



WELCOME

INFORMATOR DLA CUDZOZIEMCÓW

Województwo Warmińsko-Mazurskie, 2024



„Projekt realizowany dzięki wsparciu Funduszu Tutaj organizowanego przez Ashokę”.

INFORMATOR DLA CUDZOZIEMCÓW

Województwo Warmińsko-Mazurskie, 2024



„LABORATORIUM RELACJI”

-I. Warmińsko-Mazurska Koalicja na rzecz integracji migrantek i migrantów.
Projekt realizowany dzięki wsparciu Funduszu Tutaj
organizowanego przez Ashokę



Przedstawione poglądy i opinie są poglądami autora/ki (autorów/ek),
a Fundacja Ashoka nie ponosi za nie odpowiedzialności.

WARMIŃSKO-MAZURSKA KOALICJA NA RZECZ INTEGRACJI MIGRANTEK I MIGRANTÓW

Sekretariat Federacji FOSa:

ul.Linki 3/4, 10-535 Olsztyn

e-mail: koalicja@federacjafosa.pl

tel.: +48 503 466 700

Redakcja: Federacja Organizacji Socjalnych

Województwa Warmińsko-Mazurskiego FOSa

ul. Bogumiła Linki 3/4, 10-535 Olsztyn,

REGON 519643124, NIP 739-34-52-954 KRS 0000213652

tel/fax 89 523-60-92, biuro@federacjafosa.pl

www.federacjafosa.pl, www.potrzebni.org.pl

Autorzy i autorki publikacji w sposób szczególny dziękują:



za oficjalne wsparcie prac nad powstaniem Koalicji



za impuls do założenia Koalicji,
wiedzę oraz przyjęcie w poczet Forum Migracyjnego



za przychylność i możliwość zainspirowania się
Warszawskim Informatorem dla Cudzoziemców
[/https://forummigracyjne.org/publikacja/warszawa-informator-dla-cudzoziemcow/](https://forummigracyjne.org/publikacja/warszawa-informator-dla-cudzoziemcow/)

WITAJ!



Trafiłaś/trafiłeś do wyjątkowo pięknej części Polski. O Warmii i Mazurach mówi się, że jesteśmy Krainą Tysiąca Jezior. To prawda! Tutejsza przyroda na pewno Cię zachwyci i da mnóstwo okazji do odpoczynku i relaksu.

Na powitanie oddajemy w Twoje ręce Informator przygotowany z myślą o nowych mieszkańcach: migrantkach i migrantach, osobach uchodźczych, wszystkich tych, którzy po trudnej podróży dopiero co znaleźli się w naszym regionie.

Z Informatora dowiedziecie się jakie macie prawa i obowiązki w Polsce. Zdajemy sobie sprawę, że masz wiele pytań dotyczących prawa, miejsc, w których załatwisz urzędowe sprawy, lokalizacji niezbędnych urzędów, instytucji, szpitali, miejsc, które udzielą Ci pomocy socjalnej i psychologicznej, pomogą znaleźć pracę czy szkołę dla Twoich dzieci. Przydadzą się adresy do organizacji społecznych, w których spotkasz życzliwe osoby, które wesprą Cię w pierwszych krokach w nowym miejscu do życia.

PAMIĘTAJ:
MASZ PRAWO DO RÓWNEGO TRAKTOWANIA,
DO BEZPIECZEŃSTWA,
DO RÓWNOŚCI W MIEJSCU PRACY,
DO SZACUNKU I INFORMACJI.

POCZUJ SIĘ TU JAK W DOMU.

Inicjator/ki/rzy I. Warmińsko-Mazurskiej Koalicji na rzecz wsparcia migrantów i migrantek

SPIIS TREŚCI

SPRAWY URZĘDOWE	6
LEGALIZACJA POBYTU	7
WAŻNE ADRESY I TELEFONY	8
MELDUNEK	11
AKTY STANU CYWILNEGO	12
REJESTRACJA SAMOCHODU	13
PRAWO JAZDY	14
PRACA	15
PODATKI	17
UBEZPIECZENIA	18
NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA	19
POMOC SPOŁĘCZNA	22
OŚRODKI POMOCY SPOŁĘCZNEJ	24
KARTA DUŻEJ RODZINY	26
INTERWENCJA KRYZYSOWA	27
POMOC DLA DZIECI	28
POMOC	29
ORGANIZACJA POZARZĄDOWE	30
RZECZNIK PRAW OSÓB STARSZYCH	33
EDUKACJA	34
WOLONTARIAT	35
ZDROWIE	37
SZPITALE	38
PRZYCHODNIE ZDROWIA	42
SANEPID	43
NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ	44
KOMUNIKACJA I TRANSPORT	46
POSŁUGA DUCHOWA	47
KULTURA I ROZRYWKA	51



SPRAWY URZĘDOWE

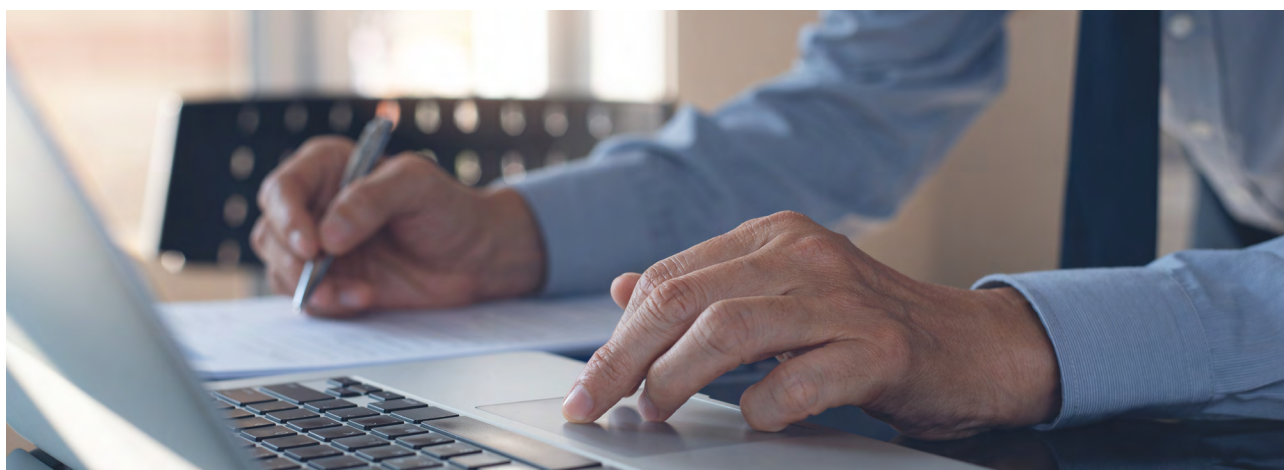
W województwie warmińsko-mazurskim jest 21 powiatów, w tym dwa miasta na prawach powiatu tj. Olsztyn i Elbląg oraz 116 gmin (16 gmin miejskich, 33 gminy miejsko-wiejskie i 67 gmin wiejskich). Większość spraw urzędowych załatwia się w urzędach w konkretnej gminie, w której dana osoba mieszka. Każda gmina ma własny **URZĄD MIASTA, GMINY** bądź **MIASTA I GMINY**, gdzie załatwia się m.in. sprawy meldunku, zawierania ślubów albo rejestracji dzieci po urodzeniu. W przypadku rejestracji samochodów czy prawa jazdy właściwym urzędem są Starostwa Powiatowe dla danego powiatu, ale o tym informujemy w dalszej części w sekcji **PRAWO JAZDY** oraz **REJESTRACJA SAMOCHODÓW**.

Istnieje możliwości załatwienia spraw przez internet poprzez **PROFIL ZAUFANY**. Profil zaufany jest to cyfrowe narzędzie, które umożliwia załatwianie spraw urzędowych online, bez wychodzenia z domu. Uwaga! Jest to opcja tylko dla osób posiadających numer **PESEL**.

Więcej na ten temat można znaleźć na stronie internetowej:



<https://www.biznes.gov.pl/pl/portal/0074>





LEGALIZACJA POBYTU

Legalizacja pobytu cudzoziemca w Polsce dokonywana jest w kilku instytucjach w zależności od rodzaju pobytu oraz statusu osoby starającej się o legalizację.

Najczęściej wnioski o legalizację pobytu składane są w **URZĘDZIE WOJEWÓDZKIM** właściwym dla miejsca zamieszkania cudzoziemca.

Sprawy, którymi zajmuje się urząd wojewódzki:

- WYDAWANIE KART POBYTU;
- ZEZWOLENIE NA POBYT CZASOWY, STAŁY LUB REZYDENTA DŁUGOTERMINOWEGO UE;
- WNIOSKOWANIE O NOWĄ KARTĘ.

Na osobiste składanie wniosku w Urzędzie, (które umożliwia weryfikację dokumentów oraz uzyskanie stempla w paszporcie legalizującego dalszy pobyt, gdy dokumentacja będzie kompletna), należy umówić się przez formularz internetowy. Wniosek można też złożyć w kancelarii albo przesłać pocztą.

URZĄD DO SPRAW CUDZOZIEMCÓW zajmuje się bardziej skomplikowanymi przypadkami, takimi jak przyznanie statusu uchodźcy, azylu lub ochrony uzupełniającej. Centrala znajduje się w Warszawie, ale sprawy często załatwiane są za pośrednictwem urzędów wojewódzkich.

Każda instytucja ma swoje procedury i wymagania dotyczące dokumentów, dlatego ważne jest, aby dokładnie sprawdzić, gdzie i jakie dokumenty należy złożyć w zależności od sytuacji.



WAŻNE ADRESY I TELEFONY

OLSZTYN

Warmińsko-Mazurski Urząd Wojewódzki w Olsztynie

Wydział Spraw Obywatelskich i Cudzoziemców

Adres siedziby Wydziału: Al. Marsz. J. Piłsudskiego 7/9, 10-575 Olsztyn

e-mail: cudzoziemcy@uw.olsztyn.pl

System rezerwacji wizyt:



[https:// uw.olsztyn.pl/rezerwacje_cudzoziemcy/](https://uw.olsztyn.pl/rezerwacje_cudzoziemcy/)

rezerwacje wizyt możliwe także przez adres e-mail:

rezerwacje_cudzoziemcy@uw.olsztyn.pl

Telefony do kontaktu:

Informacje w sprawach cudzoziemców: +48 (89) 52-32-612

Informacje dla obywateli Unii Europejskiej (UE)

oraz Europejskiego Obszaru Gospodarczego (EOG): +48 (89) 52 32 271

ELBLĄG

Wydział Spraw Obywatelskich i Cudzoziemców

ul. Wojska Polskiego 1, 82-300 Elbląg

Przyjmowanie wniosków: +48 (55) 23 74 550 lub 553

Wydawanie paszportów: +48 (55) 23 74 522

EŁK

Wydział Spraw Obywatelskich i Cudzoziemców

ul. Mickiewicza 15, 19-300 Ełk

e-mail: info@uw.olsztyn.pl

Oddział Paszportów

Wnioski o wpisanie zaproszenia do ewidencji zaproszeń: +48 (87) 610 99 27

Wydawanie paszportów i zaproszeń: +48 (87) 621 17 51



WAŻNE ADRESY I TELEFONY

URZĄD MIASTA OLSZTYNA

Plac Jana Pawła II 1, 10-101 Olsztyn

tel.: +48 (89) 527 31 11 (centrala)

e-mail: kancelaria.ogolna@olsztyn.eu

strona w języku polskim, angielskim,
niemieckim i ukraińskim:



<https://olsztyn.eu/o-olsztynie.html>





WAŻNE ADRESY I TELEFONY

URZĄD MIEJSKI W ELBLĄGU

ul. Łączności 1 82-300 Elbląg

tel.: +48 (55) 239 30 00

e-mail: umelblag@umelblag.pl

strona tylko w języku polskim:

 <https://elblag.eu/>



MELDUNEK



Każdy cudzoziemiec, który ma zamiar przebywać w Polsce dłużej niż 30 dni ma obowiązek się zameldować. Podstawa prawna: art. 40 ustawy z dnia 24 września 2010 r. o ewidencji ludności.

Jeżeli jesteś obywatelem/lką Państwa UE oraz państwa EFTA zameldowanie na pobyt stały lub czasowy możliwe jest w formule online pod linkiem:

 <https://www.gov.pl/web/gov/zamelduj-sie-na-pobyt-staly-dla-cudzoziemcow>

Jeżeli jesteś spoza państw UE oraz państwa EFTA dokumenty meldunkowe składasz w urzędzie gminy, na terenie której mieszkasz.

Gdy przebywasz w Polsce na podstawie stempla umieszczonego w dokumencie podróży, który potwierdza złożenie przez Ciebie wniosku o udzielenie zezwolenia na pobyt czasowy, stały lub rezydenta długoterminowego RP.

Standardowa lista dokumentów, które powinieneś przygotować przed wizytą:

-  ważny dokument podróży,
- jeden z poniższych dokumentów:
-  tymczasowe zaświadczenie tożsamości cudzoziemca,
-  kartę pobytu,
-  zgodę na pobyt tolerowany,
-  zezwolenie na pobyt czasowy lub zezwolenie na pobyt stały,
-  zezwolenie na pobyt rezydenta długoterminowego ue,
-  decyzję o nadaniu statusu uchodźcy w polsce, udzieleniu w Polsce ochrony uzupełniającej, zgody na pobyt ze względów humanitarnych albo zgody na pobyt tolerowany.





AKTY STANU CYWILNEGO

Zawarcie ślubu, uzyskanie dokumentu potwierdzającego ślub lub zgon, rejestracja nowonarodzonego dziecka – takie sprawy załatwia się w Urzędzie Stanu Cywilnego. Każda gmina ma własny Urząd Miasta, Gminy bądź Miasta i Gminy, gdzie uzyskasz wspomniane dokumenty.

URZĄD MIASTA OLSZTYNA

Pl. Jana Pawła II 1,
Urząd Stanu Cywilnego - pokój nr 10
e-mail: usc@olsztyn.eu

strona tylko w języku polskim:

 <https://olsztyn.bip.gov.pl/komorki-organizacyjne-ku-karty-uslug/urząd-stanu-cywilnego.html>

URZĄD MIEJSKI W ELBLĄGU

Departament Spraw Obywatelskich,
ul. Łączności 2 (budynek D), 82-300 Elbląg
Urząd Stanu Cywilnego - pokój 1,
tel.: (+48) 55 239 30 84, (+48) 55 239 30 87
(+48) 55 239 31 39, (+48) 55 239 32 78
e-mail: usc@umelblag.pl

strona tylko w języku polskim:

 <https://bip.elblag.eu/sprawa-do-zalatwienia/178/wydanie-dokumentow-z-rejestru-stanu-cywilnego>



REJESTRACJA SAMOCHODU

Zakup samochodu w Polsce lub zakup samochodu zza granicy wymaga rejestracji w Polsce, w ciągu 30 dni od zakupu auta. Warunkiem koniecznym do rejestracji jest ubezpieczenie samochodu. Sprawę rejestracji załatwia się w wydziale obsługi mieszkańców danej dzielnicy. Ubezpieczenie samochodu należy wykupić osobno w wybranej firmie ubezpieczeniowej.

URZĄD MIASTA OLSZTYNA

Wydział Spraw Obywatelskich
ul. Knosały 3, 10-015 Olsztyn
tel.: +48 (89) 506 09 70
e-mail: komunikacja@olsztyn.eu

URZĄD MIEJSKI W ELBLĄGU

Departament Spraw Obywatelskich
ul. Plac Dworcowy 4, 82-300 Elbląg
Referat obsługi Kierowców
Sala Obsługi: tel.: (+48) 552 37 47 w. 71 do 79
e-mail: dso.rok@umelblag.pl
godziny pracy: poniedziałek - piątek: 8:00-16:00

STAROSTWO POWIATOWE W EŁKU

Wydział komunikacji
ul. Warszawska 4, 19-300 Ełk
sekretariat +48 (87) 621 83 66



PRAWO JAZDY

W przypadku osób pochodzących z większości państw spoza UE, prawa jazdy zachowują ważność przez 6 miesięcy od dnia rozpoczęcia stałego lub czasowego pobytu w Polsce. Po tym czasie, planując dalszy pobyt w Polsce, należy zagraniczne prawo jazdy wymienić na polskie. Procedura jest prowadzona w Wydziale Spraw Obywatelskich Urzędu Miasta Olsztyna.

strona w języku polskim:



<https://edokumenty.olsztyn.eu/1,kontakt>

Warto wiedzieć, że kierowca może posiadać tylko jedno ważne prawo jazdy – w momencie uzyskania polskiego dokumentu cudzoziemiec traci więc prawo jazdy wydane w kraju pochodzenia.





PRACA

Co do zasady, cudzoziemcy potrzebują zezwolenia na podjęcie pracy w Polsce. Zezwolenie jest wydawane na pracę u konkretnego pracodawcy, na określonym stanowisku. Zmiana pracodawcy wymaga zmiany zezwolenia na pracę.

Niekiedy status cudzoziemca uprawnia do podejmowania pracy bez zezwolenia: takie prawo mają np. absolwenci polskich uczelni wyższych albo osoby objęte ochroną międzynarodową (uchodźcy i osoby objęte ochroną uzupełniającą).

Niektóre rodzaje pracy nie wymagają też od cudzoziemców posiadania zezwolenia na pracę (na przykład nauczanie języków obcych w państwowych szkołach albo okazjonalna działalność artystyczna).

Więcej o uprawnieniach cudzoziemców do podejmowania pracy w Polsce można znaleźć tutaj (informacja w językach polskim, rosyjskim i angielskim):

 <https://udsc.gov.pl/cudzoziemcy/obywatele-panstw-trzecich/chce-pracowac-w-polsce/>





PRACA

W Olsztynie działają również agencje pracy i pośrednictwa pracy, gdzie można znaleźć płatne wsparcie w poszukiwaniu pracy. Takie usługi nieodpłatnie oferuje również Urząd Pracy. Wsparcie na rynku pracy oferują również organizacje pozarządowe.

MIEJSKI URZĄD PRACY W OLSZTYNIE

Al. Piłsudskiego 64B, 10-450 Olsztyn

sekretariat : tel: +48 (89) 537 28 00

informacja (oświadczenia o powierzeniu pracy cudzoziemcowi, zezwolenia sezonowe): tel.: +48 (89) 537 28 26

e-mail: mup@olsztyn.mup.gov.pl

Facebook: profil MUP

ePUAP: /MUP/SkrytkaESP



<https://mupolsztyn.praca.gov.pl>

BIP: <https://mup.olsztyn.ibip.pl/public/>

POWIATOWY URZĄD PRACY W ELBLĄGU

ul. Saperów 24, 82-300 Elbląg

Telefon: +48 (55) 237 67 00

Adres skrzynki ePUAP:

POWIATOWY URZĄD PRACY W ELBLĄGU

(adres skrytki /pupelblag/SkrytkaESP)

POWIATOWY URZĄD PRACY W EŁKU

ul. Suwalska 38, 19-300 Ełk

e-mail: sekretariat@pup.elk.pl lub olek@praca.gov.pl

tel.: +48 (87) 629 02 00, +48 512 084 280, +48 512 280 680,
+48 512 306 025, +48 512 511 233



PODATKI

Każda osoba legalnie zatrudniona w Polsce płaci podatek, który do Urzędu Skarbowego odprowadza pracodawca. Raz w roku (do końca kwietnia) konieczne jest rozliczenie podatku za miniony rok – pracownik albo dopłaca należny podatek, albo otrzymuje od urzędu zwrot, gdy w ciągu roku zapłacony podatek okazał się za duży. Jeśli jesteś zatrudniony/a na umowę o pracę u jednego pracodawcy i nie należą Ci się żadne ulgi, system skarbowy rozliczy Cię automatycznie. Jeśli jednak wykonywałeś/aś w ostatnim roku umowy u różnych pracodawców (np. o dzieło, zlecenie) lub możesz ubiegać się np. o ulgę podatkową na dziecko, należy samodzielnie rozliczyć swój PIT (czyli zeznanie podatkowe). Sprawę załatwia się w Urzędzie Skarbowym właściwym dla miejsca zamieszkania pracownika w ostatnim roku (niekoniecznie miejsca zameldowania). Można zwrócić się też do organizacji pozarządowej, np. Federacji Organizacji Socjalnych Województwa Warmińsko-Mazurskiego FOSA, z prośbą o pomoc w rozliczeniu deklaracji podatkowej.

URZĄD SKARBOWY W OLSZTYNIE

Al. Marszałka Józefa Piłsudskiego 59, 10-950 Olsztyn
tel.: +48 (89) 539 24 00
e-mail: us.olsztyn@mf.gov.pl

URZĄD SKARBOWY W ELBLĄGU

ul. Adama Mickiewicza 43, 82 - 300 Elbląg
tel.: +48 (55) 611 56 00
e-mail: us.elblag@mf.gov.pl

URZĄD SKARBOWY W EŁKU

ul. Wojska Polskiego 67, 19-300 Ełk
tel.: +48 (87) 610 41 00
e-mail: us.elk@mf.gov.pl



UBEZPIECZENIA

Każda osoba pracująca legalnie (na umowę o pracę lub umowę zlecenie) w Polsce jest objęta obowiązkowym ubezpieczeniem społecznym i zdrowotnym – pracodawca odprowadza w imieniu pracownika składki do Zakładu Ubezpieczeń Społecznych (ZUS). Pracownik może zgłosić do ubezpieczenia także swoje dzieci lub innych członków najbliższej rodziny. Może także zgłosić pracodawcy, że życzy sobie opłacać składkę chorobową, która uprawnia do wypłaty zasiłku w przypadku zachorowania (wiąże się to z niższą wypłatą pensji „na rękę”).

Pracownik ma też możliwość samodzielnej weryfikacji, czy jego pracodawca wywiązuje się z obowiązków dotyczących składek ZUS.

Więcej informacji (w języku polskim):



<https://www.zus.pl/baza-wiedzy/o-platformie-uslug-elektronicznych-pue-/o-platformie-uslug-elektronicznych-pue-/jaksprawdzic-czy-firma-zglosila-mnie-do-ubezpieczenia>

W przypadku braku zatrudnienia i braku ubezpieczenia zdrowotnego, cudzoziemiec może wykupić w Narodowym Funduszu Zdrowia (dane kontaktowe poniżej) dobrowolne ubezpieczenie zdrowotne, które uprawnia do korzystania z publicznej służby zdrowia (jego miesięczny koszt wynosi w VII, VIII, IX.2024 r. 735,18 zł).

SALA OBSŁUGI KLIENTA (PACJENCI)

ul. Głowackiego 14, 10-448 Olsztyn
Bezpłatna ogólnopolska Telefoniczna
Informacja Pacjenta: +48 800 190 590



<https://www.nfz-olsztyn.pl>

DELEGATURA W ELBLĄGU

ul. Gen. Józefa Bema 18, 82-300 Elbląg

DELEGATURA W EŁKU

ul. Fryderyka Chopina 15, 19-300 Ełk

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA

W województwie warmińsko-mazurskim dostępna jest nieodpłatna pomoc prawna dla mieszkańców, którzy nie mają możliwości opłacenia kosztów usługi prawnika. Pomoc ma charakter konsultacyjny i jest dostępna m.in. w Urzędach Dzielnic, Gminnych Ośrodkach lub szkołach w każdym powiecie. Bezpłatna porada może dotyczyć prawa pracy, cywilnego, karnego, rodzinnego i innych dziedzin. Pomoc nie będzie natomiast obejmowała spraw z zakresu działalności gospodarczej, z wyjątkiem przygotowywania do jej rozpoczęcia. Aby skorzystać z porady, należy przedstawić dowód tożsamości. Konieczne jest też wypełnienie oświadczenia o niemożności pokrycia kosztów porady we własnym zakresie.

UWAGA!

Informacje o dostępnych punktach znajdują się w starostwach powiatowych, urzędach gmin i urzędach miast oraz na ich stronach internetowych.

Zainteresowany obywatel nie ma obowiązku zapisywania się na poradę w powiecie zamieszkania. Może zapisać się na poradę w najbardziej dogodnym dla niego miejscu w Polsce.

Sprawdź dostępność punktów nieodpłatnej pomocy i zapisz się na poradę przez stronę:



<https://zapisy-np.ms.gov.pl/>

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA

Punkty nieodpłatnej pomocy prawnej w Olsztynie:

MIEJSKI OŚRODEK PORADNICTWA SPECJALISTYCZNEGO I SOCJALNEGO

ul. Gietkowska 9 I
tel.: +48 (89) 521 04 53
godziny przyjęć:
poniedziałek, wtorek.: 9.00-13.00
środa: 7.30-15.30
czwartek: 11.00-15.00
Pomoc prawna świadczona przez
adwokatów i radców prawnych.

ZESPÓŁ SZKÓŁ OGÓLNOKSZTAŁCĄCYCH NR 4

ul. Edwarda Turowskiego 3
tel.: +48 (89) 542 82 14 w. 40
godziny przyjęć:
wtorek - piątek: 12.00-20.00
sobota: 8.00-12.00 oraz 12.30-16.30.
Punkt prowadzony przez Fundację
Inicjatywa Kobiet Aktywnych.

URZĄD MIASTA OLSZTYNA

ul. Wyzwolenia 30, pok. 19
tel.: 89 527 31 11 w. 544
godziny przyjęć:
poniedziałek: 8.00-12.00
oraz 12.30-16.30,
wtorek-piątek: 7:30-11.30
oraz 12.00-16.00.
Punkt prowadzony przez Fundację
Togatus Pro Bono.

MIEJSKI ZESPÓŁ DS. NIEPEŁNOSPRAWNYCH

ul. Prosta 23A
tel.: +48 (89) 527 90 59
lub +48 (89) 535 25 59 w. 24.
godziny przyjęć:
poniedziałek: 8.00-16.00
wtorek-piątek: 7:30-15.30.
Pomoc prawna świadczona przez
adwokatów i radców prawnych.

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA

Punkty nieodpłatnej pomocy prawnej w Elblągu:

URZĄD MIEJSKI W ELBLĄGU

ul. Kosynierów Gdyńskich 42,

pokój nr 1 godziny przyjęć:
środa - czwartek: 8:00-15:00
piątek: 08:00-14:00

Porad udziela adwokat.

pokój Nr 10 godziny przyjęć:
poniedziałek - piątek: 07:30-11:30
Porad udziela radca prawny

pokój Nr 10 godziny przyjęć:
poniedziałek - piątek: 11:30-15:30
Porad udziela radca prawny
oraz magister prawa.

Punkt prowadzony przez Stowarzyszenie Obywatelskiej Pomocy Prawnej z Olsztyna.

FORMA ZAPISU W ELBLĄGU:

Porady odbywają się w systemie stacjonarnym po uprzednim umówieniu wizyty. Zgłoszeń należy dokonać na adres:

 <https://www.powiat.elblag.pl/pl/nieodplatna-pomoc-prawna>

lub telefonicznie pod numerem:
+48 (55) 221 22 22, w godzinach pracy Urzędu Miejskiego w Elblągu.

Punkty nieodpłatnej pomocy prawnej w Ełku:

EŁK

ul. Kościuszki 28A, lok.4 19-300 Ełk
godziny przyjęć:
poniedziałek - piątek: 11:00-15:00
Pomoc prawna świadczona przez adwokatów.

ul. Małeckich Jana i Hieronima 3/6 19-300 Ełk

godziny przyjęć:
poniedziałek - piątek: 13:00-17:00
Pomoc prawna świadczona przez radców prawnych.

FORMA ZAPISU W EŁKU:

Porady odbywają się w systemie stacjonarnym po uprzednim umówieniu wizyty. Termin wizyty ustalany jest telefonicznie:

+48 (87) 615 65 30

poniedziałek - piątek
w godz. 10:00-14:00

lub poprzez e-mail:

<https://powiat.elk.pl/> . 



Możliwość korzystania z pomocy społecznej w Polsce zależy od statusu prawnego cudzoziemca. Co do zasady, ze wsparcia instytucji pomocowych mogą skorzystać osoby, które posiadają prawo stałego pobytu w Polsce (kartę stałego pobytu, rezydenta długoterminowego UE, status uchodźcy lub ochronę uzupełniającą), a także niektóre osoby posiadające zezwolenie na pobyt czasowy (zależy to od podstawy wydania tego zezwolenia)

Inne osoby posiadające zezwolenie na czasowy pobyt w Polsce mają prawo do pomocy w postaci schronienia lub żywności (w niektórych przypadkach).

System wsparcia w województwie warmińsko-mazurskim obejmuje kilkadziesiąt rodzajów placówek i usług. Poniżej znajdują się placówki w trzech największych miastach województwa: Olsztynie, Elblągu i Ełku, które świadczą pomoc społeczną.

CENTRUM POMOCY UCHODźCOM I MIGRANTOM – CARITAS OLSZTYN

ul. Świętej Barbary 2, 10-026 Olsztyn

tel.: +48 783 200 215

Punkt czynny jest od wtorku do soboty w godzinach od 10:00 do 16:00.

Placówka prowadzona przez Caritas Olsztyn zapewnia bezpłatną pomoc w znalezieniu pracy i mieszkania, nauce języka polskiego, tłumaczeniu dokumentów urzędowych, wsparcie psychologiczne i prawne. Pracownicy i wolontariusze dzielą się z potrzebującymi życzliwością i ciepłem, prowadząc zajęcia integracyjne dla najmłodszych.

STOWARZYSZENIE SALA PARAFIALNA

ul. Lubelska 12, 10-405 Olsztyn

tel.: +48 510 248 902

tel.: +48 510 919 710

Punkt czynny we wtorki od 14:00 do 17:00



POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE

Instytucja publiczna działająca na terenie powiatu. Jest to jednostka samorządu terytorialnego, która zajmuje się wspieraniem rodzin, osób samotnych, bezdomnych oraz osób zagrożonych wykluczeniem społecznym. Świadczy szeroki zakres usług, m.in. udzielanie pomocy materialnej, pomoc w znalezieniu schronienia dla osób bezdomnych, wsparcie w kwestiach związanych z wychowaniem dzieci, poradnictwo prawne i psychologiczne, orzecznictwo o niepełnosprawności jak również informacje na temat DPS-ów oraz ochrony Cudzoziemców.

POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE W OLSZTYNIE

ul. Bałtycka 65, 10-175 Olsztyn, tel.: +48 (89) 544 38 00,
e-mail: pcpr@powiat-olsztynski.pl
pl. Bema 5, 10-516 Olsztyn, tel.: +48 (89) 523 28 00
e-mail: pcpr@powiat-olsztynski.pl
godziny pracy: poniedziałek-piątek: 07:00-15:00

POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE W ELBLĄGU

ul. Komeńskiego 40, 82-300 Elbląg
tel.: +48 (55) 233 62 82 wew. 11
e-mail: sekretariat@pcprelblag.pl
godziny pracy: poniedziałek, wtorek i czwartek: 07:30-15:30
środa: 07:30-17:00, piątek: 07:30-14:00

POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE W EŁKU

ul. Piłsudskiego 5, 19-300 Ełk
tel.: +48 (87) 621 15 50
godziny pracy: poniedziałek-piątek: 07:00-15:00

OŚRODKI POMOCY SPOŁECZNEJ

Ośrodki Pomocy Społecznej udzielają wsparcia migrantom i migrantkom, w ramach możliwości, które określa ustawa o pomocy społecznej (czyli w zależności od statusu prawnego danej osoby).

Ośrodki Pomocy Społecznej działają na terenie każdej dzielnicy. Mogą udzielać wsparcia wyłącznie mieszkańcom danej dzielnicy. Głównym celem ich działalności jest udzielanie pomocy rodzinom oraz osobom indywidualnym, które to z różnych przyczyn znalazły się w ciężkiej sytuacji, bądź też nie potrafią samodzielnie jej przezwyciężyć zważywszy na posiadane ograniczone uprawnienia, umiejętności oraz środki finansowe. Pracownicy ośrodków wykonują zadania mające na celu poprawę obecnej sytuacji życiowej zgłaszających się osób.

Listę z adresami i kontaktami wszystkich OPS województwa warmińsko-mazurskiego znajdziesz tutaj:

 <https://800100100.pl/files/upl/OPS%20wojew%C3%B3dztwo%20warmi%C5%84sko-mazurskiego.pdf>



OŚRODKI POMOCY SPOŁECZNEJ

MIEJSKI OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ W OLSZTYNIE

al. Marszałka Józefa Piłsudskiego 61A, 10-499 Olsztyn

tel.: +48 (89) 534 04 14

e-mail: biuro@mopsolsztyn.pl

godziny pracy: poniedziałek-piątek: 07:15-15:15

MIEJSKI OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ W ELBLĄGU

MOPS w Elblągu reprezentowany jest przez dwie placówki zajmujące się udzielaniem pomocy osobom najbardziej potrzebującym. Jedną z placówek jest Elbląskie Centrum Usług Społecznych, natomiast drugą Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej. Ze świadczeń oferowanych przez instytucje związane w elbląskim MOPS-em może skorzystać każda osoba znajdująca się w trudnej sytuacji.

ELBLĄSKIE CENTRUM USŁUG SPOŁECZNYCH

Winna 9, 82-300 Elbląg

tel.: +48 (55) 625 61 00

godziny pracy: poniedziałek – piątek: 7:30 – 15:30

GMINNY OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ W ELBLĄGU

Browarna 85, 82-300 Elbląg

tel. +48 (55) 237 10 65

MIEJSKI OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ W EŁKU

ul. Piłsudskiego 8, 19-300 Ełk

tel.: +48 (87) 732 67 18, 87 732 64 49

e-mail: sekretariat@mops.elk.pl

godziny pracy: poniedziałek: 08:00-16:00, wtorek – piątek: 07:00-15:00



KARTA DUŻEJ RODZINY

Rodziny wychowujące co najmniej troje niepełnoletnich dzieci, które posiadają pobyt stały w Polsce, mają możliwość złożyć wniosek o Kartę Dużej Rodziny. Kartę przyznaje wójt, burmistrz lub prezydent miasta na wniosek członka rodziny wielodzietnej. Jej posiadanie daje prawo do wielu zniżek. Wniosek o przyznanie Karty Dużej Rodziny można pobrać w gminie odpowiadającej miejscu zamieszkania lub na stronie internetowej



<https://gov.pl/web/gov/uzyskaj-karte-duzej-rodziny>

Więcej informacji:



<https://www.gov.pl/web/uw-warminsko-mazurski/karta-duzej-rodziny>



INTERWENCJA KRYZYSOWA



Jeśli doświadczasz przemocy lub z innych powodów znajdujesz się w kryzysie wywołanym nagłą sytuacją możesz skorzystać z pomocy psychologicznej, prawnej, socjalnej i medycznej w jednym z wielu ośrodków interwencji kryzysowej na terenie województwa warmińsko-mazurskiego. Instytucje te udzielają pomocy w rozwiązywaniu problemów rodzinnych, przemocy domowej, agresji jak również w wykorzystywaniu seksualnym dzieci. Niektóre dysponują hostelami, w których osoba pokrzywdzona uzyska schronienie.

OŚRODEK INTERWENCJI KRYZYSOWEJ DLA KOBIET I ICH DZIECI OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE

ul. Grunwaldzka 45, 10-125 Olsztyn
tel.: +48 (89) 535-01-66
e-mail: olsztyn@caritas.pl
Czynny: 08:00-16:00, hostel całodobowo

POWIATOWY OŚRODEK INTERWENCJI KRYZYSOWEJ

ul. Bałtycka 65, 10-175 Olsztyn
tel.: +48 (89) 544 38 00
kom.: 665 237 899
e-mail: pcpr@powiat-olsztynski.pl
Podmiot prowadzący: Powiatowe
Centrum Pomocy Rodzinie w Olsztynie

SPECJALISTYCZNY OŚRODEK WSPARCIA DLA OSÓB DOZNAJĄCYCH PRZEMOCY DOMOWEJ

ul. Bałtycka 37A, 10-144 Olsztyn
tel.: +48 (89) 527 57 11
Czynny całą dobę

OŚRODEK INTERWENCJI KRYZYSOWEJ PRZY DOMU POMOCY SPOŁECZNEJ NOWA WIEŚ EŁCKA

ul. Lipowa 1, 19-300 Ełk
tel.: +48 (87) 619 77 70
e-mail: dpsnwe@fantex.pl
Podmiot prowadzący: Powiatowe
Centrum Pomocy Rodzinie w Ełku

OŚRODEK WSPARCIA I INTERWENCJI KRYZYSOWEJ. DOM DLA MATEK Z MAŁOLETNIMI DZIEĆMI I KOBIET W CIĄŻY

ul. Nowodworska 49, 82-300 Elbląg
tel.: +48 55 233 80 79
Czynny całą dobę 7 dni w tygodniu



POMOC DLA DZIECI

OŚRODKI WSPARCIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

To placówki, które oferują różnorodne formy pomocy i wsparcia dla młodych osób oraz ich rodzin. Ich głównym celem jest wspieranie rozwoju dzieci i młodzieży, zwłaszcza tych, które mają trudności w funkcjonowaniu społecznym, edukacyjnym lub emocjonalnym. Ośrodki świadczą wsparcie m.in. w nauce, organizacji zajęć wyrównawczych, korepetycjach, prowadzą terapie indywidualne i grupowe, realizują warsztaty artystyczne, sportowe jak również pomagają w rozwijaniu umiejętności interpersonalnych. Pobyt w takich ośrodkach jest zazwyczaj bezpłatny i dobrowolny, choć w niektórych przypadkach może być zalecany przez sąd.

Działania z zakresu pomocy społecznej i wsparcia dzieci i młodzieży realizują również organizacje pozarządowe, o których piszemy w naszym informatorze.

OŚRODEK WSPARCIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

ul. Rzepakowa 12, 10-845 Olsztyn

tel. +48 (89) 521 04 54

Godziny otwarcia: poniedziałek-piątek: 08:00-18:00

OŚRODEK WSPARCIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

ul. Wiecherta 23a, 10-691 Olsztyn

tel. +48 (89) 541 90 58

godziny otwarcia: poniedziałek-piątek: 07:00-15:00

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MŁODZIEŻOWY OŚRODEK TERAPEUTYCZNY KARAN, DOM ZACHEUSZA" (ośrodek stacjonarny)

ul. Królewiecka 197, 82-300 Elbląg

tel.: +48 885 411 275

e-mail: karan@karan.elblag.pl

CENTRUM POMOCY DZIECIOM W OLSZTYNIE STOWARZYSZENIE „ARKA”

ul. Niepodległości 85, 10-046 Olsztyn

telefon: +48 789 880 216

e-mail: cpd.wsparcie@gmail.com

 <https://www.cpd.olsztyn.pl>



POMOC

POMOC DLA OFIAR HANDLU LUDŹMI

Jeżeli jesteś zmuszany/a do pracy wbrew swojej woli; jeśli wiesz o osobie, która doświadcza takiej sytuacji – możesz zadzwonić na policję lub skontaktować się z Fundacją La Strada.

FUNDACJA LA STRADA

tel. +48 605 687 750

 <https://www.strada.org.pl/>

POLICJA

KOMENDA WOJEWÓDZKA POLICJI W OLSZTYNIE

10-521 Olsztyn, ul. Partyzantów 6/8

tel. +48 (47) 73 152 90

e-mail: komendant@ol.policja.gov.pl

 <https://warminsko-mazurska.policja.gov.pl>

WAŻNE TELEFONY ALARMOWE

Telefon alarmowy..... **112**

Pogotowie Ratunkowe... **999**

Straż Pożarna..... **998**

Policja..... **997**

Straż Miejska..... **986**

Pogotowie gazowe..... **992**

ORGANIZACJE POZARZĄDOWE

Organizacje pozarządowe (NGO, ang. Non-Governmental Organizations) istnieją z kilku kluczowych powodów, które wynikają z potrzeb społecznych, ekologicznych, humanitarnych i innych, których często nie zaspokajają instytucje państwowe ani sektor prywatny.

Organizacje, które mają w swoich celach statutowych: ochronę praw człowieka, pomoc humanitarną, edukację, rozwój społeczny, wzmacnianie społeczeństwa obywatelskiego, ochronę środowiska czy walkę z ubóstwem i wykluczeniem społecznym mogą okazać się dobrym, bliskim adresem w najbliższej okolicy, gdzie można udać się po wsparcie.

Dzięki swojemu niezależnemu charakterowi, NGO mogą działać tam, gdzie inne instytucje zawodzą lub gdzie ich działalność jest ograniczona.

WYBRANE ORGANIZACJE POZARZĄDOWE Z WOJEWÓDZTWA WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO WSPIERAJĄCE MIGRANTÓW I MIGRANTKI:

BANK ŻYWNOŚCI W OLSZTYNIE

(pomoc żywnościowa, wsparcie specjalistów, edukacja, praca, integracja)

ul. Marka Kotańskiego 1, 10-166 Olsztyn

+48 662 122 009

e-mail: bz.olsztyn@bankizywnosci.pl

 <https://olsztyn.bankizywnosci.pl/>

FUNDACJA BORUSSIA

(edukacja międzykulturowa,

budowanie tolerancji, kultura, tożsamość)

ul. Zyndrama z Maszkowic 2, 10-133 Olsztyn

e-mail: sekretariat@borussia.pl

tel. +48 (89) 523 72 93

 <https://borussia.pl/>

FUNDACJA HOVERLA

ul. Sokola 6c, 11-041 Olsztyn

 <https://fundacjahoverla.pl/>

telefon +48 796 986 470

e-mail: fundacja.hoverla@gmail.com

ORGANIZACJE POZARZĄDOWE

HUFIEC ZHP WARMIŃSKI

ul. 11 Listopada 4/11, 10-104 Olsztyn

email: warminski@zhp.pl

+48 728 336 890

 <https://warminski.zhp.pl/>

POLSKI CZERWONY KRZYŻ WARMIŃSKO-MAZURSKI ODDZIAŁ OKRĘGOWY

Plac Konsulatu Polskiego 1, 10-532 Olsztyn

e-mail: olsztyn@pck.pl

 **www:** <https://pck.olsztyn.pl/>

Sekretariat: +48 (89) 527 23 93

ZWIĄZEK UKRAIŃCÓW W POLSCE ODDZIAŁ W OLSZTYNIE

ul. Parkowa 1/50, 10-233 Olsztyn

e-mail: olsztyn@ukraincy.org.pl

 **Facebook:** [oupolsztyn
ukraincy.org.pl/](https://www.facebook.com/oupolsztynukraincy.org.pl/)

ZWIĄZEK UKRAIŃCÓW W POLSCE ODDZIAŁ W ELBLĄGU

ul. Grunwaldzka 31, 82-300 Elbląg

e-mail: elblag@ukraincy.org.pl

tel. +48 (55) 233 41 11

ZWIĄZEK UKRAIŃCÓW W POLSCE ZARZĄD ODDZIAŁU MAZURSKIEGO

ul. Gdańska 11/2, 11-500 Giżycko

tel. +48 502 535 696

e-mail: mazury@ukraincy.org.pl

 **Facebook:** [zup.gizycko](https://www.facebook.com/zup.gizycko)

ORGANIZACJE POZARZĄDOWE

CARITAS ARCHIDIECEZJI WARMIŃSKIEJ

(wsparcie doraźne, żywność, praca, pomoc medyczna i rzeczowa)

ul. Grunwaldzka 45, 10-125 Olsztyn

tel.: +48 (89) 523 64 02, +48 (89) 523 64 02

e-mail: olsztyn@caritas.pl



<https://www.olsztyn.caritas.pl>

FEDERACJA ORGANIZACJI SOCJALNYCH WOJEWÓDZTWA WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO FOSA

(wsparcie psychologiczne, prawne, językowe, działania integrujące, aktywizacja społeczna i zawodowa. Regionalna Strefa pomocy - kompleksowe wsparcie dla rodzin z osobą zależną, Szkoła opiekunów, Rzecznik praw osób starszych, treningowe centrum wsparcia.)

ul. Linki 3/4, 10-535 Olsztyn

+48 (89) 523 60 92, +48 503 466 700

e-mail: biuro@federacjafosa.pl



<https://www.federacjafosa.pl>

STOWARZYSZENIE SALA PARAFIALNA

(konwoje humanitarne, zajęcia, zbiórki żywności, integracja, zajęcia)

ul. Lubelska 12, 10-405, Olsztyn

e-mail: salaparafialna12@gmail.com

tel.: +48 510 919 710; +48 796 986 470



Fb: zbiórka sala parafialna

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100079253701659>

СПІЛКА ЖІНОК УКРАЇНИ „ДВА КРИЛА” / FUNDACJA „DWA SKRZYDŁA UA”

(wsparcie doraźne, warsztaty, pomoc specjalistów, edukacja, tożsamość, integracja)

ul. 1 maja 13/803, Olsztyn, Poland

tel.: +48 726 306 903

e-mail: dwaskrzydlaua@gmail.com



<https://www.facebook.com/dwaskrzydlaOlsztyn/>

RZECZNIK PRAW OSÓB STARSZYCH

Federacja FOSa od 2010 roku prowadzi Biuro Rzecznika Praw Osób Starszych, które jest centrum działalności na rzecz godności i praw seniorów. Jego głównym celem jest edukacja i eliminacja przypadków dyskryminacji wobec seniorów na terenie naszego województwa.

Od samego początku działalności Biura rolę Rzecznika pełni Stanisław Brzozowski - emerytowany dziennikarz związany z Federacją Organizacji Socjalnych FOSa w Olsztynie. W działaniach rzeczniczych wspiera go 2 zastępców – Krzysztof Marusiński (subregion ełcki) oraz Urszula Wolna (subregion elbląski).

Rzecznicy prowadzą dyżury poradnicze dla osób starszych, podejmują interwencje w momencie naruszenia ich praw, zajmują się wspieraniem inicjatyw środowiskowych na rzecz osób starszych, współpracą z lokalnymi władzami. Działania Rzeczników przyczyniają się do zmiany postrzegania osób starszych w społeczeństwie, łamiąc tym samym stereotypy. Wspierają oni propagowanie wszelkich form aktywności osób starszych (kulturalnych, edukacyjnych, sportowych). Nagłaśniają te kwestie w mediach, na konferencjach, udzielają wywiadów dla prasy, radia. Więcej na ten temat działań Federacji FOSa na rzecz osób starszych znajdziesz na stronie <https://potrzebni.org.pl/> 

Kontakt do Rzeczników:

STANISŁAW BRZozowski – OLSZTYN

Rzecznik Praw Osób Starszych Województwa Warmińsko-Mazurskiego

Dyżury: poniedziałki i środy 09.00-11.00

ul. B. Linki 3/4 Olsztyn (IV piętro)

tel. +48 (89) 523-60-92, kom. +48 601 558 143

e-mail: rzecznik@federacjafosa.pl

KRZYSZTOF MARUSIŃSKI – ORZYSZ Zastępca Rzecznika – podregion ełcki

Dyżury: poniedziałki 17.00-19.00

Wojska Polskiego 9a Orzysz

tel.: +48 796 140-648

e-mail: k.marusinski@federacjafosa.pl

URSZULA WOLNA – ELBLĄG Zastępczyni Rzecznika – podregion elbląski

Dyżury: czwartki 10.00-12.00

ul. Związku Jaszczurczego 17 (siedziba ESWIP)

tel.: +48 601 694 717

e-mail: rzecznik.elblag@federacjafosa.pl



EDUKACJA

W Polsce każde dziecko do 18 roku życia jest objęte obowiązkiem edukacji – niezależnie od statusu prawnego i obywatelstwa rodziców. Olsztyn i inne większe miasta w woj. warmińsko-mazurskim (np. Elbląg, Ełk) oferują możliwości edukacji na każdym poziomie. Działają też szkoły dla dorosłych. Dziecko i rodzice mogą wybrać szkołę, do której chcą posłać dziecko. Natomiast szkoła może zdecydować, czy przyjmie dziecko, w zależności od tego, czy ma wolne miejsce w klasie. Jednakże nie może odmówić przyjęcia dziecka szkoła „rejonowa” – to znaczy taka, do której przynależy dziecko ze względu na miejsce zamieszkania.

Oprócz szkół publicznych prowadzonych przez państwo, działają też szkoły prywatne i społeczne (oba rodzaje to szkoły odpłatne).

Wyszukiwarka Rejestru Szkół i Placówek Oświatowych

TUTAJ MOŻNA ZNALEŹĆ ADRESY SZKÓŁ W CAŁYM WOJEWÓDZTWIE:

 <https://rspo.gov.pl/>
Procedurę uznawania zagranicznych świadectw szkolnych lub innych dokumentów potwierdzających wykształcenie MOŻNA ZNALEŹĆ TUTAJ:

 <https://www.ko.olsztyn.pl/category/uznawanie-wyksztalcenia-uzyskanego-za-granica/>

Więcej informacji na temat kwestii edukacji MOŻNA ZNALEŹĆ TUTAJ:

 <https://www.ko.olsztyn.pl/>

NAUKA JĘZYKA POLSKIEGO

W województwie warmińsko-mazurskim istnieje kilka organizacji pozarządowych, które prowadzą kursy bezpłatne lub częściowo płatne. Zajęcia odbywają się w zależności od otrzymanych dofinansowań więc warto na bieżąco śledzić informację o rozpoczętych kursach – kontakty do organizacji pozarządowych działających na terenie województwa, wspierające osoby migranckie znajdują się w części ORGANIZACJE POZARZĄDOWE. Płatne kursy organizują w województwie lokalne prywatne szkoły językowe, a także Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie, poprzez działania Centrum Kultury i Języka Polskiego dla Cudzoziemców, którego ofertę poznacie pod linkiem:

 <https://www.uwm.edu.pl/okjp/eng-pol/pol1-kontakt.htm>



WOLONTARIAT

Wolontariat na Warmii i Mazurach oferuje mieszkańcom regionu możliwość zaangażowania się w różnorodne działania społeczne, kulturalne, edukacyjne oraz ekologiczne. Wolontariusze mogą uczestniczyć w projektach wspierających lokalne społeczności, pomagając seniorom, osobom z niepełnosprawnościami, a także biorąc udział w wydarzeniach kulturalnych i sportowych.

FEDERACJA ORGANIZACJI SOCJALNYCH

WOJEWÓDZTWA WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO FOSa

Federacja Organizacji Socjalnych Warmii i Mazur angażuje wolontariuszy w różne działania społeczne i pomocowe, w tym wolontariat senioralny.

 <https://www.federacjafosa.pl>

REGIONALNE CENTRUM WOLONTARIATU W ELBLĄGU

Koordynuje wolontariat w Elblągu i okolicach, wspierając lokalne inicjatywy i organizacje.

 <https://www.wolontariat.org.pl/elblag>

STOWARZYSZENIE ESWIP

(ELBLĄSKIE STOWARZYSZENIE WSPIERANIA INICJATYW POZARZĄDOWYCH)

Angażuje wolontariuszy w projekty społeczne, kulturalne i edukacyjne na terenie Elbląga i okolic.

 <https://eswip.pl>

FUNDACJA „PRZYSZŁOŚĆ DLA DZIECI”

Organizuje wolontariat na rzecz dzieci z Warmii i Mazur, wspierając ich rozwój i edukację.

 <https://przyszloscdladzieci.org>



WOLONTARIAT

FUNDACJA ALBATROS

Działa na rzecz ochrony ptaków wodnych i ich siedlisk w regionie. Wolontariusze mogą angażować się w badania terenowe oraz działania edukacyjne.

 [https:// fundacja-albatros.org.pl](https://fundacja-albatros.org.pl)

CARITAS ARCHIDIECEZJI WARMIŃSKIEJ

Organizacja kościelna oferująca różnorodne formy wolontariatu, w tym pomoc osobom starszym, chorym oraz wsparcie dla rodzin w trudnej sytuacji. Wolontariat Caritas Archidiecezji Warmińskiej – Caritas Archidiecezji Warmińskiej Charytatywna i humanitarna działalność dla realizacji potrzeb duchowych i materialnych człowieka.

 <https://caritas.pl/diecezje/caritas-archidiecezji-warminskiej/>

FUNDACJA „KÓŁKO GRANIASTE”

Organizacja zajmująca się edukacją i promocją zdrowego stylu życia, angażująca wolontariuszy w projekty związane z edukacją dzieci i młodzieży.

 <https://kolkograniaste.pl>





Publiczny system ochrony zdrowia w Polsce działa w oparciu o ubezpieczenie – składki odprowadzane do Zakładu Ubezpieczeń Społecznych (więcej na ten temat w rozdziale o ZUS). W państwowych szpitalach i przychodniach można skorzystać z bezpłatnej pomocy tylko wtedy, gdy chory posiada ubezpieczenie zdrowotne. Bezpłatna dla wszystkich jest tylko pomoc ratująca życie.

Wielu Polaków korzysta także z odpłatnych usług medycznych.

POGOTOWIE RATUNKOWE

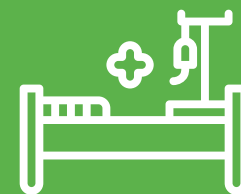
Gdy potrzebna jest natychmiastowa pomoc i czyjeś życie jest zagrożone, należy zadzwonić na jeden z dwóch numerów ratunkowych: 999 lub 112.

999 – to numer alarmowy pogotowia ratunkowego. Połączenie odbiera bezpośrednio dyspozytor medyczny.

112 – to jednolity numer alarmowy, obowiązujący w całej Unii Europejskiej.

Numer 112 służy do powiadamiania w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia, ale także mienia. Operator numeru 112 po rozmowie z Tobą powiadomi odpowiednie służby: pogotowie, straż pożarną, policję, służby ratownictwa wodnego itp. Może także połączyć Cię bezpośrednio z właściwą służbą.

Uwaga: za bezzasadne wezwanie karetki pacjent może otrzymać rachunek! W województwie warmińsko-mazurskim funkcjonuje wiele szpitali, w tym liczne szpitale specjalistyczne. Z wyjątkiem sytuacji nagłych korzystanie ze szpitali jest możliwe po skierowaniu od lekarza rodzinnego lub lekarza specjalisty.



Wybrane szpitale:

WOJEWÓDZKI SZPITAL SPECJALISTYCZNY W OLSZTYNIE

ul. Żołnierska 18, 10- 561 Olsztyn

 **<https://www.wss.olsztyn.pl>**

Sekretariat: +48 (89) 53 86 550, e-mail: szpital@wss.olsztyn.pl

Izba Przyjęć: +48 (89) 538 63 02/89 538 63 33

Kliniczny szpitalny oddział ratunkowy:

tel. +48 (89) 538 65 11, +48 (89) 538 64 32, +48 (89) 538 63 02

Informacja/centrala szpitalna: +48 (89) 538 63 56, +48 (89) 538 65 98

Rejestracja do Poradni Specjalistycznych: +48 (89) 544 42 00

MIEJSKI SZPITAL ZESPOLONY W OLSZTYNIE

ul. Niepodległości 44, 10-045 Olsztyn

al. Wojska Polskiego 30, 10-229 Olsztyn (filia)

 **<https://www.szpital.olsztyn.pl>**

Sekretariat: +48 (89) 532 62 63, e-mail: sekretariat@szpital.olsztyn.pl

Informacja: +48 (89) 532 63 37

Izba przyjęć: +48 (89) 532 62 05

Rejestracja na operację zaćmy: +48 (89) 678 66 21

Rejestracja do Poradni Specjalistycznych: +48 (89) 532 62 97

SZPITAL KLINICZNY MINISTERSTWA SPRAW WEWNĘTRZNYCH I ADMINISTRACJI Z WARMIŃSKO - MAZURSKIM CENTRUM ONKOLOGII W OLSZTYNIE

al. Wojska Polskiego 37, 10-228 Olsztyn

 **<https://www.poliklinika.net>**

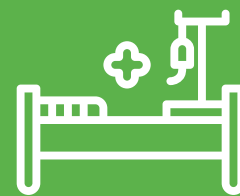
Sekretariat: +48 (89) 539 82 40, e-mail: sekretariat@poliklinika.net

Informacja: +48 (89) 539 84 28

Centrala: +48 (89) 539 80 00/89 539 84 02

Izba Przyjęć: +48 (89) 539 88 21/89 539 88 26

Kliniczny szpitalny oddział ratunkowy: +48 (89) 539 82 00



SZPITALE

UNIWERSYTECKI SZPITAL KLINICZNY W OLSZTYNIE

al. Warszawska 30, 10-082 Olsztyn

 **<https://www.szpital.uwm.edu.pl>**

Sekretariat: +48 (89) 524 53 54, e-mail: kancelaria@szpital.uwm.edu.pl

Główny numer do szpitala: +48 (89) 524 53 50

Izba Przyjęć: +48 (89) 524 54 01

Poradnie specjalistyczne: +48 (89) 524 53 95

WARMIŃSKO – MAZURSKIE CENTRUM CHOROÓB PŁUC W OLSZTYNIE

ul. Jagiellońska 78, 10-357 Olsztyn

 **<https://www.pulmonologia.olsztyn.pl>**

Sekretariat: +48 (89) 532 29 01, e-mail: sekretariat@wmccp.pl

Rejestracja: +48 (89) 532 29 49 / +48 (89) 532 29 50

Informacja: +48 (89) 532 29 00

WOJEWÓDZKI ZESPÓŁ LECZNICTWA PSYCHIATRYCZNEGO W OLSZTYNIE

al. Wojska Polskiego 35, 10-228 Olsztyn

 **<https://www.wzlp.pl>**

Sekretariat: +48 (89) 678 53 99 e-mail: sekretariat@wzlp.pl

Informacja szpitala: +48 (89) 678 53 53

Izba Przyjęć: +48 (89) 678 53 73

Zespół Poradni Specjalistycznych: +48 (89) 678 53 57, +48 (89) 678 53 18

WOJEWÓDZKI SPECJALISTYCZNY SZPITAL DZIECIĘCY W OLSZTYNIE

ul. Żołnierska 18a, 10-561 Olsztyn

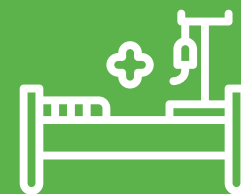
 **<https://www.wssd.olsztyn.pl>**

Sekretariat: +48 (89) 539 34 55, e-mail: sekretariat@wssd.olsztyn.pl

Informacja: +48 (89) 539 33 03 (w godz. 10:00-20:00)

Szpitalny Oddział Ratunkowy: +48 (89) 539 33 05

Rejestracja Przychodni Specjalistycznej: +48 (89) 539 32 00 (w godz. 07:00-18:00)



SZPITALE

WOJEWÓDZKI SZPITAL ZESPOLONY W ELBLĄGU

ul. Królewiecka 146, 82-300 Elbląg

 <https://www.szpital.elblag.pl>

Sekretariat: +48 (55) 239 59 00, e-mail: sekretariat@szpital.elblag.pl

Izba Przyjęć: +48 (55) 239 57 11, +48 (55) 239 58 11, +48 (55) 239 59 11

SZPITAL MIEJSKI ŚW. JANA PAWŁA II W ELBLĄGU

ul. Jana Amosa Komeńskiego 35, 82-300 Elbląg

 <https://www.szpitalspecjalistyczny.elblag.pl>

Sekretariat: +48 (55) 239 44 02, e-mail: sekretariat.ess@elblag.com.pl

Izba Przyjęć: +48 (55) 239 46 93

WOJSKOWY SZPITAL KLINICZNY Z POLIKLINIKĄ SPZOZ W LUBLINIE – FILIA W EŁKU

ul. Kościuszki 30, 19-300 Ełk

 <https://www.1wszk.elk.pl>

Sekretariat: 261 332 803, e-mail: sekretariat@1wszk.elk.pl

Rejestracja Specjalistyczna: +48 (87) 621 03 10

Izba Przyjęć: 261 332 923

Szpitalny /oddział Ratunkowy: 261 332 914

SZPITAL PRO – MEDICA W EŁKU

ul. Baranki 24, 19-300 Ełk

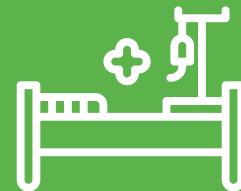
 <https://www.promedica.elk.com.pl>

Sekretariat: +48 (87) 621 96 20

Informacja: +48 (87) 620 95 71

Izba Przyjęć: +48 (87) 620 95 90

 <https://www.gov.pl/web/uw-warminsko-mazurski/wykaz-szpitali-wpisanych-do-rejestru-wojewody-warminsko-mazurskieg>



SZPITALNY ODDZIAŁ RATUNKOWY (SOR)

Do Szpitalnego Oddziału Ratunkowego należy zgłosić się tylko w sytuacji stanu nagłego zagrożenia zdrowia lub życia. Jest to stan, który wymaga natychmiastowej diagnostyki i leczenia a którego bezpośrednim skutkiem może być poważne uszkodzenie funkcji organizmu, m.in. złamanie, zranienie, zawał, udar.

Lista szpitalnych oddziałów ratunkowych jest na stronie wojewódzkiego oddziału NFZ jak również w linku poniżej:

 <https://www.naglapomoc.pl/pomoc/sor/warminsko-mazurskie/>

NOCNA I ŚWIĄTECZNA OPIEKA ZDROWOTNA

To świadczenia w zakresie podstawowej opieki zdrowotnej udzielane od poniedziałku do piątku w godzinach od 18.00 do 8.00 dnia następnego oraz całodobowo w dni ustawowo wolne od pracy.

W razie nagłego zachorowania lub nagłego pogorszenia stanu zdrowia pacjent może udać się po pomoc do dowolnego punktu nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej, niezależnie od tego, gdzie mieszka, i do którego lekarza/pielęgniarki podstawowej opieki zdrowotnej (POZ) złożył swoją deklarację. Dyżurujący lekarz udziela porad w warunkach szpitalnych, w domu pacjenta a także telefonicznie. Z pomocy lekarza i pielęgniarki w nocy, w dni wolne i w święta można skorzystać w razie: nagłego zachorowania, nagłego pogorszenia stanu zdrowia, gdy nie ma objawów sugerujących bezpośrednie zagrożenie życia lub istotny uszczerbek zdrowia.

Wykaz punktów nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej w województwie warmińsko-mazurskim znajduje się na stronie Narodowego Funduszu Zdrowia. Link poniżej:

 <https://www.nfz-olsztyn.pl/pacjent/na-ratunek/nocna-i-swiateczna-opieka-zdrowotna/>



PRZYCHODNIE ZDROWIA

POZ (Podstawowa Opieka Zdrowotna) to inaczej przychodnie zdrowia – tutaj znajdziesz lekarza rodzinnego, pediatrę, lekarza pierwszego kontaktu czy dentystę. W województwie warmińsko-mazurskim jest wiele placówek Podstawowej Opieki Zdrowotnej, które działają jako podmioty publiczne lub prywatne, ale zakontraktowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia. Z obu form placówek POZ mogą korzystać osoby, które opłacają (samodzielnie lub przez pracodawcę) składkę zdrowotną – są ubezpieczone.

Po uzyskaniu ubezpieczenia warto zgłosić się do przychodni zdrowia i zarejestrować się jako pacjent w tej przychodni, z której wygodnie nam skorzystać (blisko miejsca zamieszkania, albo blisko miejsca pracy czy dogodnej z innych względów). W ciągu roku można trzy razy bezpłatnie zmienić lekarza rodzinnego.

Interaktywna mapa świadczeń podstawowej opieki zdrowotnej dostępna jest na stronie Narodowego Funduszu Zdrowia Warmińsko-Mazurskiego oddziału w Olsztynie:

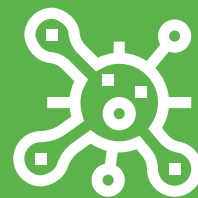


<https://www.nfz-olsztyn.pl/pacjent/jak-sie-leczyc/>

Bazę placówek, które świadczą usługi medyczne dla osób ubezpieczonych i mają umowy z Narodowym Funduszem Zdrowia (NFZ) wraz z danymi kontaktowymi, godzinami otwarcia i lokalizacją na mapie można znaleźć za pomocą wyszukiwarki „Gdzie się leczyć”. Składa się ona z kilku elementów, które wskażą pacjentowi m.in. przychodnie i szpitale, nagłą pomoc doraźną, szpitalne oddziały ratunkowe, apteki, punkty zaopatrzenia w przedmioty ortopedyczne itp. Link do wyszukiwarki w województwie warmińsko-mazurskim znajduje się poniżej:



<https://www.gsl.nfz.gov.pl/GSL/>



SANEPID

Wojewódzka lub Powiatowa Stacja Sanitarno – Epidemiologiczna to instytucja, która odpowiada za kwestie epidemiologiczne – w kontekście epidemii, testów, kwarantanny jak również prowadzi badania konieczne do wykonywania zawodów związanych z produkcją żywności (książeczki sanepidowskie). W województwie warmińsko-mazurskim znajduje się kilka punktów SANEPID-u. Poniżej wybrane:

WOJEWÓDZKA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA W OLSZTYNIE

ul. Żołnierska 16, 10-561 Olsztyn,

tel. +48 (89) 524 83 00

e-mail: wsse.olsztyn@sanepid.gov.pl

telefon alarmowy: +48 887 436 470 (kontakt tylko poza godzinami pracy, w sytuacjach zagrażających zdrowiu i życiu ludzi wywołanych złym stanem sanitarnym lub epidemiologicznym).

Więcej informacji w linku poniżej:

 <https://www.gov.pl/web/wsse-olsztyn>

POWIATOWA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA W ELBLĄGU

ul. Królewiecka 195, 82-300 Elbląg

tel. +48 (55) 232 74 31

e-mail: psse.elblag@sanepid.gov.pl

Godziny pracy: (Pon.-Pt.) 07:30 - 15:00

Numer alarmowy: +48 723 304 366

Więcej informacji w linku poniżej:

 www.gov.pl/web/psse-elblag

POWIATOWA STACJA SANITARNO - EPIDEMIOLOGICZNA W EŁKU

ul. Toruńska 6A/1, 19-300 Ełk

Tel. +48 (87) 621 77 50

e-mail: psse.elk@sanepid.gov.pl

Numer alarmowy: +48 887 436 359

Więcej informacji w linku poniżej:

 <https://www.gov.pl/web/psse-elk>

NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ



Orzekaniem o niepełnosprawności zajmują się Powiatowe/Miejskie Zespoły ds. Orzekania o Niepełnosprawności.

MIEJSKI ZESPÓŁ DS. ORZEKANIA O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI W OLSZTYNIE

ul. Prosta 23A 10-029 Olsztyn

tel. +48 (89) 535 25 59

 <https://www.mzon.olsztyn.eu/index.php/miejski-zespol-ds-orzekania-o-niepelnosprawnosci>

POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE W OLSZTYNIE

pl. Bema 5, 10-516 Olsztyn

tel. +48 (89) 523 28 00

fax +48 (89) 523 28 02

 <https://pcpr-powiatolsztynski.pl/>

POWIATOWY ZESPÓŁ DS. ORZEKANIA O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI W ELBLĄGU

ul. Zamkowa 16A

tel.: +48 (55) 625 61 72

 <https://www.ecus.pl/powiatowy-zespol-ds-orzekania-o-niepelnosprawnosci/>

POWIATOWY ZESPÓŁ DS. ORZEKANIA O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI W EŁKU

ul. Kilińskiego 36

19-300 Ełk

tel. +48 (87) 621 64 85

tel. +48 690 336 151

 <https://www.pcpr.elk.pl/index.php/powiatowy-zespol-ds-orzekania-o-niepelnosprawnosci/kontakt-2/>

Od decyzji Powiatowych/Miejskich zespołów ds. orzekania o niepełnosprawności możesz odwołać się do Wojewódzkich Zespołów ds. Orzekania o Niepełnosprawności w Województwie Warmińsko-Mazurskim.

NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ



WOJEWÓDZKI ZESPÓŁ DO SPRAW ORZEKANIA O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI W WOJEWÓDZTWIE WARMIŃSKO-MAZURSKIM STANOWISKO W ELBLĄGU

ul. Wojska Polskiego 1, 82-300 Elbląg

tel. +48 (55) 232 74 26

obejmuje zasięgiem działania powiaty: braniewski, działdowski, ziemski elbląski i miasto Elbląg, nowomiejski, iławski i ostródzki.

WOJEWÓDZKI ZESPÓŁ DO SPRAW ORZEKANIA O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI W WOJEWÓDZTWIE WARMIŃSKO-MAZURSKIM STANOWISKO W OLSZTYNIE

ul. Dworcowa 60, 10-437 Olsztyn

tel. +48 (89) 542 65 73

obejmuje zasięgiem działania powiaty: bartoszycki, lidzbarski, nidzicki, szczycieński, ziemski olsztyński i miasto Olsztyn.

WOJEWÓDZKI ZESPÓŁ DO SPRAW ORZEKANIA O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI W WOJEWÓDZTWIE WARMIŃSKO-MAZURSKIM STANOWISKO W EŁKU

ul. Mickiewicza 15 , 19-300 Ełk

tel. +48 (87) 621 36 77

obejmuje zasięgiem działania powiaty: kętrzyński, mrągowski, piski, olecki, gołdapski, węgorzewski, giżycki i ełcki.



KOMUNIKACJA I TRANSPORT

BILETY

W Olsztynie działają autobusy i tramwaje, system elektrycznych hulajnóg. Te same bilety komunikacji miejskiej działają na autobusy i tramwaje, kursujące w obrębie Olsztyna.

Bilet można kupić w punktach obsługi klienta, biletomatach lub przez aplikacje na smartfon (np. sky cash, mobilet). Uwaga! Bilety nie są sprzedawane przez kierowców lub motorniczych. Bilet należy skasować w kasowniku po wejściu do pojazdu. Bilety uprawniające do wielokrotnych podróży wystarczy skasować podczas pierwszego przejazdu.

Informacje o rodzajach biletów można znaleźć tutaj:

 <https://olsztyn.eu/o-olsztynie.html>

OLSZTYŃSKA KARTA MIEJSKA - OKM

Osoby regularnie korzystające z transportu publicznego mogą wyrobić sobie Olsztyńską Kartę Miejską (OKM), która umożliwia zakup biletu na miesiąc, 30 dni lub bilet jednorazowy.

Wniosek o wydanie karty OKM można wypełnić i złożyć na dwa sposoby: w formie tradycyjnej - plik PDF do pobrania oraz wydrukowania:

 https://zdzit.olsztyn.eu/wp-content/uploads/2023/07/Wniosek_Olsztyska_Karta_Miejska.pdf

w formie elektronicznej - formularz on-line:

 <https://zdzit.olsztyn.eu/olsztynska-karta-miejska-przez-internet/>

Rodzaje OKM: Karta spersonalizowana (imienna) - to elektroniczna portmonetka na przejazdy jednorazowe i bilety okresowe. Spersonalizowana karta zawiera także informacje o ewentualnych ulgach bądź uprawnieniach do przejazdów bezpłatnych. Dzięki temu nie trzeba już nosić przy sobie dodatkowych dokumentów potwierdzających te przywileje. OKM imienna może być użytkowana wyłącznie przez osobę, której dane zostały zapisane na karcie.

Karta na okaziciela - to elektroniczna portmonetka na przejazdy jednorazowe i bilety okresowe. OKM na okaziciela może być użytkowana przez wiele osób.

OKM można płacić również w Strefie Płatnego Parkowania.



POSŁUGA DUCHOWA

W województwie warmińsko-mazurskim dostępne są miejsca modlitwy dla wyznawców wielu wyznań. Kościoły i związki wyznaniowe (wybrane) w województwie warmińsko-mazurskim:

ARCHIDIECEZJA WARMIŃSKA

Informacje na temat Instytucji Diecezjalnych, Ruchów i Stowarzyszeń oraz inne można znaleźć tutaj:

 <https://www.archwarmia.pl/parafie-dokumenty/>

DIECEZJA MAZURSKA KOŚCIÓŁ EWANGELICKO-AUGSBURSKI W RP

Informacje dla wyznawców Kościoła Ewangelicko-Augsburskiego można znaleźć tutaj:

 <https://www.diec-mazurska.luteranie.pl/>

DIAKONIA DIECEZJI MAZURSKIEJ KOŚCIOŁA EWANGELICKO-AUGSBURSKIEGO

ul. Zjazdowa 15, 11-400 Kętrzyn

PARAFIE EWANGELICKO-AUGSBURSKIE

ul. Kościelna 2, 11-700 Mrągowo

ul. Partyzantów 6, 11-520 Ryn

ul. Warszawska 1, 12-100 Szczytno

pl. Daszyńskiego 12a, 12-200 Pisz

pl. Kościelny 5, 11-730 Mikołajki

ul. Władysława Jagiełły 28, 13-200 Działdowo

ul. Kosynierów Gdyńskich 25, 82-300 Elbląg

pl. Grunwaldzki 6, 11-500 Giżycko

ul. Jedności Słowiańskiej 3, 12-130 Pasym

ul. Plażowa 3, 11-731 Sorkwity

Więcej o kościele luterańskim w polsce można znaleźć tutaj:

 <https://www.luteranie.pl/>



POSŁUGA DUCHOWA

„ANTIOCHIA” ZBÓR KOŚCIOŁA CHRZEŚCIJAN BAPTYSTÓW W NIDZICY

ul. 1 Maja 9c, 13-100 Nidzica

KOŚCIÓŁ CHRZEŚCIJAN BAPTYSTÓW

ul. Mickiewicza 10, 11-015 Olsztynek

ul. Nadrzeczna 3, 14-100 Ostróda

ul. Bema 55A, 82-300 Elbląg

al. 1 Maja 22, 11-500 Giżycko

ul. 11 Listopada 14, 11-600 Węgorzewo

ul. Bohaterów Warszawy 9, 11-200 Bartoszyce

ul. Plac Konsulatu Polskiego 1B, 10-532 Olsztyn

CHRZEŚCIJAŃSKA SPOŁECZNOŚĆ” KOŚCIÓŁ ZIELONOŚWIĄTKOWY ZBÓR W EŁKU

ul. Dąbrowskiego 16, 19-300 Ełk

KOŚCIÓŁ ZIELONOŚWIĄTKOWY W RP ZBÓR JEZUSA CHRYSZTUSA W WĘGORZEWIE

ul. Jaracza 4, 11-600 Węgorzewo

KOŚCIÓŁ ZIELONOŚWIĄTKOWY ZBÓR BETEL

ul. Śląska 4, 12-100 Szczytno

ul. Powstańców Warszawy 33, 11-400 Kętrzyn

ul. Wojska Polskiego 12A, 19-500 Gołdap

KOŚCIÓŁ ZIELONOŚWIĄTKOWY ZBÓR BETEZDA W IŁAWIE

ul. Niepodległości 13, 14-200 Iława

KOŚCIÓŁ ZIELONOŚWIĄTKOWY ZBÓR SŁOWO POJEDNANIA

ul. Obrońców 23, 10-606 Olsztyn

KOŚCIÓŁ ZIELONOŚWIĄTKOWY ZBÓR „SŁOWO ŻYCIA” W BISKUPCU

ul. Pionierów 6, 11-300 Biskupiec

POSŁUGA DUCHOWA



KOŚCIÓŁ ZIELONOŚWIĄTKOWY ZBÓR „SYLOE” W MORĄGU

ul. Przemysłowa 7, 14-300 Morąg

KOŚCIÓŁ ZIELONOŚWIĄTKOWY ZBÓR W MRĄGOWIE

ul. Spacerowa 2A, 11-700 Mrągowo

„NOWE ŻYCIE” KOŚCIÓŁ ZIELONOŚWIĄTKOWY ZBÓR W ELBLĄGU

ul. Sienkiewicza 3A, 82-300 Elbląg

CHRZEŚCIJAŃSKA WSPÓLNOTA ZIELONOŚWIĄTKOWA ZBÓR W GOŁDAP

ul. Warszawska 12A, 19-500 Gołdap

KOŚCIÓŁ ADWENTYSTÓW DNIA SIÓDMEGO DIECEZJA WSCHODNIA

ul. Gdyńska 2A, 10-608 Olsztyn

ul. Sobieszczańskiego 12, 12-100 Szczytno

ul. Poniatowskiego 20, 11-100 Lidzbark Warmiński

KOŚCIÓŁ ADWENTYSTÓW DNIA SIÓDMEGO DIECEZJA ZACHODNIA

ul. Trybunalska 9/2, 82-300 Elbląg

KOŚCIÓŁ EWANGELICKO-METODYSTYCZNY W RP PARAFIA W OLSZTYNKU

ul. Mrongowiusza 1, 11-015 Olsztynek

KOŚCIÓŁ EWANGELICKO-METODYSTYCZNY PARAFIA MIŁOŚCI BOŻEJ

ul. Słowackiego 26, 19-300 Ełk



POSŁUGA DUCHOWA

PARAFIE GRECKOKATOLICKIE

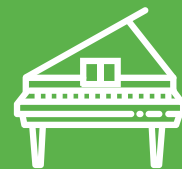
- ul. Traugutta 15, 82-300 Elbląg
- ul. Ripeckiego 1, 11-220 Górowo Iławeckie
- ul. 11 Listopada 14, 11-600 Węgorzewo
- ul. Pocztowa 2, 11-400 Kętrzyn
- ul. Metropolity Andrzeja Szeptyckiego 8, 14-200 Iława
- ul. Dąbrowskiego 30, 14-300 Morąg
- ul. Białostocka 1, 11-500 Giżycko
- 19-300 Chrzanowo 1
- ul. Dworcowa 2 A, 11-510 Wydminy
- ul. Wyszyńskiego 8, 11-100 Lidzbark Warmiński
- ul. Drewniana 1 m. 1, 14-500 Braniewo
- ul. Sienkiewicza 22a, 14-100 Ostróda

PARAFIE KOŚCIOŁA PRAWOSŁAWNEGO

- ul. Sadowa 58, 82-300 Elbląg
- ul. Mickiewicza 33, 11-430 Korsze
- ul. Konopnickiej 6, 19-300 Ełk
- 12-220 Wojnowo 24
- al. Wojska Polskiego 8, 14-510 Orneta
- al. Wojska Polskiego 38, 71/5, 10-229 Orneta - do adres do korespondencji

Można także skorzystać z transmisji Mszy Świętych oraz nabożeństw „na żywo” poprzez Internet, które dostępne są w różnych językach:

 <https://msza-online.net/msze-swiete-w-innych-jezykach/>



KULTURA I ROZRYWKA

W województwie warmińsko-mazurskim działa wiele instytucji kultury. Są to placówki takie jak muzea, galerie, teatry, filharmonia oraz biblioteki i ośrodki kultury. Te ostatnie placówki są u nas bardzo popularne i znajdziecie je nie tylko w dużych miastach, ale również w prawie każdej gminie. Główne instytucje kultury w województwie:

CENTRUM POLSKO-FRANCUSKIE CÔTES D'ARMOR-WARMIA I MAZURY W OLSZTYNIE



<https://cpf.olsztyn.pl/>

ul. Dąbrowszczaków 39, I p., 10-542 Olsztyn

tel.: +48 504 914 186, +48 89 527 63 73

e-mail: info@cpf.olsztyn.pl

MUZEUM BUDOWNICTWA LUDOWEGO PARK ETNOGRAFICZNY W OLSZTYNKU



<https://muzeumolsztynek.pl/>

ul. Leśna 23, 11-015 Olsztynek

e-mail: sekretariat@muzeumolsztynek.com.pl

Sekretariat: +48 (89) 519-21-64

MUZEUM MIKOŁAJA KOPERNIKA (FROMBORK)



muzeumkopernika.pl/

14-530 Frombork, ul. Katedralna 8

tel.: +48 (55) 244 00 70

e-mail: sekretariat@muzeumkopernika.pl

MUZEUM WARMII I MAZUR (OLSZTYN)

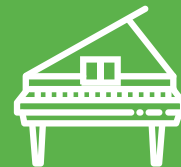


<https://muzeum.olsztyn.pl/>

ul. Zamkowa 2, 10-074 Olsztyn

e-mail: sekretariat@muzeum.olsztyn.pl

Centrala: +48 (89) 527 95 96



KULTURA I ROZRYWKA

MUZEUM KULTURY LUDOWEJ W WĘGORZEWIE



<https://www.muzeum-wegorzewo.pl/>

ul. Portowa 1, 11-600 Węgorzewo

tel./fax: +48 (87) 427 52 78, +48 (87) 427 32 42,

e-mail: mkl.wegorzewo@wp.pl

MUZEUM BITWY POD GRUNWALDEM W STĘBARKU



<https://muzeum-grunwald.pl/>

Stębark 1, 14-107 Gierzwałd

tel.: +48 (89) 647 22 28

e-mail: info@muzeumgrunwald.pl

CENTRUM EDUKACJI I INICJATYW KULTURALNYCH W OLSZTYNIE



<https://ceik.eu/>

ul. Parkowa 1, 10-233 Olsztyn

e-mail: sekretariat@ceik.eu

tel.: +48 (89) 513 17 31

WOJEWÓDZKA BIBLIOTEKA PUBLICZNA

IM. EMILII SUKERTOWEJ-BIEDRAWINY W OLSZTYNIE



<https://www.wbp.olsztyn.pl/>

10-117 Olsztyn, ul. 1 Maja 5

e-mail: wbp@wbp.olsztyn.pl

tel.: +48 (89) 524 90 32

CENTRUM SPOTKAŃ EUROPEJSKICH „ŚWIATOWID” W ELBLĄGU

<https://www.swiatowid.elblag.pl/pl>

Plac Jagiellończyka 1, 82-300 Elbląg

tel.: +48 (55) 611 20 50

e-mail: info@swiatowid.elblag.pl



KULTURA I ROZRYWKA

WARMIŃSKO-MAZURSKA FILHARMONIA IM. FELIKSA NOWOWIEJSKIEGO W OLSZTYNIE

 <https://filharmonia.olsztyn.pl/>
ul. B. Głowackiego 1, 10-447 Olsztyn
Sekretariat: tel. +48 (89) 527 51 75 lub 76, +48 (89) 527 23 02
e-mail: sekretariat@filharmonia.olsztyn.pl
Kasa biletowa: tel. +48 (89) 527 23 02
czynna pn.-pt. w godzinach od 10.00 do 17.00 oraz na godzinę przed koncertem

TEATR IM. ALEKSANDRA SEWRUKA W ELBLĄGU

 <https://teatr.elblag.pl/>
ul. Teatralna 11, 82-300 Elbląg
tel.: + 48 (55) 641-97-00
e-mail: bow@teatr.elblag.pl

TEATR IM. STEFANA JARACZA W OLSZTYNIE

 <https://teatr.olsztyn.pl/>
ul. 1 Maja 4, 10-118 Olsztyn
tel.: +48 (89) 527 59 59 wew. 87
e-mail: organizacja@teatr.olsztyn.pl

PAŁAC MŁODZIEŻY IM. ORŁAT LWOWSKICH W OLSZTYNIE

 <https://palac.olsztyn.eu/>
ul. Emilii Plater 3, 10-562 Olsztyn
tel.: +48 (89) 527 32 69, kom. 512 225 433
e-mail: sekretariat@palac.olsztyn.eu

MIEJSKA BIBLIOTEKA PUBLICZNA W OLSZTYNIE

 <https://mbp.olsztyn.pl/>
ul. Rodziewiczówny 2, 10-030 Olsztyn,
tel.: +48 (89) 535 30 80
e-mail: sekretariat@mbp.olsztyn.pl

Ciekawą ofertę kulturalną znajdziesz również obserwując działania lokalnych i regionalnych organizacji społecznych a także bywając w miejscach typu puby, restauracje, kluby muzyczne.



federacja FOSa



„Projekt realizowany dzięki wsparciu Funduszu Tutaj organizowanego przez Ashokę”.

„Przedstawione poglądy i opinie są poglądami autorów/ek, a Fundacja Ashoka
nie ponosi za nie odpowiedzialności”

Informator opracowali pracownicy Federacji FOSa
pod kierownictwem Anety Fabisiak-Hill