

Pomoc dla osób opuszczających zakłady karne i areszty śledcze na terenie województwa kujawsko-pomorskiego

INFORMATOR

2019



Województwo
Kujawsko-Pomorskie



OPRACOWANIE:

kpt. Katarzyna Tomaszewska - Zakład Karny w Potulicach
Monika Klimczyk - Zakład Karny w Potulicach

WSPÓŁUDZIAŁ W OPRACOWANIU:

Ewa Tadrowska - Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nakle nad Notecią
Magdalena Dominiak - Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
w Nakle nad Notecią
Magdalena Żurawińska - Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
w Nakle nad Notecią
Wojciech Kuźmicki - Sąd Rejonowy we Włocławku, II Zespół Kuratorskiej Służby
Sądowej Wykonujący Orzeczenia w Sprawach Karnych, Kujawsko-Pomorska
Terenowa Rada do Spraw Społecznej Readaptacji i Pomocy Skazanym
Michał Neumann - Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu
Karolina Socha - Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu

Za pomoc przy tworzeniu broszury dziękujemy Panu Przemysławowi Ulatowskiemu
Dyrektorowi Powiatowego Urzędu Pracy w Nakle nad Notecią

Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu
ul. Bartkiewicza 93
87-100 Toruń
www.rops.torun.pl

Publikacja współfinansowana ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego
w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Kujawsko-
Pomorskiego na lata 2014 – 2020

Publikacja dystrybuowana bezpłatnie

Nakład: 3 000 egzemplarzy

@ Copyright by Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu

Wszelkie prawa zastrzeżone. Każda reprodukcja lub adaptacja całości lub części
niniejszej publikacji, niezależnie od zastosowanej techniki reprodukcji (drukarskiej,
fotograficznej, komputerowej i in.) wymaga pisemnej zgody Wydawcy.

Skład i druk: Drukarnia Biały Kruk, ul. Tygrysia 50, Sobolewo, 15-509 Białystok

POMOC DLA OSÓB OPUSZCZAJĄCYCH ZAKŁADY KARNE I ARESZTY ŚLEDTCZE NA TERENIE WOJEWÓDZTWA KUJAWSKO-POMORSKIEGO

Broszura, którą macie w ręce powstała z pomysłu osób na co dzień zajmujących się problemami osób opuszczających zakłady karne i areszty śledcze.

Jej głównym celem jest przekazanie informacji, które naszym zdaniem są niezwykle przydatne dla osoby, która wraca do społeczeństwa po wielomiesięcznej lub wieloletniej izolacji. Każdego dnia, podczas przeprowadzania rozmów z osadzonymi dowiadujemy się o problemach, z którymi muszą się borykać. Każdorazowo otrzymują oni od nas skrupulatne i rzetelne informacje na temat sposobów radzenia sobie z nimi. Jednak spotkanie z rzeczywistością bardzo często okazuje się zbyt trudnym doświadczeniem. Osobom opuszczającym zakłady karne towarzyszy poczucie zagubienia i bezradności. Załatwienie podstawowych spraw staje się problemem nie do pokonania. Brak wiedzy, a przede wszystkim brak świadomości, gdzie tę wiedzę zdobyć stał się bezpośrednią przyczyną powstania tej broszury.

Nie jesteśmy w stanie na kilkunastu stronach rozwiązać wszystkich problemów osoby opuszczającej zakład karny czy areszt śledczy, jednak znaleźć tu można wskazówki, dzięki którym droga do nowego, lepszego życia po odbyciu kary stanie się choć trochę prostsza.

Są tu porady, jak nie stać się osobą bezdomną, jak odnaleźć się w gąszczu przepisów związanych z uzyskaniem świadczeń społecznych, ubezpieczenia, zatrudnienia czy przywilejów osoby niepełnosprawnej.

Dzięki tej wiedzy człowiek, który opuszcza mury więzienia będzie miał świadomość, że teraz „wszystko jest w jego rękach” i tylko od niego zależy czy wykorzysta tę wiedzę na swoją korzyść.

POMOC POSTPENITENCJARNA

Podczas pobytu w zakładzie karnym możesz ubiegać się o pomoc związaną ze społeczną readaptacją.

W każdej jednostce penitencjarnej, czy jest to zakład karny czy areszt śledczy, funkcjonuje komórka zajmująca się pomocą postpenitencjarną. Służbę pełnią tam funkcjonariusze, do których zgłaszać można problemy utrudniające Ci powrót do społeczeństwa i do życia na wolności.

Udzielanie pomocy postpenitencjarnej jest możliwe dzięki istnieniu Funduszu Pomocy Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej – Funduszu Sprawiedliwości. Jest to Fundusz celowy, czyli środki, którymi dysponuje mogą być przekazane na konkretny cel.

WAŻNE:

Musisz wiedzieć, że w momencie opuszczania zakładu karnego lub aresztu śledczego każdemu, kto nie zgromadził żadnych lub wystarczających środków finansowych na dojazd do miejsca zamieszkania przysługuje zapomoga finansowa, której wysokość uzależniona jest od stanu konta osadzonego oraz odległości, jaką ma do przebycia w związku z powrotem do miejsca zamieszkania.

W okresie bezpośrednio poprzedzającym opuszczenie zakładu karnego lub aresztu śledczego potrzebę udzielenia takiej zapomogi należy zgłosić do wychowawcy, pisząc prośbę. Taka sama zasada obowiązuje w przypadku konieczności udzielenia pomocy rzeczowej.

W trakcie odbywania kary możesz ubiegać się również o inne formy pomocy.

Są to m.in.:

1. okresowa dopłata do czynszu,
2. pokrywanie kosztów czasowego zakwaterowania lub udzielenie schronienia,
3. pokrywanie kosztów związanych z uzyskaniem orzeczeń o niepełnosprawności, stopniu niepełnosprawności lub niezdolności do pracy.

WAŻNE:

Udzielenie tych form pomocy obwarowane jest koniecznością objęcia Cię art. 164 Kkw § 1, czyli okresem przygotowania do zwolnienia. Objęte tym artykułem mogą być tylko osoby, którym do końca kary lub nabycia uprawnień do warunkowego zwolnienia pozostało nie więcej niż 6 miesięcy.

4. wyrabianie dowodu osobistego i pokrywanie kosztów wykonania zdjęć,
5. pokrywanie kosztów uczestnictwa w kursach zawodowych.

Dzięki środkom celowym możesz też uczestniczyć w programach readaptacji, być objętym ubezpieczeniem oraz przejść badania niezbędne do uczestnictwa w kursach i programach.

PROBLEMY MIESZKANIOWE

Trudno się żyje, nie mając gdzie mieszkać. Utrata mieszkania – problem, z którym być może zetkniesz się po opuszczeniu murów więzienia – może zniszczyć Twoje życie rodzinne, a w dalszej perspektywie może mieć negatywny wpływ na całą przyszłość.

Problemy mieszkaniowe mogą być spowodowane konfliktami rodzinnymi lub problemami materialnymi. Często występują jednocześnie, a zaczynają się od uzależnienia, przemocy, czy utraty źródła dochodu. **Pamiętaj, że stosowanie przemocy może skończyć się próbą wymeldowania.**

Brak środków finansowych lub ich marnotrawienie na różnego rodzaju używki może spowodować zaległości w opłacie bieżących rachunków, w tym czynszu. Taka sytuacja często kończy się eksmisją.

Pamiętaj, że opłacanie czynszu powinno być jednym z najważniejszych punktów w Twoim budżecie.

W przeciwnym razie możesz stać się osobą bezdomną. Przyczyną bezdomności może być także Twój pobyt w zakładzie karnym. Może się zdarzyć, że po zakończeniu odbywania kary pozbawienia wolności Twój powrót do poprzedniego miejsca zamieszkania okaże się niemożliwy, bo nikt nie opłacał twoich rachunków albo nastąpiło wymeldowanie.

WAŻNE:

Brak wystarczających środków na uregulowanie opłat za czynsz może być przesłanką do ubiegania się o przyznanie dodatku mieszkaniowego lub złożenia wniosku o obniżenie naliczonego czynszu (w przypadku posiadania mieszkania komunalnego – z zasobów gminy).

Dodatek mieszkaniowy jest to świadczenie pieniężne wypłacane przez gminę i ma na celu dofinansowanie do wydatków mieszkaniowych ponoszonych w związku z zajmowaniem lokalu mieszkalnego.

Wymagane dokumenty do ubiegania się o przyznanie dodatku mieszkaniowego:

1. Druk wniosku o przyznanie dodatku mieszkaniowego, potwierdzony przez zarządcę budynku, wraz z deklaracją o wysokości dochodów osób zamieszkujących w danym lokalu.
2. Dokument potwierdzający tytuł prawny do zajmowanego lokalu (decyzja o przydziale, umowa najmu, akt własności, wyciąg z ksiąg wieczystych).
3. Dokumenty potwierdzające wydatki ponoszone w związku z zajmowaniem lokalu mieszkalnego w miesiącu, w którym składany jest wniosek:
 - wysokość czynszu potwierdzona przez zarządcę,
 - rachunki za wywóz nieczystości płynnych i stałych, wodę, centralne ogrzewanie, ciepłą wodę.
4. W przypadku, gdy lokal nie jest wyposażony w instalację centralnego ogrzewania, ciepłej wody lub gazu, należy przedstawić fakturę za energię elektryczną.
5. Zaświadczenia o dochodach osiągniętych przez Ciebie i osoby z Tobą zamieszkujące, w okresie 3 miesięcy kalendarzowych poprzedzających dzień złożenia wniosku.

Wniosek o obniżenie czynszu można złożyć do Urzędu Gminy, jeżeli jesteś najemcą o bardzo niskich dochodach (dot. mieszkania komunalnego). Obniżka czynszu jest udzielana najemcy na okres 12 miesięcy. Do wniosku należy dołączyć deklarację o wysokości dochodu gospodarstwa domowego.

WAŻNE:

Jeżeli Ty i Twoja rodzina zmagacie się z zadłużeniami w opłatach za mieszkanie możesz złożyć wniosek do administratora lokalu o rozłożenie

zadłużenia na raty. Jeżeli administrator podpisze ugodę należy regularnie opłacać bieżący czynsz oraz raty zadłużenia. Po uregulowaniu zaległości czynszowych przy jednoczesnym wnoszeniu bieżących opłat można złożyć wniosek o przyznanie dodatku mieszkaniowego

W najgorszym z możliwych scenariuszy możesz z podanych niżej przyczyn zostać eksmitowany z mieszkania.

Przyczyny eksmisji z lokalu:

- niepłacenie czynszu,
- niszczenie lokalu, znajdujących się w nim urządzeń lub innych części budynku,
- poważne, powtarzające się naruszenia przepisów porządkowych oraz dotyczących zasad współżycia z innymi lokatorami,
- sprowadzenie do mieszkania dodatkowych lokatorów bez pisemnej zgody zarządcy budynku,
- użytkowanie lokalu niezgodnie z jego przeznaczeniem (np. prowadzenie działalności gospodarczej w mieszkaniu).

WAŻNE:

Pamiętaj, żeby odbierać listy polecone. Nieodebranie listu nie rozwiązuje Twoich problemów. Po otrzymaniu z sądu wezwania w sprawie o eksmisję należy stawić się w wyznaczonym terminie na rozprawę (wyrok może zostać wydany zaocznie jeżeli nie stawisz się na rozprawę). Twoja obecność na sprawie jest bardzo ważna, ponieważ każdy przypadek rozpatrywany jest indywidualnie.

Procedura eksmisyjna odbywa się na podstawie prawomocnego wyroku sądu (uzyskanego tytułu egzekucyjnego) wydanego po przeprowadzonej rozprawie, w którym nakazuje się opuszczenie i opróżnienie lokalu oraz wydanie go osobie żądającej. W wydanym orzeczeniu sąd wskazuje, czy pozwany posiada prawo do otrzymania lokalu socjalnego. Jeżeli sąd przyzna prawo do lokalu socjalnego, to sąd wstrzymuje eksmisję do czasu wskazania eksmitowanemu przez gminę oferty najmu lokalu socjalnego.

Okres ochronny dla lokatora z nakazem eksmisji

Eksmisji nie wykonuje się od 1 listopada do 31 marca roku następnego włącznie. Ochroną w tym okresie objęte są osoby, którym nie wskazano lokalu, do którego ma nastąpić przekwaterowanie. Nie dotyczy to jednak wyroków:

- w których powodem eksmisji jest stosowanie przemocy w rodzinie lub wykraczanie w sposób rażący lub uporczywy przeciwko porządkowi domowemu albo niewłaściwe zachowanie czyniące uciążliwym korzystanie z innych lokali budynku,
- gdy zajęcie lokalu nastąpiło bez tytułu prawnego.

WAŻNE:

Jeśli nie posiadasz mieszkania możesz, po spełnieniu określonych warunków, złożyć wniosek o przyznanie lokalu mieszkaniowego z zasobów komunalnych do urzędu gminy. Gmina dysponuje ograniczoną ilością mieszkań i nie jest w stanie przyznać mieszkania każdej osobie bezpośrednio po złożeniu wniosku.

Każda gmina samodzielnie określa kryteria przyznawania mieszkań komunalnych w lokalnej uchwale. Kryteria dotyczą przede wszystkim maksymalnego dochodu gospodarstwa domowego. Po pozytywnym rozpatrzeniu wniosku zostaniesz wpisany na listę oczekujących na przyznanie lokalu (wniosek należy ponawiać co roku do czasu otrzymania lokalu). Jeżeli nie przyjmiesz proponowanego lokalu zostaniesz wpisany na ostatnią pozycję w liście oczekujących na przyznanie lokalu.

WAŻNE:

Gminą właściwą w zakresie zaspokojenia schronienia lub przyznania mieszkania jest gmina ostatniego zameldowania na pobyt stały. Wniosek o przydział lokalu możesz złożyć przed opuszczeniem zakładu karnego.

Mieszkania socjalne to mieszkania przyznawane wyłącznie osobom bez prawa do innego lokalu lub osobom po sądowym wyroku eksmisyjnym, które spełniają kryteria dochodowe ustalone przez gminę (niższe niż w przypadku mieszkań komunalnych). Mieszkanie socjalne od komunalnego różni się wysokością czynszu, który jest znacznie niższy. Umowę najmu lokalu socjalnego zawiera się na czas określony.

WAŻNE:

Informacje w zakresie ubiegania się o przydział lokalu komunalnego i socjalnego można uzyskać we właściwym urzędzie gminy.

BEZDOMNOŚĆ

Jeżeli jesteś osobą bezdomną, tj. nie zamieszkujesz lub nie masz możliwości zamieszkiwania w lokalu mieszkalnym możesz zwrócić się do ośrodka pomocy społecznej właściwego ze względu na ostatnie miejsce zameldowania na pobyt stały o wydanie skierowania do schroniska.

WAŻNE:

Schronisko zapewnia osobom bezdomnym całodobowe tymczasowe schronienie oraz usługi ukierunkowane na wzmacnianie aktywności społecznej, wyjście z bezdomności i uzyskanie samodzielności życiowej. Osoby przebywające w schroniskach muszą przestrzegać obowiązującego regulaminu, przede wszystkim nie mogą być pod wpływem alkoholu i narkotyków

Ponadto na terenie naszego województwa działają noclegownie zapewniające schronienie osobom bezdomnym, świadcząc tymczasową pomoc w postaci miejsca noclegowego w warunkach gwarantujących ochronę życia i zdrowia. Aby skorzystać z noclegowni nie jest wymagane skierowanie.

W sytuacji awaryjnej, kiedy temperatura na zewnątrz spada możesz również skorzystać z ogrzewalni, która umożliwia bezpieczny pobyt w ogrzewanych pomieszczeniach wyposażonych co najmniej w miejsca siedzące. Ogrzewalnie czynne są w godzinach nocnych i nie wymagają skierowania.

W naszym województwie działają również stołówki, jadłodajnie, kuchnie dla osób bezdomnych, gdzie potrzebujący otrzymują zazwyczaj jeden gorący posiłek. Działają od poniedziałku do piątku, a niektóre stołówki na weekend wydają suchy prowiant.

ZDROWIE

W trakcie odbywania kary pozbawienia wolności nie posiadasz ubezpieczenia zdrowotnego. Koszty leczenia w tym czasie pokrywane są z budżetu Ministerstwa Sprawiedliwości.

W związku z tym uzyskanie ubezpieczenia powinno być dla Ciebie jedną z najważniejszych spraw, którą należy się zająć po opuszczeniu zakładu karnego.

WAŻNE:

Co zrobić, by uzyskać prawo do bezpłatnych świadczeń medycznych (posiadać ubezpieczenie zdrowotne):

- podejmij pracę – pracodawca zgłosi cię do ubezpieczenia zdrowotnego,
- jeśli jesteś osobą bezrobotną zarejestruj się w Powiatowym Urzędzie Pracy,

Powiatowy urząd pracy do ubezpieczenia zdrowotnego zgłasza osoby bezrobotne (oraz członków ich rodzin) niepodlegające obowiązkowi ubezpieczenia zdrowotnego z innego tytułu.

Obowiązek ubezpieczenia zdrowotnego powstaje z dniem uzyskania statusu bezrobotnego, a wygasa z dniem utraty tego statusu.

Prawo do świadczeń opieki zdrowotnej ustaje po upływie 30 dni od dnia utraty statusu bezrobotnego.

- zgłoś się do ośrodka pomocy społecznej w gminie, gdzie mieszkasz – otrzymasz decyzję uprawniającą do bezpłatnego korzystania z opieki medycznej przez 90 dni – po spełnieniu kryterium dochodowego i określonych warunków ustawowych,
- pracujący współmałżonek może dopisać cię do swego ubezpieczenia zdrowotnego,
- jako osoba ubezpieczona, masz prawo do swobodnego wyboru lekarza podstawowej opieki zdrowotnej oraz pielęgniarki i położnej

spośród lekarzy, pielęgniarek i położnych ubezpieczenia zdrowotnego, bezpłatnie 2 razy w ciągu roku,

- jeżeli posiadasz ubezpieczenie i zmieniło się Twoje miejsce zamieszkania oraz w sytuacji zaprzestania udzielania świadczeń przez wybranego lekarza, pielęgniarkę i położną podstawowej opieki zdrowotnej oraz z innych przyczyn niezależnych od Ciebie, masz prawo do ponownego wyboru.

W przypadku braku dokumentu potwierdzającego prawo do świadczeń opieki zdrowotnej możesz złożyć pisemne oświadczenie o przysługującym Ci prawie do świadczeń opieki zdrowotnej, które winno zawierać klauzulę następującej treści: „Posiadam prawo do korzystania ze świadczeń opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych” (druki oświadczeń powinny być w posiadaniu świadczeniodawcy).

W stanach nagłych lub w przypadku, gdy ze względu na stan zdrowia nie jest możliwe złożenie oświadczenia, świadczenie opieki zdrowotnej zostaje udzielone pomimo braku potwierdzenia prawa do świadczeń opieki zdrowotnej.

W takim przypadku, gdy udzielono Ci świadczenia, musisz przedstawić dokument potwierdzający prawo do świadczeń opieki zdrowotnej:

- w terminie 14 dni od dnia rozpoczęcia udzielania świadczenia opieki zdrowotnej,
- w terminie 7 dni od dnia zakończenia udzielania świadczenia opieki zdrowotnej – jeżeli świadczenie to jest udzielane w oddziale szpitalnym.

W przeciwnym razie może nastąpić obciążenie Cię kosztami udzielonych Ci świadczeń.

Świadczenia Podstawowej Opieki Zdrowotnej

Po uzyskaniu ubezpieczenia zdrowotnego zgłoś się do wybranej przez Ciebie przychodni podstawowej opieki zdrowotnej i złoż pisemną deklarację wyboru lekarza i pielęgniarki – odpowiednie druki są w przychodni.

Świadczenia POZ udzielane są w dni powszednie od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.00 do 18.00 z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy, pory nocnej i świąt.

Świadczenia lekarza POZ obejmują:

- profilaktykę chorób, w tym badania i porady w ramach profilaktyki wieku rozwojowego oraz szczepienia ochronne,
- świadczenia profilaktyki chorób układu krążenia,
- udzielanie porad w leczeniu schorzeń, w tym zapewnienie diagnostyki laboratoryjnej oraz obrazowej i nieobrazowej (EKG, RTG, USG),
- wykonywanie zabiegów w gabinecie zabiegowym i w domu pacjenta,
- orzekanie o stanie zdrowia,

- inne świadczenia wynikające z potrzeb w tym: kierowanie do poradni specjalistycznych i na leczenie szpitalne, kierowanie na rehabilitację i leczenie uzdrowiskowe, kwalifikowanie doświadczeń transportu sanitarnego w POZ i wystawianie zleceń przewozów, wystawianie zleceń na realizację świadczeń pozostających w zakresie zadań pielęgniarstwa POZ, wystawianie zaświadczeń dotyczących stanu zdrowia pacjenta.

Świadczenia pielęgniarstwa POZ obejmują kompleksową opiekę pielęgniarstwa nad osobą, rodziną, społecznością w środowisku zamieszkania z uwzględnieniem miejsca udzielania świadczeń, w tym:

- świadczenia profilaktyki gruźlicy,
- świadczenia lecznicze, w tym: wykonywanie iniekcji i zabiegów na podstawie zleceń lekarzy ubezpieczenia zdrowotnego w gabinecie pielęgniarstwa POZ i w domu pacjenta,
- świadczenia diagnostyczne, w tym: pobieranie materiałów do badań diagnostycznych na podstawie zlecenia lekarza POZ, w sytuacji, gdy pobranie z przyczyn medycznych powinno być zrealizowane w domu pacjenta,
- świadczenia pielęgnacyjne i rehabilitacyjne, w szczególności dla osób, u których występuje ograniczenie sprawności psychofizycznej w wyniku choroby.

Bez skierowania możesz udać się do:

- ginekologa i położnika,
- dentysty,
- wenerologa,
- onkologa,
- psychiatry,
- poradni dla osób chorych na gruźlicę,
- poradni dla osób zakażonych wirusem HIV.

Świadczenia nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej dostępne są od poniedziałku do piątku w godzinach od 18.00 do 8.00 dnia następnego oraz całodobowo (od 8.00 do 8.00 dnia następnego) w niedziele i inne dni ustawowo wolne od pracy.

Pomoc świadczona jest punktach nocnej opieki i nie jest związana z lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej, do którego jesteś zapisany.

Ubezpieczeni w sytuacji pogorszenia stanu zdrowia mogą korzystać z pomocy dowolnego punktu nocnej opieki.

Informację o tym, gdzie w danym rejonie sprawowana jest nocna i świąteczna opieka lekarska i pielęgniarstwa, możesz uzyskać u swojego lekarza POZ.

UZALEŻNIENIA

Osoby uzależnione często nie zdają sobie sprawy ze swojego problemu. Przyjmowanie substancji jest dla nich zabawą, z której w każdej chwili mogą zrezygnować. Nic bardziej mylnego! Uzależnienie jest bardzo poważnym problemem dla zdrowia i życia. Wpływa negatywnie na funkcjonowanie zawodowe i rodzinne.

Jeśli zaobserwowałeś/łaś u siebie conajmniej trzy spośród sześciu wymienionych niżej objawów nie lekceważ tego.

1. Silne pragnienie lub poczucie przymusu picia („musiałem się napić”), tzw. głód alkoholowy.
2. Problem z kontrolowaniem picia: trudności w unikaniu rozpoczęcia picia, trudności w zakończeniu picia, trudności w ograniczeniu ilości wypijanego alkoholu, podejmowanie prób powstrzymywania się od picia („jak chcę, mogę nie pić”) i powroty do picia nawet po długotrwałym okresie abstynencji.
3. Fizjologiczne dolegliwości po ograniczeniu lub przerwaniu picia, takie jak drżenie mięśniowe, nadciśnienie, nudności, wymioty, biegunka, bezsenność, niepokój, omamy, majaczenie, wzmożona potliwość (objawy alkoholowego zespołu abstynencyjnego) albo używanie alkoholu w celu złagodzenia tych dolegliwości („klinowanie”).
4. Zmieniona, najczęściej zwiększona, tolerancja na alkohol, czyli potrzeba spożywania większych dawek dla osiągnięcia oczekiwanego efektu („mocna głowa”).
5. Z powodu picia alkoholu zaniedbywanie innych sposobów spędzania wolnego czasu i swoich zainteresowań – koncentracja życia wokół picia.
6. Picie alkoholu, mimo że osoba pijąca jest świadoma szkód powodowanych przez alkohol (zdrowotnych, rodzinnych, zawodowych, kłopoty z prawem, izba wytrzeźwień itp.).

W leczeniu i rehabilitacji osób uzależnionych nie obowiązuje rejonizacja. Oznacza to, że możesz skorzystać z dowolnej placówki na terenie Polski niezależnie od Twojego miejsca zamieszkania (zameldowania). Popytaj w swoim Urzędzie Gminy. Przy dużej ilości gmin, działają punkty konsultacyjne, gdzie znajdziesz często pomoc prawną, terapeutyczną, psychologiczną.

WAŻNE:

Leczenie osób uzależnionych w zakładach opieki zdrowotnej, realizujących świadczenia na podstawie kontraktów podpisanych z Narodowym Funduszem Zdrowia jest bezpłatne, zarówno dla osób posiadających ubezpieczenie, jak i nieubezpieczonych.

Chcesz podjąć leczenie? Od czego zacząć?

Zgłoś się do poradni leczenia uzależnień. Pracujący tam specjaliści przeprowadzą z Tobą wywiad i postawią diagnozę. Określone zostaną kolejne kroki dotyczące leczenia, tj. czy należy zastosować detoksykację, czy powinienś uczestniczyć w leczeniu w poradni czy też w ośrodku stacjonarnym.

RODZINA

Zapewne wiesz, że rodzina daje każdemu możliwość rozwoju, zaspokajania różnorodnych potrzeb, stabilizacji i bezpieczeństwa. Z chwilą pozbawienia wolności, kontakty z rodziną zostały ograniczone. Jak będzie wyglądała Twoja sytuacja po opuszczeniu Zakładu Karnego?

1. Wracasz do rodziny, która na Ciebie czeka. Jest to najbardziej komfortowa sytuacja, jaka może Cię spotkać. Jednak pamiętaj, że podczas Twojej nieobecności sytuacja rodziny mogła ulec zmianie - dzieci urosły, być może usamodzielnily się, więzi rodzinne rozluźniły się.

WAŻNE:

Relacje z rodziną można odbudować, zależy to zarówno od Ciebie, jak i od najbliższych członków rodziny. W czasie pobytu w zakładzie karnym, staraj się jak najwięcej czasu poświęcać kontaktom z najbliższymi, rozmawiać o ich aktualnych problemach i na miarę możliwości pomagać im w podejmowaniu decyzji, rozwiązywaniu trudnych sytuacji.

2. Coraz gorzej rozumiesz się z żoną/mężem, tracisz więź z dziećmi. Sytuacja ta jest całkiem normalna zwłaszcza, jeżeli pobyt w zakładzie karnym trwał dłuższy czas i kontakty z najbliższymi nie były zbyt częste. Wasze więzi rodzinne mogły rozpaść się całkowicie i teraz będzie trudno je odbudować.

WAŻNE:

Ustal czego oczekuje Twoja żona/ Twój mąż, jakie są potrzeby Twojego dziecka. Przeprowadź z nimi szczerą rozmowę, ustal, czego oczekują od Ciebie, poszukajcie wspólnych rozwiązań.

3. Jeżeli są trudności w rozwiązaniu problemów rodzinnych, a Tobie zależy na odbudowaniu pozytywnych relacji z rodziną możesz skorzystać z pomocy mediatora. Mediacja jest procedurą rozwiązywania konfliktu, w której trzecia strona - mediator - towarzyszy uczestnikom/stronom w procesie uzgodnień. Mediator pomoże Wam wypracować takie rozwiązania, które uznacie za najlepsze.

WAŻNE:

Mediacje mają na celu rozwiązanie konfliktu, a nie jego rozstrzygnięcie, mają na celu poznanie i zrozumienie racji i punktu widzenia drugiej strony, utrzymanie, naprawienie/zbudowanie dobrej komunikacji i satysfakcjonujących relacji między stronami, dążenie do pojednania stron.

4. Twoja najbliższa rodzina, Twój partner/ partnerka, mąż/żona – nie chcą Twojego powrotu, (np. z powodu sytuacji, która doprowadziła do zamknięcia Cię w zakładzie karnym, z powodu stosowanej przemocy) i chcą skierować sprawę do sądu np. w kwestii rozvodu, ustalenia wysokości alimentów. Pamiętaj, że możesz wystąpić do sądu o przyznanie adwokata z urzędu oraz o zwolnienie z kosztów sądowych. Do wniosku musisz dołączyć zaświadczenie o swoich dochodach, zaświadczenie z urzędu pracy, jeżeli jesteś bezrobotny, a jeżeli przebywasz w zakładzie karnym zwróć się z prośbą o wystawienie odpowiedniego zaświadczenia.

WAŻNE:

Zadbaj o to, aby uczestniczyć w sprawie sądowej, żeby wyrok nie zapadł bez Twojego udziału. Jeżeli nie będziesz - wyznacz pełnomocnika, najlepiej adwokata, który będzie reprezentował Twoje interesy.

Główne problemy rozstrzygane w sądzie, które mogą dotyczyć Twojej rodziny:

1. Rozstrzygnięcie o władzy rodzicielskiej – w tym wypadku sąd może orzec o pozbawieniu, ograniczeniu lub zawieszeniu władzy rodzicielskiej.

Ograniczenie władzy rodzicielskiej - musisz przyznać, że słowa „ograniczenie władzy rodzicielskiej” brzmią poważnie. Prawo przewiduje dwie kategorie sytuacji, w których możliwe jest ograniczenie władzy rodzicielskiej: zawinione i niezawinione. Pierwsza kategoria dotyczy bezpieczeństwa dziecka i zagrożenia jego dobra. Jeśli Twoja władza rodzicielska została ograniczona z tego powodu, to znaczy że Twoje zachowanie jest/było niewłaściwe i może/mogło zaszkodzić samemu dziecku. Druga kategoria ograniczenia władzy rodzicielskiej związana jest natomiast wyłącznie z życiem rodziców dziecka w rozłączeniu. Nie ma więc tutaj elementu zawinienia po stronie jednego z rodziców. Dobro dziecka też nie jest w żaden sposób zagrożone, bo dziecko może bardzo dobrze czuć się w obecności każdego z rodziców. Sąd może powierzyć wykonywanie władzy rodzicielskiej jednemu z rodziców, ograniczając prawa drugiego z nich do współdecydowania tylko o ważnych sprawach dziecka (np. leczenie, edukacja, itd.). Drugi z rodziców zachowuje oczywiście prawo do kontaktów z dzieckiem.

WAŻNE:

Istotne decyzje dotyczące dziecka i tak muszą być podejmowane wspólnie. Kontakty i władza rodzicielska to dwie odrębne sprawy. Prawo do kontaktów z dzieckiem przysługuje obojgu rodzicom bez względu na pozbawienie ich władzy. Sąd może jednak orzec zakaz tego prawa, jeśli wystąpią ku temu przesłanki. Dziecko w powyższej sytuacji zachowuje prawo do alimentacji oraz prawo do dziedziczenia po rodzicach.

Pozbawienie władzy rodzicielskiej – w takim przypadku tracisz wszelkie prawo do podejmowania jakichkolwiek decyzji w sprawach dziecka. Drugi z rodziców nie musi pytać Cię o zdanie w żadnych sprawach dotyczących dziecka, podejmuje decyzje samodzielnie. Do takiej sytuacji dochodzi m.in.; gdy rodzic wyjechał za granicę, nie interesuje się dzieckiem, zaginął, nie ma z nim żadnego kontaktu, odbywa wieloletni wyrok.

WAŻNE:

Pozbawienie władzy rodzicielskiej powiązane jest najczęściej z istotnymi zaniedbaniami obowiązków rodzicielskich po stronie rodzica.

Zawieszenie władzy rodzicielskiej - Taka sytuacja może mieć miejsce, gdy powstała przemijająca przeszkoda, czasowe utrudnienia w wykonywaniu władzy rodzicielskiej (choroba rodzica, krótkotrwały pobyt rodzica w zakładzie karnym).

WAŻNE:

Wykonywanie władzy rodzicielskiej może zostać przywrócone w każdej chwili, jeśli tylko ustanie przyczyna zawieszenia. Należy wówczas złożyć wniosek do sądu o uchylenie zawieszenia wykonywania władzy rodzicielskiej.

- 2. Alimony na małoletnie dzieci** – obowiązek ten powstaje z chwilą przyjścia dziecka na świat i ma na celu zapewnienie dziecku m.in. mieszkania, wyżywienia, odzieży, edukacji, opieki lekarskiej. Obowiązek ten ciąży na rodzicach, chyba że dochody z majątku dziecka wystarczają na pokrycie kosztów związanych z jego utrzymaniem. Jeżeli dziecko, po ukończeniu osiemnastego roku życia kontynuuje naukę w szkole, szkole wyższej, w związku z czym nie może podjąć pracy zarobkowej w celu utrzymania, rodzice nadal mają obowiązek uiszczania alimentów na dziecko. Określając kwotę alimentów sąd bierze pod uwagę przede wszystkim możliwości zarobkowe rodziców, a nie rzeczywiste zarobki i dochody. Zatem sąd ustala jakie dochody może osiągnąć osoba (biorąc pod uwagę wykształcenie, wiek i stan zdrowotny zobowiązanego, przy wykorzystaniu posiadanych sił i kwalifikacji). Jeżeli rodzic zobowiązany jest osobą bezrobotną, sąd bada czy dokłada on wszelkich starań, aby zdobyć pracę. Od krzywdzącego wyroku możesz odwołać się w ustawowym terminie. Pamiętaj, że jeżeli nie płacisz ustalonych przez sąd alimentów drugi rodzic może zwrócić się do komornika o egzekucję zadłużenia.

WAŻNE:

Bez znaczenia pozostaje fakt, czy rodzice dziecka kiedykolwiek pozostawali w związku małżeńskim. Obowiązek płacenia alimentów nie wygasa z chwilą osiągnięcia przez dziecko pełnoletniości. Nawet przy niewielkich dochodach osoby zobowiązanej, sąd nałoży na nią obowiązek alimentacyjny. Pobyt w zakładzie karnym nie zwalnia z obowiązku alimentacyjnego wobec dzieci. Rozważając kwestię zawarcia ugody alimentacyjnej, złożenia pozwu warto

zastanowić się nad skorzystaniem z usług dobrego adwokata lub radcy prawnego, który pomoże w sporządzeniu pozwu, będzie reprezentował w postępowaniu przed sądem.

Osoby, które uchylają się od płacenia alimentów wobec dziecka, muszą liczyć się z negatywnymi konsekwencjami takimi jak:

- **Egzekucja komornicza.** Rozpoczyna się zazwyczaj od zajęcia wynagrodzenia za pracę. Komornik może potrącić maksymalnie 60% wielkości wynagrodzenia w przypadku umowy o pracę. W przypadku umów cywilnoprawnych może zająć całe wynagrodzenia pod warunkiem, że nie stanowi jedyne źródła dochodu.
- **Postępowanie karne** w oparciu o art. 209 kk.
- **Zatrzymanie prawa jazdy** dłużnikowi alimentacyjnemu.
- **Wpis na listę dłużników.**

3. **Rozwód lub separacja.** Separacja – ma ratować związek, natomiast rozwód to już prawny rozpad małżeństwa. Separacja to czas dany małżonkom na przemyślenie swoich problemów i próbę odbudowania związku. Warto pamiętać, że separacja ma sens tylko wtedy, gdy są jakiekolwiek szanse i chęci na utrzymanie małżeństwa. Jeśli ich brakuje, to separacja prawna jest zupełnie bezcelowa. Okres ten pozwala naprawić wiele błędów, ale czasami bywa wstępem do rozwodu.

4. **Alimenty na byłego małżonka.** Jeśli jeden z małżonków został uznany za wyłącznie winnego rozkładu pożycia, a rozwód pociąga za sobą istotne pogorszenie sytuacji materialnej małżonka niewinnego, sąd może orzec, że małżonek winny ma obowiązek płacić alimenty. Jeżeli był orzeczony rozwód bez orzekania o winie, alimentów może domagać się każdy z małżonków, jeśli znajduje się w niedostatku. Oznacza to, że nie jest w stanie, korzystając ze swoich możliwości zarobkowych i majątkowych, utrzymać się samodzielnie.

5. **Uznanie ojcostwa.** Oświadczenie o uznaniu dziecka składa ojciec, a do skuteczności tego oświadczenia potrzebna jest zgoda (potwierdzenie) matki. Jeżeli ojciec dziecka nie chce złożyć oświadczenia o uznaniu, pozostaje powództwo o ustalenie ojcostwa.

6. **Ustalanie ojcostwa.** Pozew o ustalenie ojcostwa może wnieść matka, domniemany ojciec, dziecko działając poprzez przedstawiciela ustawowego, dziecko samodzielnie, gdy osiągnie pełnoletniość, prokurator.

PRACA

Niedługo opuścisz zakład karny i warto już dziś pomyśleć o znalezieniu pracy. Podjęcie zatrudnienia da Ci poczucie bezpieczeństwa i ułatwi Ci powrót do życia, z czasu przed osadzeniem. Bardzo ważne jest, aby pierwsze kroki skierować do Powiatowego Urzędu Pracy w celu zarejestrowania się jako osoba bezrobotna.

Podstawowe czynności związane z poszukiwaniem pracy po opuszczeniu zakładu karnego:

Rejestracja w Powiatowym Urzędzie Pracy

WAŻNE:

W celu dokonania rejestracji zgłoś się do urzędu pracy właściwego, ze względu na stałe lub czasowe zameldowanie. Jeśli nie posiadasz żadnego zameldowania, zgłaszasz się do urzędu pracy, na którego obszarze przebywasz i składasz tutaj oświadczenie, o niezarejestrowaniu w innym urzędzie pracy.

Niezbędne dokumenty podczas rejestracji:

Jeżeli chcesz zarejestrować się jako osoba bezrobotna i posiadasz polskie obywatelstwo, musisz przestawić w powiatowym urzędzie pracy następujące dokumenty:

- dowód osobisty albo inny dokument tożsamości, np. paszport,
- świadectwa ukończenia szkoły, dyplomy lub inne dokumenty potwierdzające kwalifikacje lub zaświadczenia o ukończeniu szkolenia,
- świadectwa pracy i inne dokumenty niezbędne do ustalenia jej uprawnień przysługujących na podstawie przepisów ustawy,
- dokumenty stwierdzające przeciwwskazania do wykonywania określonych prac, jeżeli takie posiadasz.

Prawo do zasiłku

Jeżeli chcesz mieć prawo do pobierania zasiłku musisz zarejestrować się w urzędzie pracy nie później niż 30 dni po opuszczeniu zakładu karnego.

Zasiłek przysługuje Ci jeżeli przepracowałeś minimum 365 dni w okresie 18 miesięcy przed ostatnim pozbawieniem wolności do okresu tego zalicza się również czas pracy w zakładzie karnym (powinieneś w tym okresie osiągnąć najniższe wynagrodzenie krajowe).

Jeżeli pozbawienie wolności nastąpiło w trakcie pobierania zasiłku, po opuszczeniu zakładu karnego przysługuje Ci prawo do zasiłku na okres pomniejszony o okres pobierania zasiłku przed pozbawieniem wolności.

Podstawowe formy wsparcia dla osób bezrobotnych

Udając się do urzędu pracy nie zawsze od razu otrzymasz ofertę zatrudnienia. Może zostać Ci zaproponowana inna forma aktywności zawodowej, dzięki której nabędziesz doświadczenia i nowych umiejętności.

Staż

Oznacza nabywanie umiejętności praktycznych do wykonywania pracy poprzez wykonywanie zadań w miejscu pracy, bez nawiązania stosunku pracy z pracodawcą.

Szkolenie

Szkoleniem nazywane są pozaszkolne zajęcia mające na celu uzyskanie, uzupełnienie lub doskonalenie umiejętności i kwalifikacji zawodowych

lub ogólnych, potrzebnych do wykonywania pracy, w tym umiejętności poszukiwania zatrudnienia.

Prace społecznie użyteczne

Prace wykonywane przez bezrobotnych bez prawa do zasiłku.

Podstawowe formy zatrudnienia

Zanim podpiszesz umowę o pracę dobrze jest wiedzieć, jakie są podstawowe formy zatrudnienia.

1. Umowa o pracę

Na okres próbny

Obowiązuje nie dłużej niż przez 3 miesiące. Zawiera się ją tylko raz, chyba że kolejna umowa dotyczy innego stanowiska lub wystąpiła 3-letnia przerwa w zatrudnieniu. Po jej wygaśnięciu można zawrzeć umowę na czas określony lub na czas nieokreślony. Pracownik ma prawo do urlopu wypoczynkowego, zwolnienia chorobowego, wynagrodzenia.

Okres wypowiedzenia zależy od czasu, na jaki została zawarta umowa, tj.:

- 3 dni robocze, jeżeli okres próbny nie przekracza 2 tygodni,
- 1 tydzień roboczy, jeżeli okres próbny jest dłuższy niż 2 tygodnie,
- 2 tygodnie robocze, jeżeli okres próbny wynosi 3 miesiące.

Na czas określony

Wygasa z upływem określonego terminu. Okres zatrudnienia w przypadku umowy zawieranej między tym samym pracodawcą i pracownikiem nie może być dłuższy niż 33 miesiące a łączna liczba tych umów nie może przekraczać trzech. Pracownik ma prawo do urlopu wypoczynkowego, zwolnienia chorobowego, wynagrodzenia.

Okres wypowiedzenia wynosi:

- 2 tygodnie (pracownik był zatrudniony krócej niż przez 6 miesięcy),
- 1 miesiąc (pracownik był zatrudniony co najmniej 6 miesięcy),
- 3 miesiące (pracownik był zatrudniony co najmniej przez 3 lata).

Na czas nieokreślony

Jest bezterminowa. Stanowi najbardziej stabilną formę zatrudnienia. Pracownik ma prawo do urlopu wypoczynkowego, zwolnienia chorobowego, wynagrodzenia.

Okres wypowiedzenia umowy na czas nieokreślony – jak w przypadku umowy na czas określony.

2. Umowa zlecenie

Umowa - zlecenie jest umową cywilnoprawną. Przez umowę zlecenie należy rozumieć zobowiązanie jednej osoby (zleceniobiorcy) do wykonania określonej czynności prawnej (np. pracy) dla innego podmiotu (zleceniodawcy), na warunkach określonych w umowie.

3. Pojęcie „praca na czarno”

Praca na czarno to nic innego, jak wykonywanie obowiązków bez piśmiennego potwierdzenia, a tym samym bez zgłoszenia tego faktu do ZUS. Taki proceder jest nielegalny i podlega karom ustalonym w Kodeksie Pracy.

NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ

Jeżeli stan Twojego zdrowia uniemożliwi Ci podejmowanie zatrudnienia, możesz wystąpić z wnioskiem o wydanie orzeczenia do następujących organów:

- organu pozarentowego, tj. Powiatowego Zespołu ds. Orzekania o Niepełnosprawności,
- organu rentowego (np. ZUS, KRUS).

Z tego prawa możesz skorzystać również w czasie pobytu w zakładzie karnym.

Kiedy możesz ubiegać się o świadczenie z organu rentowego?

- masz stwierdzoną niezdolność do pracy,
- posiadasz odpowiedni staż pracy przed dniem złożenia wniosku o rentę
- lub przed dniem, w którym powstała niezdolność do pracy,
- twoja niezdolność do pracy powstała w czasie okresów składkowych lub nieskładkowych wskazanych w ustawie emerytalnej albo w ciągu 18 miesięcy od ustania tych okresów.

Jeżeli łącznie spełniasz wszystkie warunki możesz złożyć pisemny wniosek o rentę z tytułu niezdolności do pracy.

Wszystkie druki, formularze możesz pobrać ze strony internetowej właściwego organu rentowego.

W jaki sposób możesz ustalić stopień niepełnosprawności przez organ pozarentowy?

1. Złóż pisemny wniosek o wydanie orzeczenia o stopniu niepełnosprawności w Zespole ds. Orzekania właściwym dla miejsca pobytu.
2. Do wniosku dołącz zaświadczenie lekarskie o stanie zdrowia wystawione przez lekarza na obowiązującym druku (wypisany druk jest ważny przez 30 dni od daty wystawienia). Do wniosku możesz dołączyć inne dokumenty medyczne potwierdzające sytuację zdrowotną, tj. karty informacyjnych z pobyków w szpitalu, badania specjalistyczne oraz inne posiadane dokumenty mogące mieć wpływ na ustalenie stopnia niepełnosprawności.

WAŻNE:

Po opuszczeniu zakładu karnego, składając wniosek do ośrodka pomocy społecznej o przyznanie świadczeń z pomocy społecznej złóż aktualne orzeczenie. Jeżeli zgodnie z orzeczeniem masz ustalony znaczny bądź umiarkowany stopień niepełnosprawności lub orzeczoną całkowitą niezdolność do pracy i nie posiadasz dochodu lub Twój dochód jest niższy niż kwota kryterium dochodowego określonego ustawą o pomocy społecznej, możesz ubiegać się o przyznanie świadczenia w formie zasiłku stałego.

Świadczenie zostanie przyznane od miesiąca złożenia wniosku na okres ważności orzeczenia. Zostanie Ci przyznane ubezpieczenie zdrowotne, o ile nie nastąpiło to wcześniej z innego tytułu.

Orzeczenie o niepełnosprawności możesz wykorzystać m.in. aby uzyskać:

- odpowiednie zatrudnienie,
- uczestnictwo w terapii zajęciowej,
- konieczność zaopatrzenia w przedmioty ortopedyczne,
- uzyskanie stosownych przywilejów w ruchu drogowym, pomoce techniczne, ułatwiające funkcjonowanie danej osoby,
- ulgi w podatkach, zniżki w komunikacji, zwolnienie z opłat radiowo – telewizyjnych (abonamentu),
- uprawnienia do zasiłku pielęgnacyjnego oraz do zasiłku stałego z pomocy społecznej.

WSPARCIE FINANSOWE

Jeżeli uznasz, że nie jesteś w stanie samodzielnie zaspokoić swoich podstawowych potrzeb bytowych (nie posiadasz dochodów lub posiadane dochody są niewystarczające) i Twoja sytuacja życiowa lub sytuacja Twojej rodziny wymaga udzielenia pomocy możesz zwrócić się do ośrodka pomocy społecznej w miejscu swojego zamieszkania lub do ośrodka właściwego ze względu na ostatni adres zameldowania na pobyt stały (dotyczy osób bezdomnych) o wsparcie.

Ubiegając się o przyznanie pomocy należy również wskazać trudności, z którymi zmagasz się Ty lub Twoja rodzina m.in.:

- ubóstwo,
- bezdomność,
- bezrobocie,
- niepełnosprawność,
- długotrwała lub ciężka choroba,
- przemoc w rodzinie,
- potrzeba ochrony macierzyństwa lub wielodzietności,
- trudności w integracji cudzoziemców, którzy uzyskali w Rzeczypospolitej Polskiej status uchodźcy, ochronę uzupełniającą lub zezwolenie na pobyt czasowy,
- bezradność w sprawach opiekuńczo-wychowawczych i prowadzeniu gospodarstwa domowego, zwłaszcza w rodzinach niepełnych lub wielodzietnych,
- trudności w przystosowaniu do życia po zwolnieniu z zakładu karnego,
- alkoholizm lub narkomania,
- zdarzenie losowe i sytuacja kryzysowa.

WAŻNE:

Prawo do świadczeń pieniężnych przysługuje osobom i rodzinom, których posiadane dochody nie przekraczają kryteriów dochodowych ustalonych w oparciu o próg interwencji socjalnej (kwoty obowiązują od 01.10.2018r):

- dla osoby samotnie gospodarującej - kwota 701,00 zł,
- dla osoby w rodzinie - kwota 528,00 zł.

Powyższe kwoty ulegają zmianie co 3 lata.

Zasady udzielania świadczeń z Pomocy Społecznej:

Świadczenia z pomocy społecznej udzielane są na wniosek:

- osoby zainteresowanej,
- jej przedstawiciela ustawowego,
- innej osoby, za zgodą osoby zainteresowanej lub jej przedstawiciela ustawowego.

Pomoc społeczna może być także udzielana z urzędu.

Jeżeli przed osadzeniem w zakładzie karnym na Twoim utrzymaniu pozostawała rodzina i wiesz, że pogorszyła się jej sytuacja materialno-bytowa możesz w jej imieniu wystosować wniosek o udzielenie pomocy do właściwego - ze względu na miejsce zamieszkania - ośrodka pomocy społecznej.

Jakie dokumenty mogą być wymagane przy rozpatrywaniu złożonego wniosku:

- dokumenty potwierdzające źródło i wysokość wszystkich osiąganych dochodów (np. wynagrodzenie, renta, zasiłek dla bezrobotnych),
- dokumenty potwierdzające stan zdrowia i sytuację rodzinną,
- świadectwo zwolnienia - osoba opuszczająca zakład karny.

Formy udzielanej pomocy:

Świadczenia pieniężne

- zasiłek stały – z tytułu całkowitej niezdolności do pracy, z tytułu osiągnięcia wieku emerytalnego pod warunkiem spełnienia kryterium dochodowego,
- zasiłek okresowy – w szczególności z powodu bezrobocia, niepełnosprawności, długotrwałej choroby na uzupełnienie potrzeb bytowych,
- zasiłek celowy i celowy specjalny – jednorazowa pomoc na ściśle określony cel,
- zasiłek celowy (program rządowy - „Posiłek w domu i w szkole”),
- świadczenie pieniężne na zakup posiłku lub żywności.

Świadczenia niepieniężne

- praca socjalna,
- bilet kredytowany,
- składki na ubezpieczenie zdrowotne,
- składki na ubezpieczenia społeczne,

- pomoc rzeczowa,
- sprawienie pogrzebu,
- poradnictwo specjalistyczne,
- interwencja kryzysowa,
- schronienie,
- posiłek,
- niezbędne ubranie,
- usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania,
- specjalistyczne usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania,
- mieszkanie chronione,
- pobyt i usługi w domu pomocy społecznej,
- pomoc w uzyskaniu odpowiednich warunków mieszkaniowych, w tym w mieszkaniu chronionym, pomoc w uzyskaniu zatrudnienia, pomoc na zagospodarowanie – w formie rzeczowej dla osób usamodzielnianych.

WAŻNE:

Jeżeli jesteś osobą odbywającą karę pozbawienia wolności i przebywasz w zakładzie karnym lub jesteś osobą tymczasowo aresztowaną nie przysługuje Ci prawo do świadczeń z pomocy społecznej.

W praktyce powyższe oznacza, że musisz powiadomić ośrodek pomocy społecznej o swojej sytuacji życiowej związanej z pobytem w zakładzie karnym lub areszcie śledczym w przypadku dotychczasowego korzystania ze świadczeń pomocy społecznej

POMOC KURATORSKIEJ SŁUŻBY SĄDOWEJ

Kuratorska służba sądowa to instytucja, która dysponuje środkami celowymi. Znajduje się ona w każdym sądzie rejonowym. Właściwymi dla rozpatrzenia Twoich próśb są zawsze kuratorzy przy sądzie rejonowym w miejscu twojego zamieszkania.

Po zakończeniu odbywania kary możesz ubiegać się tam o udzielenie pomocy, przedstawiając świadectwo zwolnienia.

WAŻNE:

To bardzo ważne, żeby mieć przy sobie ten dokument, ponieważ poświadczą on Twój pobyt w zakładzie karnym. Zakłady karne nie wystawiają po raz drugi tego dokumentu.

Opuszczając zakład karny, możesz wymagać wsparcia w różnej formie oraz zaspokojenia różnych potrzeb.

Do najczęściej preferowanych działań pomocowych ze strony kuratora sądowego należą: przyznanie bonów żywnościowych, świadczenia pieniężnego na określony wcześniej cel, pokrywanie kosztów zakwaterowania, badań lekarskich, kursów zawodowych, zakupu leków, terapii.

WAŻNE:

Świadczenie pieniężne może być przyznane tylko na konkretny oznaczony cel.

Po zwolnieniu z zakładu karnego w celu otrzymania pomocy postpenitencjarnej zgłoś się do zawodowego kuratora sądowego (kuratora dla dorosłych) - sądu rejonowego właściwego ze względu na miejsce Twojego zamieszkania. Uzyskanie stosownej pomocy w momencie zwolnienia, przyznanej przez dyrektora nie wyklucza uprawnienia do starania się o uzyskanie pomocy postpenitencjarnej w sądzie.

Jakie dokumenty należy złożyć oraz jakich informacji należy udzielić w celu otrzymania pomocy?

Do kuratora udajesz się z napisanym przez siebie wnioskiem, w którym musisz określić konkretny cel, na jaki chciałbyś przeznaczyć wsparcie.

Wniosek taki powinien posiadać uzasadnienie. W uzasadnieniu opisujesz swoją aktualną sytuację życiową. Do wniosku załączasz świadectwo zwolnienia z zakładu karnego oraz dokumenty potwierdzające potrzebę przyznania wnioskowanej pomocy (np. decyzję o uznaniu za osobę bezrobotną z powiatowego urzędu pracy, dokumenty potwierdzające obecną sytuację materialną, prowadzone leczenie, decyzję uznającą wnioskodawcę za osobę niepełnosprawną).

Wniosek możesz złożyć osobiście lub drogą pocztową.

WAŻNE:

Wniosek o przyznanie pomocy postpenitencjarnej zaadresuj do kuratora dla dorosłych w sądzie rejonowym, w którego właściwości miejscowej zamieszkujesz lub przebywasz, a nie do prezesa sądu! Skróci to okres rozpatrywania wniosku.

Z pomocy postpenitencjarnej po zwolnieniu z zakładu karnego możesz korzystać przez okres 3 miesięcy od opuszczenia zakładu karnego lub aresztu śledczego. Obowiązujące przepisy przewidują jednak pewne wyjątki.

W szczególnych okolicznościach uprawnienie powyższe wygasa dopiero po 6 miesiącach od opuszczenia zakładu karnego lub aresztu śledczego.

Tymi szczególnymi okolicznościami jest choroba lub czasowa niezdolność do pracy wnioskodawcy. Ten stan najczęściej wymaga zakupu leków, dodatkowych porad lekarskich i badań, na które możesz nie mieć środków.

WAŻNE:

O przyznanie pomocy postpenitencjarnej możesz ubiegać nawet kilkakrotnie w ustawowym 3 - miesięcznym okresie od zwolnienia (w wyjątkowych przypadkach 6 - miesięcznym okresie zgodnie z wyżej przedstawionymi przypadkami), jeśli zachodzi szczególna uzasadniona przyczyna.

NAJWAŻNIEJSZE ADRESY

Ośrodki Pomocy Społecznej w Województwie Kujawsko- Pomorskim

Lp.	Nazwa instytucji	Adres	Nr telefonu
Miejskie Ośrodki Pomocy Społecznej/Rodzinie			
1	MOPS Bydgoszcz	ul. Ogrodowa 9, 85-039 Bydgoszcz	52 325 44 18
2	MOPR Grudziądz	ul. Waryńskiego 34A, 86-300 Grudziądz	56 696 87 00
3	MOPR Toruń	ul. Konstytucji 3-go Maja 40c, 87-100 Toruń	56 650 85 65
4	MOPR Włocławek	ul. Ogniowa 8/10, 87-800 Włocławek	54 423 23 00

Lp.	Nazwa instytucji	Adres	Nr telefonu
POWIAT ALEKSANDROWSKI			
1	MOPS Aleksandrów Kujawski	ul. Słowackiego 12 87-700 Aleksandrów Kujawski	54 427 11 39
2	GOPS Aleksandrów Kujawski	ul. Słowackiego 12 87-700 Aleksandrów Kujawski	54 282 20 59
3	GOPS Bądkowo	ul. Włocławska 82, 87-704 Bądkowo	54 272 41 00
4	MOPS Ciechocinek	ul. Kopernika 14, 87-720 Ciechocinek	54 416 10 18
5	GOPS Koneck	Koneck 30, 87-702 Koneck	54 272 20 02
6	MOPS Nieszawa	ul. 3 Maja 2, 87-730 Nieszawa	542 838 031
7	GOPS Raciążek	ul. Rynkowa 6a, 87-721 Raciążek	54 283 18 25
8	GOPS Wąganiec	ul. Dworcowa 7, 87-731 Wąganiec	54 283 09 45
9	GOPS Zakrzewo	ul. Leśna 1, 87-707 Zakrzewo	54 272 09 36
POWIAT BRODNICKI			
10	GOPS Bobrowo	Bobrowo 27, 87-327 Bobrowo	56 491 33 58
11	MOPS Brodnica	ul. Ustronie 2b, 87-300 Brodnica	56 49 82 742
12	GOPS Brodnica	ul. Mazurska 13, 87 - 300 Brodnica	56 495 49 90
13	GOPS Brzozie	Brzozie 50, 87-313 Brzozie	564 912 925
14	GOPS Górzno	ul. Okrężna 9/4, 87-320 Górzno	56 49 88 181 510 246 713
15	GOPS Bartniczka	ul. Brodnicka 8, 87-321 Bartniczka	56 49 368 18
16	MGOPS Jabłonowo Pomorskie	ul. Główna 22 87-330 Jabłonowo Pomorskie	56 498 04 92 56 49 80 125

Lp.	Nazwa instytucji	Adres	Nr telefonu
17	GOPS Osiek	Osiek 85, 87-340 Osiek	564 938 121 564 938 123
18	GOPS Świedziebnia	Świedziebnia 92A, 87-335 Świedziebnia	56 4938460
19	GOPS Zbiczno	Zbiczno 199, 87-305 Zbiczno	56 49 39 319
POWIAT BYDGOSKI			
20	GOPS Białe Błota	ul. Betonowa 1 A, 86-005 Białe Błota	52 349 48 24
21	GOPS Dąbrowa Chełmińska	ul. Bydgoska 21 86-070 Dąbrowa Chełmińska	52 381 67 69
22	GOPS Dobrcz	ul. Długa 54, 86-022 Dobrcz	52 364 80 28
23	MGOPS Koronowo	ul. Pomianowskiego 1, 86-010 Koronowo	52 567 31 10
24	GOPS Nowa Wieś Wielka	ul. Ogrodowa 2A 86-060 Nowa Wieś Wielka	523 812 455
25	GOPS Osielecko	ul. Centralna 6A, 86-031 Osielecko	52 331 32 70
26	GOPS Sicienko	ul. Mrotecka 9, 86-014 Sicienko	52 587 07 59 52 587 04 06
27	MGOPS Solec Kujawski	ul. 29 Listopada 12 86-050 Solec Kujawski	52 387 87 02
POWIAT CHEŁMIŃSKI			
28	MOPS Chełmno	ul. gen. J. Hallera 11, 86-200 Chełmno	56 686 84 36
29	GOPS Chełmno	ul. Kościuszki 3/2, 86-200 Chełmno	56 471 60 50
30	GOPS Kijewo Królewskie	ul. Chełmińska 7B, 86-253 Kijewo Królewskie	56 686 70 54
31	GOPS Lisewo	ul. Toruńska 15, 86-230 Lisewo	56 676 85 10
32	GOPS Papowo Biskupie	Papowo Biskupie 128 86-221 Papowo Biskupie	56 676 81 01
33	GOPS Stolno	Stolno 112, 86-212 Stolno	56 677 09 21
34	GOPS Unisław	ul. Parkowa 20, 86-260 Unisław	56 68 68 731
POWIAT GOLUBSKO-DOBZYŃSKI			
35	GOPS Ciechocin	Miliśzewy 51, 87-408 Ciechocin	56 683 70 67
36	Golub-Dobrzyń	ul. Kilińskiego 10, 87-400 Golub-Dobrzyń	56 683 54 10,41
37	GOPS Golub-Dobrzyń	Plac 1000-lecia 22 a, 87-400 Golub-Dobrzyń	570-818-607
38	MGOPS Kowalewo Pomorskie	ul. Plac Wolności 3 87-410 Kowalewo Pomorskie	56 684 11 30
39	GOPS Radomin	Radomin 1A, 87-404 Radomin	56 683 75 22
40	GOPS Zbójno	Zbójno 35A, 87 -645 Zbójno	54 2801932

Lp.	Nazwa instytucji	Adres	Nr telefonu
POWIAT GRUDZIĄDZKI			
41	GOPS Grudziądz	ul. Wybickiego 38, 86-300 Grudziądz	564 663 479
42	GOPS Gruta	Gruta 244, 86-330 Mełno	56 465 87 34
43	MGOPS Łasin	ul. Radzyńska 2, 86-320 Łasin	56 466 47 12
44	MGOPS Radzyń Chełmiński	Pl. Towarzystwa Jaszczurczego 9 87-220 Radzyń Chełmiński	56 462 66 84
45	GOPS Rogóźno	Rogóźno 91 B, 86-318 Rogóźno	564 688 506
46	GOPS Świecie nad Osą	86-341 Świecie nad Osą	56 466 19 51
POWIAT INOWROCŁAWSKI			
47	GOPS Dąbrowa Biskupia	ul. Topolowa 2 87-133 Dąbrowa Biskupia	52 35 121 36
48	MGOPS Gniewkowo	ul. Dworcowa 8c, 88-140 Gniewkowo	52 358 53 60
49	MGOPS Inowrocław	ul. Św. Ducha 90, 88-100 Inowrocław	52 357 10 31
50	GOPS Inowrocław	Królowej Jadwigi 43, 88-100 Inowrocław	52 35 55 850
51	MGOPS Janikowo	ul. Miła 11 88-160 Janikowo	52 351 44 34 52 351 44 35
52	MGOPS Kruszwica	ul. Rybacka 20, 88-150 Kruszwica	52 351 54 89
53	OPS Pakość	ul. Inowrocławska 14, 88-170 Pakość	523 518 137
54	GOPS Rojewo	Rojewo 8, 88-111 Rojewo	52 354 79 20
55	GOPS Złotniki Kujawskie	ul. Powstańców Wlkp. 6 88-180 Złotniki Kujawskie	881 465 142
POWIAT LIPNOWSKI			
56	GOPS Bobrowniki	Nieszawska 10, 87-617 Bobrowniki	542 305 142
57	GOPS Chrostkowo	Chrostkowo 99, 87-602 Chrostkowo	54 306 75 41
58	MGOPS Dobrzyń nad Wisłą	ul. Szkolna 1 87-610 Dobrzyń nad Wisłą	542 530 506
59	GOPS Kikół	Plac Kościuszki 7a 87-620 Kikół	54 289 46 70 509 358 276
60	MOPS Lipno	ul. Włocławska 16a, 87-600 Lipno	54 287 2067
61	GOPS Lipno	ul. Mickiewicza 29 87-600 Lipno	542 886 212 542 886 204 542 886 226
62	MGOPS Skępe	ul. Kościelna 2, 87 - 630 Skępe	54 287 85 31
63	GOPS Tłuchowo	ul. Sierpecka 20 87- 605 Tłuchowo	54 287 62 60 wew. 22
64	GOPS Wielgie	ul. Starowiejska 8, 87-603 Wielgie	54 289 71 11

Lp.	Nazwa instytucji	Adres	Nr telefonu
POWIAT MOGILEŃSKI			
65	GOPS Dąbrowa	ul. Parkowa 2, 88-306 Dąbrowa	523 186 210
66	GOPS Jeziora Wielkie	Jeziora Wielkie 106/4 88-324 Jeziora Wielkie	52 318 72 20 wew. 13, 19 lub 535 904 999
67	MGOPS Mogilno	Rynek 10, 88-300 Mogilno	52 315 93 15
68	MGOPS Strzelno	ul. Sportowa 6 88 - 320 Strzelno	52 569 14 47 52 569 14 57
POWIAT NAKIELSKI			
69	MGOPS Kcynia	ul. Libelta 28, 89-240 Kcynia	52 384 76 78
70	MGOPS Mrocza	ul. Łąkowa 7, 89-115 Mrocza	52 385 63 55
71	MGOPS Nakło nad Notecią	ul. ks. Piotra Skargi 2 89-100 Nakło nad Notecią	52 386 08 14
72	GOPS Sadki	ul. Ignacego Tomysłaka 37, 89-110 Sadki	52 385 90 55
73	MGOPS Szubin	ul. Kcyńska 34 89-200 Szubin	52 371 59 01 503 440 140
POWIAT RADZIEJOWSKI			
74	GOPS Bytoń	Bytoń 72, 88-231 Bytoń	54 285 13 27
75	GOPS Dobrze	Dworcowa 6, 88-210 Dobrze	54 285 00 83
76	GOPS Osiężyny	ul. Wojska Polskiego 14, 88-220 Osiężyny	542 650 024
77	MGOPS Piotrków Kujawski	ul. Słoneczna 32 88-230 Piotrków Kujawski	542 654 184
78	MOPS Radziejów	ul. Rynek 1, 88-200 Radziejów	542 854 603
79	GOPS Radziejów	ul. Kościuszki 58, 88-200 Radziejów	54 231 28 78
80	GOPS Topólka	Topólka 22, 87-875 Topólka	54 286 90 68
POWIAT RYPIŃSKI			
81	GOPS Brzuze	Brzuze 63, 87-517 Brzuze	54 233 06 66
82	GOPS Rogowo	Rogowo 51, 87-515 Rogowo	54 280 16 22
83	MOPS Rypin	ul. Warszawska 40, 87-500 Rypin	54 280 96 50/51/
84	GOPS Rypin	ul. Lipnowska 4, 87-500 Rypin	54 280 97 06
85	GOPS Skrwilno	ul. Rypińska 7 87-510 Skrwilno	881 469 989 881470306 54 2700012
86	GOPS Wąpielsk	Wąpielsk 59D, 87-337 Wąpielsk	56 493 83 21

Lp.	Nazwa instytucji	Adres	Nr telefonu
POWIAT SĘPOLEŃSKI			
87	MGOPS Kamień Krajeński	Plac Odrodzenia 3 89-430 Kamień Krajeński	52 389 45 26
88	OPS Sępólno Krajeńskie	ul. Szkolna 8 89-400 Sępólno Krajeńskie	523 888 450
89	GOPS Sośno	ul. Parkowa 4, 89-412 Sośno	52 289 12 17
90	MGOPS Więcbork	ul. Mickiewicza 22a, 89-410 Więcbork	52 389 53 50
POWIAT ŚWIECKI			
91	GOPS Bukowiec	ul. Dr Fl. Ceynowy 14, 86-122 Bukowiec	523 309 324
92	GOPS Dragacz	Dragacz 7a, 86-134 Dragacz	52 33 24 870
93	GOPS Drzycim	ul. Podgórna 10, 86-140 Drzycim	52 3317042
94	GOPS Jeżewo	ul. Świecka 12, 86-131 Jeżewo	525 228 154
95	GOPS Lniano	Wyzwolenia 9, 86-141 Lniano	52 332376564
96	MGOPS Nowe	Plac Św. Rocha 5, 86-170 Nowe	52 333 72 37
97	GOPS Osie	ul. Dworcowa 6, 86-150 Osie	52 3209732
98	GOPS Pruszcz	ul. Główna 33, 86-120 Pruszcz	525 624 309
99	OPS Świecie	ul. Generała Józefa Hallera 11, 86-100 Świecie	52 519 05 40-48
100	GOPS Świekatowo	ul. Tucholska 6, 86-182 Świekatowo	52 320 55 84
101	GOPS Warlubie	ul. Dworcowa 15, 86-160 Warlubie	52 380 05 31
POWIAT TORUŃSKI			
102	MOPS Chełmża	ul. Gen. J. Hallera 19, 87-140 Chełmża	566 752 469
103	GOPS Chełmża	ul. Paderewskiego 11, 87-140 Chełmża	56 675 60 19
104	GOPS Czernikowo	ul. Słowackiego 12, 87-640 Czernikowo	54 287 50 01
105	GOPS Lubicz	ul. Toruńska 56, 87-162 Lubicz	566 742 155
106	GOPS Łubianka	ul. Toruńska 97 87-152 Łubianka	56 649 56 60 530 443 205
107	GOPS Łysomice	ul. Warszawska 19, 87-148 Łysomice	508 394 505
108	GOPS Obrowo	ul. Aleja Lipowa 27 87-126 Obrowo	56 678 60 22 wew. 131
109	GOPS Wielka Nieszawka	Wielka Nieszawka ul. Toruńska 14, 87-165 Cierpice	56 622 08 28
110	GOPS Zławień Wielka	Słoneczna 28, 87-134 Zławień Wielka	56 674 39 66
POWIAT TUCHOLSKI			
111	GOPS Cekcyn	ul. Szkolna 2, 89-511 Cekcyn	52 334 75 69
112	GOPS Gostycyn	ul. Sępoleńska 12 A, 89-520 Gostycyn	52 334 62 00

Lp.	Nazwa instytucji	Adres	Nr telefonu
113	GOPS Kęsowo	ul. Główna 19, 89-506 Kęsowo	52 33 44 133
114	GOPS Lubiewo	ul. Wojska Polskiego 8, 89-526 Lubiewo	52 334 92 49
115	GOPS Śliwice	ul. ks. dr. St. Sychowskiego 28, 89-530 Śliwice	52 334 07 27
116	GOPS Tuchola	ul. Świecka 45, 89-500 Tuchola	523 956 300
POWIAT WĄBRZESKI			
117	GOPS Dębowa Łąka	Dębowa Łąka 38, 87-207 Dębowa Łąka	56 688 49 12
118	GOPS Książki	ul. Bankowa 4, 87-222 Książki	56 688 81 10
119	GOPS Płużnica	Płużnica 54, 87-214 Płużnica	56 688 75 09
120	MOPS Wąbrzeźno	ul. Wolności 32, 87-200 Wąbrzeźno	56 689 04 00
121	GOPS Wąbrzeźno	ul. Mickiewicza 12/1, 87-200 Wąbrzeźno	56 687 75 34
POWIAT WŁOCŁAWSKI			
122	GOPS Baruchowo	Baruchowo 54, 87-821 Baruchowo	54 284 56 11 w.25
123	GOPS Boniewo	ul. Szkolna 28, 87-851 Boniewo	542 840 181
124	BOPS Brześć Kujawski	ul. Królewska 5 87-880 Brześć Kujawski	54 231 06 31
125	GOPS Chocień	ul. Sikorskiego 8b, 87-850 Chocień	54 307 03 54
126	MGOPS Chodecz	ul. Kaliska 2 , 87-860 Chodecz	54 284 80 48
127	GOPS Fabianki	Fabianki 4, 87-811 Fabianki	54 231 78 00
128	MGOPS Izbica Kujawska	ul. Marszałka Piłsudskiego 32 87-865 Izbica Kujawska	54 286 51 60
129	MOPS Kowal	ul. Piwna 24, 87-820 Kowal	54 284 20 29
130	GOPS Kowal	ul. Piwna 33, 87-820 Kowal	54 284 22 52 w 121
131	GOPS Lubanie	87-732 Lubanie 28a	542 513 413
132	OPS Lubień Kujawski	ul. Wojska Polskiego 29 87-840 Lubień Kujawski	54 284 43 26
133	MGOPS Lubraniec	ul. Brzeska 49 87-890 Lubraniec	54 286 20 13 wew. 35
134	GOPS Włocławek	ul. Królewska 7, 87-800 Włocławek	54 230 53 47
POWIAT ŻNIŃSKI			
135	MGOPS Barcin	ul. Mogileńska 3, 88 - 190 Barcin	52 383 34 45
136	GOPS Gąsawa	ul. Żnińska 19, 88-410 Gąsawa	52 303 62 31
137	MGOPS Janowiec Wielkopolski	ul. Strzelecka 8 88-430 Janowiec Wielkopolski	523 026 068
138	MOPS Łabiszyn	89-210 Łabiszyn, ul. Szubińska 1	52 384 41 83
139	GOPS Rogowo	Rogowo ul. Kolejowa 4, 88-420 Rogowo	523 024 210
140	MOPS Żnin	ul. 700-lecia 36, 88-400 Żnin	523 032 910

Na podstawie Centralnej Aplikacji Statystycznej. Stan na dzień 15 lipca 2019 roku.

Powiatowe Centra Pomocy Rodzinie w Województwie Kujawsko- Pomorskim

Lp.	Nazwa instytucji	Adres	Nr telefonu
1	PCPR w Aleksandrowie Kujawskim	ul. Sikorskiego 3 87-700 Aleksandrów Kujawski	54 2826154
2	PCPR w Brodnicy	ul. Mickiewicza 1, 87-300 Brodnica	564 984 769
3	PCPR w Bydgoszczy	ul. Konarskiego 1-3, 85-066 Bydgoszcz	52 583 54 13
4	PCPR w Chełmnie	ul. Słowackiego 3, 86- 200 Chełmno	56 677 24 46
5	PCPR w Golubiu- Dobrzyniu	ul. Doktora Jerzego Gerarda Koppa 1A 87-400 Golub-Dobrzyń	56 683 54 76
6	PCPR w Grudziądzu	ul. Małomłyńska 1, 86-300 Grudziądz	56 462 29 39
7	PCPR w Inowrocławiu	ul. Mątewska 17 88-100 Inowrocław	523 592 255
8	PCPR w Lipnie	ul. Mickiewicza 56, 87-600 Lipno	54 288 66 43
9	PCPR w Mogilnie	ul. Ogrodowa 10, 88-320 Mogilno	52 31 59 0 31
10	PCPR w Nakle nad Notecią	ul. Dąbrowskiego 46 89-100 Nakło n. Notecią	52 325 17 24
11	PCPR w Radziejowie	ul. Kościuszki 58, 88-200 Radziejów	54 285 35 43
12	PCPR w Rypinie	ul. Warszawska 38A, 87-500 Rypin	542 803 641
13	PCPR w Sępólnie Krajeńskim z siedzibą w Więcborku	ul. Starodworcowa 8 89-410 Więcbork	52 389 85 01, 52 389 75 75
14	PCPR w Świeciu	ul. Wojska Polskiego 195A, 86-100 Świecie	52 568 32 00
15	PCPR w Toruniu	ul. Towarowa 4-6, 87 - 100 Toruń	56 62 87 50
16	PCPR w Tucholi	ul. Pocztowa 7, 89-500 Tuchola	52 559 20 18
17	PCPR w Wąbrzeźnie	ul. Wolności 44, 87-200 Wąbrzeźno	56 688 24 50
18	PCPR we Włocławku	ul. Brzeska 15, 87-800 Włocławek	54 231 22 38
19	PCPR w Żninie	ul. Szpitalna 32, 88-400 Żnin	52 303 01 69

Na podstawie Centralnej Aplikacji Statystycznej. Stan na dzień 15 lipca 2019 roku.

Schroniska, noclegownie i ogrzewalnie w Województwie Kujawsko- Pomorskim

Nazwa	Adres	Nr telefonu
BYDGOSZCZ		
Centrum Pomocy dla Bezdolnych Mężczyzn	ul. Fordońska 422, 85-790 Bydgoszcz	52 343 93 40
Centrum pomocy dla bezdomnych Kobiet i Matek z Dziećmi	ul. Polanka 9, 85-085 Bydgoszcz	52 372 22 57
Ogrzewalnia dla bezdomnych przy Zgromadzeniu Sióstr Albertynek	ul. Koronowska 14, 85-405 Bydgoszcz	523 277 355
GRUDZIĄDZ		
Schronisko dla bezdomnych mężczyzn	ul. Parkowa 22/24, 86-300 Grudziądz	56 64 330 64
Ogrzewalnia	ul. Parkowa 22/24, 86-300 Grudziądz	56 64 330 64
Schronisko z usługami opiekuńczymi	ul. Parkowa 22/24, 86-300 Grudziądz	57 64 330 64
Noclegownia dla bezdomnych mężczyzn	ul. Parkowa 22/24, 86-300 Grudziądz	56 64 330 64
Schronisko dla bezdomnych kobiet	ul. Waryńskiego 36, 86-300 Grudziądz	56 46 311 83, 56 46 401 90
TORUŃ		
Miejskie Schronisko dla bezdomnych mężczyzn	ul. M. Skłodowskiej - Curie 82/84, 87-100 Toruń	56 62 333 36
Noclegownia przy Miejskim Schronisku dla bezdomnych mężczyzn w Toruniu	ul. M. Skłodowskiej - Curie 82/84, 87-100 Toruń	56 62 328 54
Stowarzyszenie MONAR schronisko dla osób bezdomnych w Toruniu	ul. Dybowska 1, 87-100 Toruń	56 65 135 96
WŁOCŁAWEK		
Schronisko dla bezdomnych z usługami opiekuńczymi	ul. Karnkowskiego 7, 87-800 Włocławek	518 014 554
Schronisko dla bezdomnych mężczyzn	ul. Płocka 2, 87-800 Włocławek	518 014 558
Ogrzewalnia Caritas	ul. Wyszyńskiego 6, 87-800 Włocławek	518 014 558
Schronisko dla bezdomnych kobiet i mężczyzn	ul. Prymasa Karnkowskiego 7, 87-800 Włocławek	518 014 558

Nazwa	Adres	Nr telefonu
POWIAT BRODNICKI		
Schronisko dla Osób Bezdomnych „BETANIA"	ul. Gajdy 3, 87-300 Brodnica	696 083 848
POWIAT BYDGOSKI		
Schronisko dla osób bezdomnych	Nowy Jasiniec 45, 86-010 Koronowo	661 166 838, 52 382 97 29
Schronisko dla osób bezdomnych z usługami opiekuńczymi	Nowy Jasiniec 45, 86-010 Koronowo	661 166 838, 52 382 97 60
POWIAT INOWROCŁAWSKI		
Ogrzewalnia dla bezdomnych mężczyzn	ul. Jacewska 118, 88-100 Inowrocław	52 35 711 22
Schronisko dla bezdomnych mężczyzn	ul. Jacewska 118, 88-100 Inowrocław	52 35 711 22
Schronisko dla bezdomnych kobiet	ul. Toruńska 26, 88-100 Inowrocław	56 30 339 27
POWIAT MOGILEŃSKI		
Schronisko dla bezdomnych kobiet i mężczyzn	ul. Łąkowa 1b, 88-300 Mogiła	52 318 06 26
POWIAT NAKIELSKI		
Schronisko dla bezdomnych „JUDYM"	ul. Powstańców Wielkopolskich 35, 89-200 Szubin	52 38 459 17
Noclegownia dla osób bezdomnych „JUDYM II"	ul. Powstańców Wielkopolskich 35, 89-200 Szubin	52 38 459 17
POWIAT ŚWIECKI		
Schronisko dla osób bezdomnych	ul. Ogrodowa 9b, 86-200 Świecie	52 33 163 25
Ogrzewalnia dla osób bezdomnych	ul. Tylna 12, 86-170 Nowe	52 33 372 39
POWIAT TORUŃSKI		
Schronisko dla osób bezdomnych im. bł. Ks. Stefana Wincentego Frelichowskiego w Chełmży	ul. Polna 20, 87-140 Chełmża	696 083 848

Na podstawie badania ankietowego ROPS w Toruniu „Akcja Zima 2019/2020", Toruń 26.09.2019 r.

Jadłodajnie wydające posiłki wszystkim osobom potrzebującym w Województwie Kujawsko- Pomorskim

Nazwa	Adres	Nr telefonu
BYDGOSZCZ		
Centrum Pomocy „„Betlejem” Caritas Diecezji Bydgoskiej	ul. Drukarska 6 85-005 Bydgoszcz	52 371 67 21
Jadłodajnia Bydgoskiego Stowarzyszenia Miłosierdzia św. Wincentego a'Paulo	ul. Ossolińskich 2 85-093 Bydgoszcz	52 322 53 52
Centrum Pomocy im. św. Brata Alberta	ul. Koronowska 14 85-405 Bydgoszcz	52 327 73 55
Centrum Chrześcijańskie Kanaan Misja Betezda – Stołówka	ul. Czarторыskiego 12 85-222 Bydgoszcz	52 321 35 28
Stołówka przy Centrum Pomocy dla Bezdomnych Mężczyzn	ul. Fordońska 422 85-085 Bydgoszcz	52 343 93 40
GRUDZIĄDZ		
Stołówka Grudziądzkiego Centrum Caritas im. Błogostawionej Juty	Al. 23 Stycznia 16 (plebania parafii Ducha Świętego), 86-300 Grudziądz	56 642 94 44
TORUŃ		
Jadłodajnia dla Ubogich	ul. Poznańska 49, 87-100 Toruń Klasztor Zakonu Braci Mniejszych Franciszkanów (Świątlica św. Franciszka)	56 657 14 10
Centrum Pielęgnacji Caritas	ul. Wyszyńskiego 7/9 87-100 Toruń	56 659 03 97
Jadłodajnia Toruńskie Centrum Caritas	ul. Szosa Bydgoska 1A 87-100 Toruń	56 654 05 43
WŁOCŁAWEK		
Jadłodajnia Caritas Diecezji Włocławskiej	ul. Gdańska 6 87- 800 Włocławek	518 01 45 50
POWIAT RADZIEJOWSKI		
Jadłodajnia im.bł. Rafała Chylińskiego przy klasztorze oo. Franciszkanów w Radziejowie	ul. Franciszkańska 4 88-200 Radziejów	54 285 54 19

Na podstawie ankiety w Centralnej Aplikacji Statystycznej Toruń, 26.09.2019 r.

Powiatowe Urzędy Pracy w Województwie Kujawsko - Pomorskim

Lp.	Nazwa instytucji	Adres	Nr telefonu
1	Powiatowy Urząd Pracy w Bydgoszczy	ul. Toruńska 147 85-950 Bydgoszcz	52 360 43 00
2	Powiatowy Urząd Pracy w Grudziądzu	ul. Parkowa 22 86 - 300 Grudziądz	56 643 30 00 56 643 84 00
3	Powiatowy Urząd Pracy dla Miasta Torunia	ul. Mazowiecka 49 A 87-100 Toruń	56 658 02 02
4	Powiatowy Urząd Pracy we Włocławku	ul. Kapitulna 24 87-800 Włocławek	54 234 00 89, 54 234 00 90
5	Powiatowy Urząd Pracy w Aleksandrowie Kujawskim	ul. Przemysłowa 1 87-700 Aleksandrów Kujawski	54 282 46 96
6	PUP w Bydgoszczy Filia w Koronowie	ul. Szosa Kotomierska 3 86-010 Koronowo	52 382 27 05
7	PUP w Bydgoszczy Filia w Solcu Kujawskim	ul. 23 Stycznia 14a 86-050 Solec Kujawski	52 387 22 87
8	Powiatowy Urząd Pracy w Brodnicy	ul. Żwirki i Wigury 3 87-300 Brodnica	56 649 89 40
9	Powiatowy Urząd Pracy w Chełmnie	ul. Świętojerska 1 86-200 Chełmno	56 686 00 41, 56 686 00 40
10	Powiatowy Urząd Pracy w Golubiu-Dobrzyniu	ul. Szosa Rypińska 26 87-400 Golub-Dobrzyń	56 683 52 30 33
11	Powiatowy Urząd Pracy w Inowrocławiu	ul. Mątewska 17 88-100 Inowrocław	52 359 24 00
12	Powiatowy Urząd Pracy w Lipnie	ul. Okrzei 7 87-600 Lipno	54 288 67 00
13	Powiatowy Urząd Pracy w Mogilnie	ul. Obrońców Mogilna 1 88-300 Mogilno	Bezpłatna infolinia: 800 119 199 52 318 67 10
14	Powiatowy Urząd Pracy w Nakle nad Notecią	ul. Dąbrowskiego 46 89-100 Nakło nad Notecią	52 386 76 10
15	Powiatowy Urząd Pracy w Nakle nad Notecią filia w Szubinie	ul. Sportowa 7 89-200 Szubin	52 391 13 10

Lp.	Nazwa instytucji	Adres	Nr telefonu
16	Powiatowy Urząd Pracy w Radziejowie	ul. Kościuszki 20/22 88-200 Radziejów	Bezpłatna infolinia: 800 105 500
17	Powiatowy Urząd Pracy w Rypinie	ul. Nowy Rynek 14 87-500 Rypin	54 280 21 44, 54 280 21 45
18	Powiatowy Urząd Pracy w Sępólnie Krajeńskim	ul. Tadeusza Kościuszki 11 89-400 Sępólno Krajeńskie	52 388 13 50
19	Powiatowy Urząd Pracy w Świeciu	ul. Wojska Polskiego 195a 86-100 Świecie	52 33 32 210
20	Powiatowy Urząd Pracy w Świeciu filia w Nowem	pl. Św. Rocha 5 86-170 Nowe	52 332 84 21
21	Powiatowy Urząd Pracy dla Powiatu Toruńskiego	ul. Towarowa 4-6 87-100 Toruń	56 662 87 87
22	Powiatowy Urząd Pracy w Tucholi	Plac Wolności 23 89-500 Tuchola	52 559 08 00
23	Powiatowy Urząd Pracy w Wąbrzeźnie	ul. Wolności 44 87-200 Wąbrzeźno	56 690 04 00
24	Powiatowy Urząd Pracy we Włocławku, filia w Kowalu	ul. Piwna 24 87-820 Kowal	54 274 10 50
25	Powiatowy Urząd Pracy we Włocławku, filia w Lubrańcu	ul. Brzeska 49 87-890 Lubraniec	54 286 22 18
26	Powiatowy Urząd Pracy w Żninie	ul. Składowa 4 88-400 Żnin	52 303 10 64 52 303 10 83

Pozyskano ze stron internetowych, stan na wrzesień 2019 roku.

SPIS TREŚCI:

Pomoc postpenitencjarna.....	1
Problemy mieszkaniowe	2
Bezdomność.....	5
Zdrowie	6
Uzależnienia	9
Rodzina	10
Praca	13
Niepełnosprawność.....	16
Wsparcie finansowe	17
Pomoc kuratorskiej służby sądowej.....	19
Najważniejsze adresy	21



Województwo
Kujawsko-Pomorskie



Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu
jest Jednostką Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego

WWW.ROPS.TORUN.PL