

**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 XII/

**Ostrołęka, październik 2014 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.*

**„ 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 ”**  
/ Kartezyusz /

Lp	Podmiot udzielający pomocy. Adres i godziny, w których można uzyskać pomoc	Rodzaj sytuacji trudnej	Możliwość uzyskania pomocy	Uwagi
1.	<b>Urząd Miasta Ostrołęki</b> ul. 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"> <li>Osoby znajdujące się w trudnej sytuacji finansowej /spełniające kryteria z ustawy z dnia 21 czerwca 2001r. o dodatkach mieszkaniowych/.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Udzielenie pomocy w zakresie dofinansowania do czynszu w formie dodatku mieszkaniowego.</li> </ul>	Wnioski i deklaracje są dostępne na str. internetowej <a href="http://www.ostroleka.pl">www.ostroleka.pl</a> w Punktach Informacyjnych Urzędu Miasta Ostrołęki: - Plac Gen. Józefa Bema 1 /główne wejście – parter/ - ul Kościuszki 45 /parter pokój 1/.
2.	<b>Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych</b> ul. 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"> <li>Problem alkoholowy.</li> </ul>	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.	<b>Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie</b> ul. 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"> <li>Ubóstwo.</li> <li>Sieroctwo.</li> <li>Bezdomność.</li> <li>Bezrobocie.</li> <li>Niepelnosprawność.</li> <li>Długotrwała choroba lub ciężka choroba.</li> <li>Przemoc w rodzinie.</li> <li>Potrzeba ochrony macierzyństwa lub wielodzietności.</li> <li>Bezradność w sprawach opiekuńczo-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Przyznawanie i wypłacanie zasiłków celowych i celowych specjalnych.</li> <li>Zasiłku stałego.</li> <li>Zasiłku celowego w formie biletu kredytowego.</li> <li>Dożywianie.</li> <li>Pomoc rzeczowa.</li> <li>Udzielanie schronienia, posiłku.</li> <li>Praca socjalna.</li> <li>Organizowanie i świadczenie usług</li> </ul>	Dla osób spełniających kryteria ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej /tj. Dz. U. z 2013 r., poz. 182 ze zm./.

		<p>wychowawczych i prowadzenia gospodarstwa domowego, zwłaszcza w rodzinach niepełnych lub wielodzietnych.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Brak umiejętności w przystosowaniu do życia młodzieży opuszczającej placówki opiekuńczo-wychowawcze i zakłady poprawcze.</li> <li>• Trudności w integracji osób, które otrzymały status uchodźcy.</li> <li>• Trudności w przystosowaniu do życia po zwolnieniu z zakładu karnego.</li> <li>• Alkoholizm lub narkomania.</li> <li>• Zdarzenie losowe i sytuacje kryzysowe.</li> <li>• Klęska żywiołowa i/lub ekologiczna.</li> <li>• Dzieci i osoby małoletnie pozbawione częściowej lub całkowitej opieki rodzicielskiej.</li> <li>• Brak możliwości zapewnienia usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania bądź jeśli uzasadnia to sytuacja życiowa /zdrowotna, rodzinna/.</li> </ul> <p>Mieszkańcy Ostrołęki, a w miarę posiadania wolnych</p>	<p>opiekuńczych, w tym specjalistycznych.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prowadzenie i zapewnienie miejsca w mieszkaniach chronionych.</li> <li>• Kierowanie do domu pomocy społecznej.</li> <li>• Opłacanie składek na ubezpieczenie zdrowotne określone w przepisach o powszechnym ubezpieczeniu w Narodowym Funduszu Zdrowia.</li> <li>• Kierowanie nieletnich do placówek opiekuńczo-wychowawczych. Pomoc w integracji ze środowiskiem oraz przyznawanie specjalnych świadczeń pieniężnych dla osób opuszczających niektóre rodzaje placówek opiekuńczo-wychowawczych.</li> <li>• Udzielanie pomocy pieniężnej rodzinom zastępczym na częściowe pokrycie kosztów utrzymania umieszczonych dzieci.</li> <li>• Przyznawanie pomocy pieniężnej wychowankom przebywającym i opuszczającym rodziny zastępcze.</li> <li>• Ustalenie sytuacji materialno- bytowej rodziców naturalnych dzieci przebywających w rodzinach zastępczych w zakresie możliwości ponoszenia odpłatności oraz wydawanie decyzji o jej wysokości.</li> </ul>	
--	--	---	---	--

		<p>miejsz również mieszkańcy innych gmin mogą ubiegać się o umieszczenie w domu pomocy społecznej tj. placówce pobytu stałego zapewniającej całodobową opiekę.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Działania na rzecz poprawy warunków życia rodzin wielodzietnych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kierowanie osób wymagających umieszczenia w domach pomocy społecznej i na rehabilitację do Krajowego Ośrodka Mieszkalno-Rehabilitacyjnego w Dąbku dla Osób Chorych na Stwardnienie Rozsiane.</li> <li>• Program Karta wielkiej 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</li> </ul>	<p>Szczegółowe informacje MOPR oraz na stronie internetowej <a href="http://www.ostroleka.pl">www.ostroleka.pl</a> lub <a href="http://www.mopr.ostroleka.pl">www.mopr.ostroleka.pl</a></p>
4.	<p><b>Zespół Placówek Wsparcia Dziennego</b> ul. Poznańska 34/36 tel. 029 694 42 59</p> <p><b>Świetlica „Pociecha”</b> ul. Bogusławskiego 17 tel. 29 764 40 68 poniedziałek, środa, czwartek godz. 10.00-18.00 wtorek, piątek 8.00-16.00</p> <p><b>Świetlica „Promyk”</b> ul. Padlewskiego 51B Osiedle Łazek Tel 535 872 328 poniedziałek –środa godz. 8.00-18.00 czwartek 10.00-18.00 piątek 8.00-17.00</p> <p><b>Świetlica „Słodziaki”</b> ul. Jaracza 2a tel. 535 872 330 poniedziałek i czwartek godz. 10.00-18.00 wtorek i środa 8.00-18.00 piątek 8.00-16.00</p> <p><b>Świetlica „Gwiazdki”</b> ul. Sikorskiego 4 535 872 325 poniedziałek , środa i</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wsparcie rodziny</li> <li>• Dzieci z rodzin niewydolnych wychowawczo oraz potrzebujących wsparcia środowiskowego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zapewnienie opieki dzieciom.</li> <li>• Pomoc w odrabianiu lekcji.</li> <li>• Organizowanie czasu wolnego.</li> <li>• Zajęcia rozwijające zainteresowania u dzieci, dożywianie dzieci.</li> <li>• Zajęcia z zakresu profilaktyki uzależnień oraz wychowania zdrowotnego.</li> <li>• Kształcenie umiejętności społecznych</li> <li>• Pomoc w kryzysach osobistych, szkolnych i rodzinnych</li> </ul>	

	<p>czwartek 10.00-18.00, wtorek i piątek 8.00-16.00 <b>Świetlica „Gwarek”</b> ul. Hallera 13 tel. 029 766 63 81 wew. 26 poniedziałek – środa godz. 10.00-18.00 <b>Świetlica „Elfy”</b> ul. Plac Dworcowy 4 tel. 535 872 327 poniedziałek – 8.00-20.00 wtorek i piątek 8.00-16.00 środa i czwartek godz. 10.00-18.00 <b>Zespół do spraw asysty rodzinnej</b> ul. Poznańska 34/36 tel. 29 694 42 59</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rodziny przeżywające trudności w wypełnianiu funkcji opiekuńczo-wychowawczych.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Podnoszenie świadomości w zakresie planowania i funkcjonowania rodziny.</li> <li>Udzielanie rodzinom pomocy w poprawie ich sytuacji życiowej.</li> <li>Rozwijanie umiejętności opiekuńczo – wychowawczych i społecznych rodzin.</li> <li>Udzielanie pomocy rodzinom w rozwiązywaniu problemów socjalnych, psychologicznych i wychowawczych.</li> <li>Udzielanie wsparcia dzieciom mających problemy emocjonalne i szkolne.</li> <li>Podjęcie działań interwencyjnych i zaradczych w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa dzieci i rodzin.</li> </ul>	
5.	<p><b>Środowiskowy Dom Samopomocy w Ostrołęce</b> w ramach, którego działają: <b>Środowiskowy Dom Samopomocy dla Osób Niepełnosprawnych Intelktualnie</b> ul Starosty Kosa 12 A poniedziałek-piątek godz. 8.00-16.00</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osoby niepełnosprawnie intelektualnie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zapewnienie osobom niepełnosprawnym wsparcia umożliwiającego prawidłowe funkcjonowanie w środowisku.</li> <li>Zminimalizowanie izolacji społecznej osób niepełnosprawnych.</li> </ul>	

	<p>tel. fax. 29 761 61 04</p> <p><b>Środowiskowy Dom Samopomocy dla Osób Chorych Psychiczenie</b></p> <p>ul. Farna 21</p> <p>poniedziałek- piątek</p> <p>godz. 8.00-16.00</p> <p>tel. 29 764 66 39</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osoby niepełnosprawne z zaburzeniami psychicznymi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zminimalizowanie izolacji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi.</li> <li>Zapewnienie wsparcia środowiskowego umożliwiającego prawidłowe funkcjonowanie w środowisku lokalnym.</li> </ul>	
6.	<p><b>Ośrodek Interwencji Kryzysowej</b></p> <p>ul. Kościuszki 24/26</p> <p>poniedziałek – piątek</p> <p>godz. 8.00-20.00</p> <p>tel. 29 767 61 94</p> <p>Po godz. pracy, a także we wszystkie dni wolne od pracy i święta pracownicy OIK pełnią całodobowy dyżur w placówce oraz pod tel. 506 029 478 – w przypadku pobytu osób w Ośrodku pracownicy pełnią dyżur w placówce</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osoby doświadczające przemocy domowej, osoby przeżywające kryzys utrudniający funkcjonowanie w codziennym życiu.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wsparcie psychologiczne, pedagogiczne i prawne ; doradztwo rodzinne i mediacja.</li> <li>Terapia psychologiczno-pedagogiczna indywidualna i grupowa.</li> <li>Działalność edukacyjna poprzez realizację programów profilaktycznych.</li> <li>Prowadzenie grup wsparcia.</li> <li>Zapewnienie schronienia osobom znajdującym się w sytuacji kryzysowej.</li> </ul>	
7.	<p><b>Placówka Pieczy Zastępczej „Korczakówka” Organizator Rodzinnej Pieczy Zastępczej w Ostrołęce</b></p> <p>ul. Poznańska 34/36</p> <p>tel. 029 764 34 36</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Niemożliwość zapewnienia dziecku opieki i wychowania przez rodziców.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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.</li> <li>Organizowanie rodzinnych form pieczy zastępczej: <ul style="list-style-type: none"> <li>- przygotowanie rodzin zastępczych oraz prowadzących rodzinne domy dziecka na przyjęcie dziecka,</li> <li>- objęcie rodzin</li> </ul> </li> </ul>	

			zastępczych i rodzinnych domów dziecka opieką koordynatora rodzinnej pieczy zastępczej.	
8.	W ramach Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie <b>Sekcja Świadczeń Rodzinnych</b> ul. Hallera 12 poniedziałek- piątek godz. 8.00- 16.00 tel. 29 764 74 71		<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizacja świadczeń rodzinnych, w tym przysługujących dodatków.</li> <li>Realizacja świadczeń z funduszu alimentacyjnego.</li> </ul>	Dla osób spełniających kryteria: -ustawy z dnia 7 września 2007r. o pomocy osobom uprawnionym do alimentów /t.j. Dz. U. z 2009 r. Nr 1, poz. 7ze zm./ oraz ustawy z dnia 27 czerwca 2008r. o zmianie ustawy o pomocy osobom uprawnionym do alimentów /Dz. U. Nr 134, poz.850/. -ustawy z dnia 28 listopada 2003r. o świadczeniach rodzinnych /t.j. Dz. U. z 2006 r. Nr 139. poz. 992 ze zm./.
9.	W ramach Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie <b>„Tani Bar”</b> ul. Kilińskiego 2B poniedziałek – piątek godz. 8.00- 16.00 tel. 29 764 36 51 Wydawanie posiłków: poniedziałek – piątek godz. 11.00-14.00	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ubóstwo.</li> <li>Bezradność w życiu codziennym.</li> <li>Niepełnosprawność.</li> <li>Długotrwała choroba.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wydawanie bezpłatnych obiadów, dla podopiecznych MOPR, zakwalifikowanych do takiej formy pomocy na podstawie wywiadu środowiskowego. Sprzedaż posiłków dla osób ze środowiska.</li> </ul>	Na podstawie decyzji administracyjnej Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Ostrołęce.
10.	<b>Spółdzielnia Socjalna „Na Wspólnej”</b> ul. Gorbatowa 15 poniedziałek – sobota (poza świątecznymi dniami) godz. 10.00-19.00 tel. 791 566 712		<ul style="list-style-type: none"> <li>Sobota w godz. 11.00-14.00 obiad dla klientów MOPR</li> <li>Poniedziałek – sobota obiady (zupa; II danie) na miejscu lub z dowozem w godz. 10.00 – 19.00</li> </ul>	
11.	W ramach Miejskiego Ośrodka Pomocy	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osoby niepełnosprawne</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Udzielanie pożyczek osobom</li> </ul>	



	<p>Rodzinie  <b>Sekcja ds. Osób niepełnosprawnych</b>          ul. Hallera 12          poniedziałek – piątek          godz. 8.00- 16.00          tel. 29 760 39 59</p>	<p>i ich opiekunowie.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bariery architektoniczne, techniczne i bariery utrudniające komunikowanie się.</li> <li>• Bezrobocie niepełnosprawnych.</li> <li>• Brak możliwości integracji ze środowiskiem.</li> </ul>	<p>niepełnosprawnym na rozpoczęcie indywidualnej działalności gospodarczej.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizowanie szkoleń dla bezrobotnych osób niepełnosprawnych.</li> <li>• Przystosowanie istniejących stanowisk pracy dla osób niepełnosprawnych stosownie do potrzeb wynikających z ich niepełnosprawności.</li> <li>• Zwrot pracodawcy kosztów wyposażenia stanowiska pracy dla osoby niepełnosprawnej.</li> <li>• Rozpoznanie przez służby medycyny pracy potrzeb, w zakresie przystosowania tworzonych lub istniejących stanowisk pracy dla osób niepełnosprawnych stosownie do potrzeb wynikających z ich niepełnosprawności.</li> <li>• Dofinansowanie warsztatów terapii zajęciowej.</li> <li>• Dofinansowanie do uczestnictwa w turnusach rehabilitacyjnych.</li> <li>• Dofinansowanie do zaopatrzenia w sprzęt rehabilitacyjny, przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze.</li> <li>• Dofinansowanie do likwidacji barier architektonicznych, technicznych i barier w komunikowaniu się.</li> <li>• Dofinansowanie sportu, kultury i turystyki osób niepełnosprawnych.</li> </ul>	
--	--	--	---	--

12.	Przy Miejskim Ośrodku Pomocy Rodzinie: <b>Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności</b> ul. Spokojna 16 poniedziałek – piątek godz. 8.00- 16.00 tel. 29 764 52 72	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osoby niepełnosprawne.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Orzekanie o niepełnosprawności oraz o stopniu niepełnosprawności.</li> <li>Ustalanie wskazań dla osoby niepełnosprawnej wynikających z niepełnosprawności lub ze stopnia niepełnosprawności.</li> <li>Wydawanie legitymacji osobom niepełnosprawnym</li> <li>Wydawanie kart parkingowych osobom niepełnosprawnym</li> </ul>	
13.	W ramach Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie <b>Schronisko dla bezdomnych</b> ul. Sienkiewicza 46 i 48	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bezdomność.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zapewnienie schronienia, wyżywienia.</li> </ul>	Nie przyjmuje się osób pod wpływem alkoholu.
14.	<b>Noclegownia i ogrzewalnia dla osób bezdomnych,</b> prowadzone na zlecenie Miasta Ostrołęki przez Zarząd Rejonowy Polskiego Komitetu Pomocy Społecznej w Ostrołęce ul. Przemysłowa 1 tel. 29 760 60 18 Czynne całą dobę.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bezdomność</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zapewnienie schronienia, wyżywienia, odzieży, środków higieny osobistej.</li> <li>Zbiórka i rozdawnictwo odzieży, sprzętu, mebli, obuwia, pościeli, kołder itp.</li> </ul>	Nie przyjmuje się osób pod wpływem alkoholu.
15.	<b>Polski Czerwony Krzyż Oddział Rejonowy w Ostrołęce</b> ul. Kościuszki 24/26 poniedziałek – piątek godz. 8.00- 16.00 tel. 29 764 28 22	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ubóstwo, długotrwała choroba.</li> <li>Pozyskiwanie honorowych krwiodawców.</li> <li>Rozdawnictwo żywności wg. programu FEAD.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Usługi pielęgnacyjno-opiekuńcze i gospodarcze.</li> <li>Współpraca z Klubami Honorowych Dawców Krwi w Zakładach Pracy oraz Szkolnymi Klubami PCK. Edukacja społeczeństwa, w zakresie potrzeby oddawania krwi.</li> </ul>	
16.	<b>Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka</b> ul. Sikorskiego 6 /siedziba klubu „Oczko”/	<ul style="list-style-type: none"> <li>Różne formy krzywdzenia dziecka, fizyczne, psychiczne,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uświadamianie dorosłym Praw Dziecka.</li> <li>Mediacje.</li> <li>Zgłoszenie problemu do</li> </ul>	Komitet obejmuje działaniem miasto Ostrołękę oraz powiat ostrołęcki.

	tel. 29 764 21 71 Dyżury wolontariuszy: I i III środa miesiąca godz. 18.00- 19.00	zaniedbanie, molestowanie seksualne. • Przemoc instytucjonalna wobec dziecka. • Łamanie praw dziecka hospitalizowanego. • Konflikty rozwodowe. • Zagrożenia- patologie /alkoholizm, narkomania, sekty/. • Problemy dyslektyczne u dzieci.	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.	Zgłaszanie spraw osobiście lub telefonicznie.
17.	<b>Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów</b> <b>ul. Prądyńskiego 5</b> wtorek, środa, piątek w godz. 9.00 -13.00 tel. 29 764 30 73	• Pomoc emerytom, rencistom i inwalidom z Ostrołęki i Powiatu Ostrołęckiego	• Integracja, organizacja życia kulturalnego.	
18.	<b>Towarzystwo Przyjaciół Dzieci Oddział Powiatowy w Ostrołęce</b> ul. Kościuszki 21 poniedziałek – piątek godz. 8.00 – 15.00 tel. 29 764 33 09 <b>-Rzecznik Praw Dziecka</b> TPD: poniedziałek – piątek godz. 8.00 – 15.00 w siedzibie Oddziału, po uprzednim telefonicznym uzgodnieniu terminu. <b>-Środowiskowe Ognisko Wychowawcze dla dzieci</b> ul. Koszarowa 3 godz. 11.00- 17.00 /internat ZSZ Nr 2/	• Niesienie pomocy dzieciom z rodzin wielodzietnych, patologicznych, z problemem alkoholowym.	• Pomoc w odrabianiu lekcji. • Dożywianie dzieci. • Organizowanie różnych form wypoczynku dla dzieci, festynów. • Rozdawanie używanej odzieży, artykułów szkolnych, środków czystości, paczek świętecznych. • Prowadzenie zajęć specjalistycznych.	
19.	<b>Stowarzyszenie Na Rzecz Osób Niepełnosprawnych</b>	• Dziecko niepełnosprawne w rodzinie.	• Zapewnienie wszechstronnej pomocy osobom	Stowarzyszenie swoim działaniem obejmuje miasto

	<p><b>„Pomocna Dłoń”</b> ul. Mazowiecka 2 zaprasza w pierwszy czwartek miesiąca godz. 10.00- 12.00 i w ostatni czwartek m-ca godz. 17.00- 19.00 tel. 692 913 990</p>		<p>niepełnosprawnym i ich rodzinom.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Integrowanie osób niepełnosprawnych z całą społecznością / turnusy, spotkania, uroczystości/.</li> <li>• Kształtowanie właściwych więzi między sprawnymi i niepełnosprawnymi.</li> <li>• Udzielanie informacji gdzie można uzyskać pomoc.</li> <li>• Organizacja spotkań w ramach „Grupy Wsparcia”.</li> <li>• Organizacja wyjazdów na turnusy rehabilitacyjne.</li> </ul>	<p>Ostrołękę i powiat ostrołęcki.</p>
20.	<p><b>Ogólnopolskie Stowarzyszenie Osób Niepełnosprawnych</b> ul. Mazowiecka 2 poniedziałek- piątek godz. 7.00- 14.00 tel. fax. 29 766 59 18</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Osoby niepełnosprawne z uszkodzeniem rdzenia kręgowego.</li> <li>• Osoby niepełnosprawne ruchowo / poruszające się na wózku inwalidzkim/.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Integracja osób o podobnych problemach.</li> <li>• Centrum informacyjne dla osób niepełnosprawnych.</li> <li>• Rehabilitacja sportowa.</li> <li>• Prowadzenie Warsztatów Terapii Zajęciowej „Motyki”.</li> <li>• Organizowanie i prowadzenie szkoleń i kursów dla osób niepełnosprawnych oraz opiekunów.</li> <li>• Organizowanie i prowadzenie imprez integracyjnych.</li> <li>• Prowadzenie transportu dla osób niepełnosprawnych.</li> <li>• Prowadzenie grup wsparcia.</li> <li>• Organizacja i prowadzenie poradnictwa psychologicznego i prawnego dla osobnie pełnosprawnych i ich opiekunów.</li> </ul>	

21.	<p><b>Mazowiecki Szpital Specjalistyczny im. Dr J. Psarskiego</b>  <b>Al. Jana Pawła II 120</b>  <b>Oddział Terapii Uzależnienia Od Alkoholu Całodobowy.</b>          Na oddział kwalifikuje kierownik Ośrodka          Wizyty umawiane.          tel. 29 760 31 99</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Problem uzależnienia od alkoholu i uzależnień mieszanych – współuzależnień.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Psychoterapia indywidualna.</li> <li>• Psychoterapia grupowa.</li> <li>• Konsultacje specjalistów.</li> </ul>	
22.	<p><b>Poradnia Leczenia Uzależnień</b>          poniedziałek- piątek          godz. 8.00- 20.00          tel. 29 760 31 99</p> <p>Kwalifikacja na oddział całodobowy odbywa się w Poradni Leczenia Uzależnień          Wizyty umawiane          tel. 029 76031 99</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Problem uzależnienia od alkoholu i uzależnień mieszanych- współuzależnienie, przemoc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Porady i informacje.</li> <li>• Psychoterapia indywidualna.</li> <li>• Psychoterapia grupowa.</li> <li>• Konsultacje lekarskie, specjalistyczne skierowania na detoksykację.</li> <li>• Skierowanie do ośrodków stacjonarnych.</li> <li>• Interwencje kryzysowe.</li> </ul>	<p>Z leczenia mogą korzystać osoby uzależnione, bądź zaawansowane uzależnieniem oraz członkowie ich rodzin.</p>
23.	<p><b>Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Monar”</b> w Ostrołęce          tel. 29 764 39 70          ul. Inwalidów Wojennych 21.          Całodobowo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Problem uzależnienia i nadużywania różnych substancji psychoaktywnych.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Psychiatria- uzależnienia od substancji psychoaktywnych.</li> </ul>	
24.	<p><b>Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Medilis”</b>          ul. Gorbatowa 7D/27          w Ostrołęce          tel. 764 67 74</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Problem uzależnienia i nadużywania różnych substancji psychoaktywnych.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Psychiatria- uzależnienia.</li> </ul>	
25.	<p><b>Stowarzyszenie Promocji Zdrowia „Nadzieja” N.Z.O.Z.</b>  <b>Poradnia Leczenia Uzależnień</b>          ul. Kościuszki 24/26          tel. 29 764 83 43          poniedziałek 13.00- 19.00;          wtorek 15.00- 21.00,          środa 14.00- 21.00,          czwartek 8.00- 14.00,          piątek 13.00 -19.00.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Problem uzależnienia i nadużywania różnych substancji psychoaktywnych, hazardu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Terapia osób uzależnionych od narkotyków.</li> <li>• Porady diagnostyczne dla osób uzależnionych i zagrożonych uzależnieniem.</li> <li>• Konsultacja dla osób, które miały kontakt z narkotykami,</li> <li>• Grupy wsparcia.</li> <li>• Grupy terapeutyczne dla rodzin i osób</li> </ul>	

	Grupa Anonimowych Narkomanów - poniedziałek 18.00-20.00		uzależnionych. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grupa Anonimowych Narkomanów</li> <li>• Telefon zaufania.</li> <li>• Punkt konsultacyjny HIV/ AIDS.</li> <li>• Pomoc rodzinom osób uzależnionych</li> </ul>	
26.	<p><b>Ostrołęckie Stowarzyszenie Promocji Zdrowia i Trzeźwości „Arkadia”</b> ul. Gorbatowa 15, pokój 105 tel. 694 313 063 Wejście do siedziby stowarzyszenia (popularny pałacyk) pierwsze drzwi po prawej stronie, II p. Nad drzwiami wisi tablica z logo stowarzyszenia „ARKADIA” Jeśli drzwi będą zamknięte, proszę wejść wejściem głównym po schodach i w pomieszczeniu strażników zapytać się jak trafić do pokoju 105 . W Stowarzyszeniu funkcjonuje telefon zaufania (797 789 563)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Problem uzależnienia od alkoholu i współuzależnienia oraz rodzin zmagających się z chorobą alkoholową.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stowarzyszenie organizuje zajęcia plastyczne z elementami socjoterapii (czwartki)</li> <li>• Wyjazdy na spotkania trzeźwościowe</li> <li>• Wyjazdy na ogólnopolskie zloty rodzin abstynenckich</li> <li>• W Stowarzyszeniu funkcjonuje telefon zaufania</li> <li>• Punkt konsultacyjny działa w każdy czwartek w godz. 17.30 -19.30</li> <li>• Dyżur terapeuty w I i III piątek m-ca godz. 16.30-18.00</li> </ul>	<p><b>Siedziba stowarzyszenia jest miejscem spotkań grup samopomocowych</b> ANCORA Poniedziałek:18.00 /O-ost/  AL-ANOON Środa 18.30 /O-3/  KANAAAN Niedziela 18.00 /O-1/ /Z/  STACJA Wtorek 19.00 /O-2/  WYZWOLENIE Niedziela: 12.00 /O-2/</p>
27.	<p><u>Grupy samopomocowe:</u> <u>Ewa</u> ul Bogusławskiego /salka oazowa przy kościele poklasztornym/,  <u>Na odludziu</u> Al. Jana Pawła II 120 /Oddział Terapii Uzależnień – hotel pielęgniarek/  <u>U księdza Antoniego</u> ul. I AWP /Dom parafialny/  - <u>Odnowa</u> ul. Szwedzka 2 /budynek Gimnazjum</p>			<p>środa 17.30, mityngi otwarte /ostatnia środa miesiąca/ sobota godz. 15.00 /Z/ Mityng otwarty piątek godz. 19.00 /O-ost/ Mityng zamknięty sobota godz. 17.00 /Z-w/  Mityngi otwarte /ostatni czwartek m-ca, godz. 19.00 /  Poniedziałek godz. 19.00 /mityng otwarty pierwszy</p>

	<p>Klasycznego/ -Narew Intergrupa ul. Szwedzka 2 /Dom parafialny s. III/  <u>Bractwo Trzeźwości im. Maksymiliana Kolbe</u> ul. Szwedzka 2 /Dom parafialny/</p>			<p>poniedziałek m-ca/ /Z-w/ Niedziela /pierwsza niedziela m-ca/  Wtorek godz. 19.00 /drugi wtorek m-ca otwarty/</p>
28.	<p><b>OHP Środowiskowy Hufiec Pracy</b> ul. Zawadzkiego 1A poniedziałek- piątek godz. 7.45- 15.45 tel. 29 769 16 08</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Problem z nauką, zdobyciem zawodu.</li> <li>• Problem młodzieży zagrożonej i niedostosowanej społecznie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Możliwość podjęcia nauki i pracy w celu ukończenia szkoły i zdobycia kwalifikacji zawodowych.</li> <li>• Działalność opiekuńczo-wychowawcza, profilaktyczna, resocjalizacyjna.</li> <li>• Programy unijne skierowane do młodzieży.</li> <li>• Różnorodność form spędzania czasu wolnego w imprezach kulturalno-oświatowych, kołach zainteresowań.</li> </ul>	<p>Oferta skierowana do młodzieży w wieku 16- 18 lat.</p>
29.	<p><b>Komenda Hufca ZHP w Ostrołęce</b> Plac Gen. J. Bema 11 poniedziałek – piątek godz. 8.00- 16.00 tel. fax. 29 764 45 44</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizowanie czasu wolnego dla dzieci i młodzieży.</li> </ul>	
30.	<p><b>Związek Sybiraków Oddział w Ostrołęce</b> (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)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trudna sytuacja materialna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wydawanie i składanie wniosków o przyznanie zapomogi.</li> <li>• Udzielanie rekomendacji o przyznanie kombatanctwa.</li> </ul>	<p>Związek Sybiraków obejmuje działaniem teren byłego woj. ostrołęckiego.</p>
31.	<p><b>Klub „AMAZONKI”</b> ul. Targowa 11, tel. 029 764 41 90 poniedziałek 11.00 – 13.00, czwartek 13.00 – 15.00.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kobiety po mastektomii /amputacji gruczołu piersiowego/.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Możliwość uzyskania informacji dot. leczenia kobiet z rakiem piersi, w tym rehabilitacji oraz leczenia sanatoryjnego.</li> </ul>	

32.	<b>Polski Związek Niewidomych Zarząd Koła Terenowego</b> ul. Kościuszki 24/26 wtorek, piątek w godz. 8.00 – 13.00. tel. 29 764 36 26 508 617 731	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osoby niewidome i ich przewodnicy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Organizacja imprez integracyjnych dla osób niewidomych i ich przewodników,</li> <li>Grupa wsparcia.</li> </ul>	
33.	<b>Stowarzyszenie „Pozwólmy żyć” im. Mariusza Krzykowskiego</b> ul. Konopnickiej 4/4	<ul style="list-style-type: none"> <li>Niesienie pomocy osobom chorym na choroby nerwowo-mięśniowe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prowadzenie grupowych i indywidualnych zajęć,</li> <li>Prowadzenie poradnictwa psychologicznego, społeczno-prawnego.</li> </ul>	
34.	<b>Stowarzyszenie Wspierania Rozwoju „Rozwinąć Skrzydła”</b> ul. M. Korzeniowskiej 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dziecko niepełnosprawne w rodzinie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prowadzenie grupowych i indywidualnych zajęć.</li> </ul>	
35.	<b>Stowarzyszenie Centrum Informacji Społecznej</b> ul. Sobótkowa 6 <b>Biuro Porad Obywatelskich</b> funkcjonuje w świetlicy parafialnej przy Klasztorze) ul. Gomulickiego 1A tel. 694 313 063	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wspieranie rozwoju społeczeństwa obywatelskiego poprzez podnoszenie poziomu wiedzy obywateli o przysługujących im prawach i uprawnieniach</li> <li>Wzmocnienie umiejętności samodzielnego radzenia sobie z problemami życiowymi</li> <li>Promowanie postaw aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Organizowanie i prowadzenie poradnictwa obywatelskiego dla osób w trudnej sytuacji życiowej lub zagrożonych marginalizacją</li> <li>Upowszechnianie i ochrona praw kobiet</li> <li>Działania na rzecz równych praw kobiet i mężczyzn</li> <li>Aktywizacja społeczno – zawodowa osób pozostających bez pracy, w szczególności osób niepełnosprawnych</li> <li>Edukacja osób dorosłych w zakresie praw obywatelskich</li> </ul>	Informacje z zakresu spraw: rodzinnych, spadkowych, mieszkaniowych, prawa pracy, postępowania w urzędach, świadczeń społecznych poniedziałek, środa, czwartek 16:00 – 18:00. Konsultacje psychologiczne poniedziałek – 12:30-13:30 środa 11:30-12:30 Z zakresu uzależnień i przeciwdziałania przemocy w rodzinie: poniedziałek, wtorek 16:00-18:00
36.	<b>Stowarzyszenie „Dajmy razem szansę”</b> ul. Goworowska 16/23	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dziecko niepełnosprawne w rodzinie i w szkole</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prowadzenie niepublicznej szkoły podstawowej „Kolorowa Szkoła”.</li> <li>Niesienie pomocy we wszystkich dziedzinach życia dzieciom, młodzieży niepełnosprawnej, dorosłym oraz ich rodzinom.</li> </ul>	