26 500 710 390	<ul style="list-style-type: none"> • Osoby niewidome i ich przewodnicy. 	<ul style="list-style-type: none"> • Organizacja imprez integracyjnych dla osób niewidomych i ich przewodników. • Grupa wsparcia. 	
35.	Stowarzyszenie „Pozwólmy żyć” im. Mariusza Krzykowskiego ul. M. Konopnickiej 4/4	<ul style="list-style-type: none"> • Niesienie pomocy osobom chorym na choroby nerwowo-mięśniowe. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prowadzenie grupowych i indywidualnych zajęć. • Poradnictwa psychologicznego, społeczno-prawnego. 	
36.	Stowarzyszenie Wspierania Rozwoju „Rozwinąć Skrzydła” ul. M. Korzeniowskiej 4	<ul style="list-style-type: none"> • Dziecko niepełnosprawne w rodzinie. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prowadzenie grupowych i indywidualnych zajęć. 	
37.	Stowarzyszenie Centrum Informacji Społecznej ul. Sobótkowa 6 Biuro Porad Obywatelskich funkcjonuje przy ul. gen. T. Kościuszki 21 poniedziałek, środa, czwartek w godz. 16.00 - 18.00	<ul style="list-style-type: none"> • Wspieranie rozwoju społeczeństwa obywatelskiego poprzez podnoszenie poziomu wiedzy obywateli o przysługujących im prawach i uprawnieniach. • Wzmocnienie umiejętności samodzielnego radzenia sobie z problemami życiowymi. • Promowanie postaw aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym. 	<ul style="list-style-type: none"> • Organizowanie i prowadzenie poradnictwa obywatelskiego dla osób w trudnej sytuacji życiowej lub zagrożonych marginalizacją. • Upowszechnianie i ochrona praw kobiet. • Działania na rzecz równych praw kobiet i mężczyzn. • Aktywizacja społeczno – zawodowa osób pozostających bez pracy, w szczególności osób niepełnosprawnych. • Edukacja osób dorosłych w zakresie 	Informacje z zakresu spraw: rodzinnych, spadkowych, mieszkaniowych, prawa pracy, postępowania w urzędach, świadczeń społecznych oraz z zakresu uzależnień i przeciwdziałania przemocy w rodzinie.

			praw obywatelskich.	
38.	<p>Stowarzyszenie „Dajmy razem szansę” ul. Goworowska 16/23</p> <p>„Kolorowa Szkoła” ul. Poznańska 34/36 07-409 Ostrołęka tel. 512 997 454</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dziecko niepełnosprawne w rodzinie i w szkole. • Uczniowie niepełnosprawni. • Nauczyciele oraz opiekunowie dzieci niepełnosprawnych. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prowadzenie niepublicznej szkoły podstawowej „Kolorowa Szkoła”. • Niesienie pomocy we wszystkich dziedzinach życia dzieciom, młodzieży niepełnosprawnej, dorosłym oraz ich rodzinom. • Prowadzenie „Kolorowej Szkoły” niepublicznej szkoły podstawowej i niepublicznego gimnazjum (nauka w szkole jest bezpłatna). • Organizowanie i prowadzenie szkoleń dla nauczycieli, opiekunów i rodziców dzieci niepełnosprawnych. 	
39.	<p>Rada Seniorów w Ostrołęce Dyżury w pierwszy piątek miesiąca, w godz. 14.00 – 16.00 w budynku Urzędu Miasta Ostrołęki plac gen. J. Bema 1, pokój nr 5, tel. do Przewodniczącego Rady Seniorów: – 692 279 611</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Seniorzy z Ostrołęki. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rozpoznawanie potrzeb ludzi starszych, wspieranie ich i niesienie pomocy. 	
40.	<p>Kluby Seniora w Ostrołęce:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) „Modry Len”, 2) „Złoty Wiek”, 3) „Pogodna Jesień”, 4) „Jesienne Róże”. 	<ul style="list-style-type: none"> • Osoby starsze, emeryci, renciści z Ostrołęki. 	<ul style="list-style-type: none"> • Spotkania integracyjne dla seniorów z Ostrołęki. 	<p>Miejsce spotkań seniorów: ul. Targowa 11 (LOK) poniedziałek - niedziela godz. 16.00 - 20.00 (oprócz piątku)</p>
41.	<p>Klub Rodziców JiM Fundacji JiM http://www.jim.org/klub-rodzicow Koordynatorzy: Anna Ejzemberg, tel.: 698 381 288 Anna Grabowska, tel.: 790 808 504 info.ostroleka@jim.org</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Rodzice dzieci z autyzmem. 	<ul style="list-style-type: none"> • Udzielanie informacji na temat autyzmu. • Grupa wsparcia i samopomocy. • Organizowanie warsztatów i płatnych szkoleń. 	

	Punkt Informacyjny przy Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej – otwarty w godzinach 9.00 – 11.00 w piątki			
42.	Parafia Rzymskokatolicka pw. św. Franciszka z Asyżu w Ostrołęce ul. Bohaterów Warszawy 21 07-410 Ostrołęka Koordynator: ks. mgr Szymon Godlewski tel.: (029) 766 85 11	<ul style="list-style-type: none"> Osoby niepełnosprawne i ich rodziny. 	<ul style="list-style-type: none"> Msze Święte w każdą drugą niedzielę miesiąca. Organizowanie pielgrzymek. 	
43.	Fundacja „DR OTIS” ul. Sybiraków 20/4A, 18-400 Łomża Punkt Przedszkolny Iskierka w Ostrołęce ul. H. Kołłątaja 19 tel. 790 822 977, 606 741 343 e-mail: biuro@iskierka-przedszkole.pl	<ul style="list-style-type: none"> Dziecko niepełnosprawne w rodzinie i przedszkolu. Dzieci niepełnosprawne. 	<ul style="list-style-type: none"> Prowadzenie niepublicznego przedszkola. 	
44.	Fundacja "Promyk" Centrum Wspierania Rozwoju Dzieci, Młodzieży i Dorosłych ul. Kołobrzeska 7 07- 410 Ostrołęka eł./fax: 29 714 26 58 tel. 506 754 402 promyk@wp.pl	<ul style="list-style-type: none"> Dziecko niepełnosprawne w rodzinie. 	<ul style="list-style-type: none"> Diagnozowanie i terapia dzieci, młodzieży i dorosłych z zaburzeniami rozwojowymi. Prowadzenie Integracji Sensorycznej – SI. Terapia psychologiczna. Terapia pedagogiczna. Terapia logopedyczna. Terapia ręki. Trening równowagi. Trening astronautyczny. Muzykoterapia. Arteterapia. Rehabilitacja ruchowa. Fizjoterapia PNF, NDT BOBATHG. Prowadzenie Gimnastyki korekcyjnej. 	
45.	Stowarzyszenie Przyjaciół Dzieci	<ul style="list-style-type: none"> Dziecko niepełnosprawne 	<ul style="list-style-type: none"> Niesienie pomocy we wszystkich dziedzinach 	

<p>Niepełnosprawnych przy Specjalnym Ośrodku Szkolno - Wychowawczym w Ostrołęce "Dajmy Im Radość", ul. R. Traugutta 9 07 - 410 Ostrołęka, telefon: (29) 760 22 37 soswostroleka@op.pl</p>	<p>w rodzinie i w szkole.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Uczniowie niepełnosprawni • Nauczyciele oraz opiekunowie dzieci niepełnosprawnych. 	<p>życia dzieciom, młodzieży niepełnosprawnej, dorosłym oraz ich rodzinom.</p>	
--	---	--	--