

INFORMATOR ZDROWIA PSYCHICZNEGO – PRZEWODNIK DLA OSÓB Z ZABURZENIAMI PSYCHICZNYMI

- Charakterystyka najczęstszych zaburzeń psychicznych.
- Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy w województwie mazowieckim.
- Dane o zakładach pracy chronionej, spółdzielniach pracy chronionej oraz zakładach aktywności zawodowej.



Warszawa, 2017

ZDROWIE PSYCHICZNE	6
KOMUNIKOWANIE SIĘ Z OSOBĄ W KRYZYSIE EMOCJONALNYM	8
CHOROBY I ZABURZENIA PSYCHICZNE	11
DEPRESJA	11
Objawy depresji	11
Rodzaje depresji	12
Depresja jako czynnik ryzyka samobójstwa	13
Leczenie zaburzeń depresyjnych	13
Ogólne zasady stosowania farmakoterapii w depresji	14
Psychoterapia w depresji	14
OTĘPIENIA	15
Funkcje poznawcze	15
Łagodne starcze zapominanie (mild cognitive impairment MCI)	16
Choroba Alzheimera	16
Leczenie choroby Alzheimera	17
Otępienie naczyniowe	17
Leczenie otępienia naczyniopochodnego	17
Trening funkcji poznawczych	18
PSYCHOZY	19
Psychozy objawy	19
Schizofrenia	20
Leczenie schizofrenii	20
UZALEŻNIENIA	22
Cechy alkoholizmu	23
Uzależnienia inne niż alkohol	23
ZABURZENIA AFEKTYWNE DWUBIEGUNOWE	25
Epizod maniakałny/mania	25
Depresja w przebiegu zaburzeń afektywnych dwubiegunowych	26
Epizody mieszane	26
Leczenie zaburzeń afektywnych dwubiegunowych	26
ZABURZENIA LĘKOWE	28
Zespół lęku napadowego	28
Fobia	29
Zaburzenia lękowe uogólnione	29
Leczenie zaburzeń lękowych	30
ZABURZENIA NERWICOWE	31

Zaburzenia dysocjacyjne (konwersyjne)	31
Amnezja i fuga	31
Ostupienie dysocjacyjne – stupor	32
Dysocjacyjne zaburzenia ruchu i czucia	32
Zaburzenia występujące pod postacią somatyczną	32
Zaburzenia hipochondryczne	33
Leczenie zaburzeń nerwicowych	33
ZABURZENIA STRESOWE	34
Ostra reakcja na stres	34
Zespół stresu pourazowego – PTSD	34
ZABURZENIA ŚWIADOMOŚCI	36
Zespół majaczeniowy (delirium)	36
Objawy	36
Postępowanie	37
ZAGROŻENIE SAMOBÓJCZE	39
GDZIE MOŻNA UZYSKAĆ POMOC - OPIEKA ZDROWOTNA I POMOC SPOŁECZNA	41
POWIAT BIAŁOBRZESKI	42
POWIAT CIECHANOWSKI	44
POWIAT GARWOLIŃSKI	46
POWIAT GOSTYNIŃSKI	48
POWIAT GRODZISKI	50
POWIAT GRÓJECKI	52
POWIAT KOZIENICKI	54
POWIAT LEGIONOWSKI	56
POWIAT LIPSKI	58
POWIAT ŁOSICKI	60
POWIAT MAKOWSKI	62
POWIAT MIŃSKI	64
POWIAT MŁAWSKI	66
POWIAT NOWODWORSKI	68
POWIAT OSTROŁĘCKI	70
MIASTO OSTROŁĘKA	72
POWIAT OSTROWSKI	74
POWIAT OTWOCKI	76
POWIAT PIASECZYŃSKI	78
MIASTO PŁOCK	80

POWIAT PŁOCKI	82
POWIAT PŁOŃSKI	84
POWIAT PRUSZKOWSKI.....	86
POWIAT PRZASNYSKI.....	88
POWIAT PRZYSUSKI.....	90
POWIAT PUŁTUSKI.....	92
MIASTO RADOM.....	94
POWIAT RADOMSKI	96
MIASTO SIEDLCE.....	98
POWIAT SIEDLECKI.....	100
POWIAT SIERPECKI.....	102
POWIAT SOCHACZEWSKI	104
POWIAT SOKOŁOWSKI	106
POWIAT SZYDŁOWIECKI	108
MIASTO STOŁECZNE WARSZAWA	110
POWIAT WARSZAWSKI ZACHODNI	119
POWIAT WĘGROWSKI.....	121
POWIAT WOŁOMIŃSKI.....	123
POWIAT WYSZKOWSKI.....	125
POWIAT ZWOLEŃSKI	127
POWIAT ŻUROMIŃSKI.....	129
POWIAT ŻYRARDOWSKI	131
ZAKŁADY PRACY CHRONIONEJ	133
POWIAT BIAŁOBRZESKI	133
POWIAT GOSTYNIŃSKI	133
POWIAT GRODZISKI.....	133
POWIAT KOZIENICKI	133
POWIAT MAKOWSKI	133
POWIAT NOWODWORSKI.....	133
POWIAT OSTROŁĘCKI.....	134
MIASTO OSTROŁĘKA.....	134
POWIAT OTWOCKI.....	134
POWIAT PIASECZYŃSKI.....	134
MIASTO PŁOCK.....	134
POWIAT PŁOŃSKI	134
POWIAT PRUSZKOWSKI.....	135

MIASTO RADOM.....	135
POWIAT RADOMSKI	135
POWIAT SIERPECKI.....	135
POWIAT SOCHACZEWSKI	135
POWIAT SOKOŁOWSKI	136
POWIAT SZYDŁOWIECKI	136
MIASTO WARSZAWA	136
POWIAT WARSZAWSKI ZACHODNI	138
POWIAT WĘGROWSKI.....	138
POWIAT ŻYRARDOWSKI	138
SPÓŁDZIELNIE PRACY CHRONIONEJ	138
CENTRA INTEGRACJI SPOŁECZNEJ	139
KLUBY INTEGRACJI SPOŁECZNEJ.....	140
ZAKŁADY AKTYWNOŚCI ZAWODOWEJ	140
WYKAZ WYBRANYCH ORGANIZACJI POZARZĄDOWYCH DZIAŁAJĄCYCH NA RZECZ OSÓB Z ZABURZENIAMI PSYCHICZNYMI	141

Zdrowie psychiczne

Zdrowie to nie tylko sfera fizyczna, lecz także aspekt psychiczny. Nasze zdrowie psychiczne jest bardzo ważne. To właśnie dzięki niemu możemy w pełni funkcjonować w życiu codziennym. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) definiuje zdrowie nie tylko jako brak choroby, lecz również stan fizycznego, psychicznego i społecznego dobrostanu.

W badaniu „Epidemiologia zaburzeń psychiatrycznych i dostępność psychiatrycznej opieki zdrowotnej. EZOP – Polska”, przeprowadzonego w latach 2010-2011, otrzymane dane wskazały, że występowanie przynajmniej jednego zaburzenia psychicznego w ciągu ostatnich 12 miesięcy rozpoznano u 23,4% osób (6 mln osób). To pierwszy w naszym kraju projekt zrealizowany na próbie 10 000 respondentów, mający na celu oszacowanie rozpowszechnienia zaburzeń psychicznych w Polsce. Z badań EZOP wynika, że co czwarty Polak w wieku produkcyjnym doświadczał w swoim życiu zaburzeń psychicznych, a co dwudziesty piąty – trzech i więcej. Do najczęstszych zaburzeń należały te związane z przyjmowaniem substancji (12,8%), w tym nadużywanie i uzależnienie od alkoholu (11,9%) oraz nadużywanie i uzależnienie od narkotyków (1,4%). Blisko 10% mieszkańców Polski (2,5 mln) cierpiało na zaburzenia nerwicowe, w tym fobie specyficzne, a prawie milion na poważne zaburzenia afektywne takie jak depresja, dystymia, mania. Znaczna część Polaków ujawnia, że w przeszłości doświadczała zaburzeń psychicznych, przy czym do najczęstszych należały zaburzenia afektywne - 30,9% (obniżenie nastroju i aktywności), fobie - 30,6%, zaburzenia lękowe - 23,9%. Badanie EZOP pokazało wyraźnie, że problemy ze zdrowiem psychicznym rzutują na różne dziedziny życia. Trudności z codziennym funkcjonowaniem (poznawczym, ruchowym, indywidualnym, czy społecznym) doświadcza z takiego powodu ok. 19% populacji (prawie 5 mln osób), co przekłada się na ograniczenia zdolności do wykonywania pracy lub codziennych czynności (18%), obniżenia jakości wykonywanej pracy (16%) lub wkładania w jej wykonywanie większego wysiłku (14%).

Należy pamiętać, że nie każdy dyskomfort psychiczny oznacza od razu zaburzenie psychiczne. Takie stany jak: niepokój, lęk, zniechęcenie są naturalnymi reakcjami na trudne zdarzenia życiowe. Jednak, gdy niektóre z tych stanów trwają dłuższy czas i wpływają negatywnie na nasze codzienne funkcjonowanie należy skorzystać z porady specjalisty.

Liczba miejsc, gdzie możemy otrzymać pomocy w takich sytuacjach, jest coraz większa, ale pewnie wciąż nie wystarcza. Możemy skorzystać z wizyty u lekarza rodzinnego – wszyscy oni w trakcie studiów i specjalizacji mieli zajęcia z podstaw psychologii i psychiatrii. Innym miejscem, gdzie na pewno otrzymamy poradę w tym zakresie to Poradnia Zdrowia Psychicznego. Do lekarzy świadczących usługi w Poradni Zdrowia Psychicznego nie wymagane są skierowania. A w sytuacji nasilonego kryzysu – również bez skierowania, można po pomoc zwrócić się przez całą dobę na izbach przyjęć szpitali psychiatrycznych. Niezależnie od systemu ochrony zdrowia istnieją też punkty, ośrodki i centra interwencji kryzysowej, które powinny znajdować się w każdym powiecie.

Te ostatnie – szczególnie w dużych miastach – są czynne całą dobę, nie wymagają skierowania i zatrudniają wykwalifikowaną kadrę, która albo zaoferuje pomoc, albo pokieruje dalej.

Na terenie województwa mazowieckiego funkcjonuje obecnie 8 publicznych szpitali psychiatrycznych (w tym dwa szpitale psychiatryczne dla dzieci i młodzieży) oraz 12 szpitali posiadających oddział psychiatryczny lub pokrewny (psychogeriatryczny lub psychosomatyczny), które zawarły kontrakt z NFZ w rodzaju opieka psychiatryczna i leczenie uzależnień.

Oddziały psychiatryczne ogólne stanowią najważniejszą część bazy leczenia stacjonarnego. Oddziały ogólnopsychiatryczne dysponują 1 858 łózkami (bez podmiotów leczniczych podległych MSWiA), w których leczy się ok. 21 tyś. chorych. Wykorzystanie łóżek ogólnych jest bardzo duże (96 %), wyraźnie większe w oddziałach szpitali ogólnych niż szpitali psychiatrycznych. Poza oddziałami psychiatrycznymi ogólnymi lecznictwo psychiatryczne dysponuje jeszcze: 140 łózkami w oddziałach psychiatrycznych ogólnych dla dzieci, 92 łózkami w oddziałach rehabilitacji psychiatrycznej, 112 łózkami w oddziałach zaburzeń nerwicowych, 50 łózkami w oddziałach leczenia zaburzeń nerwicowych dla dzieci, 71 łózkami dla chorych somatycznie.

Ponadto w województwie mazowieckim znajduje się 155 łózek w oddziałach psychogeriatrycznych, 40 łózek w oddziałach psychiatrycznych dla przewlekle chorych, 233 łóżka w oddziałach psychiatrii sądowej o wzmocnionym i maksymalnym zabezpieczeniu - w tym maksymalnym zabezpieczeniu dla młodzieży. Oddziały/ośrodki leczenia uzależnień (o różnych profilach) dysponują łącznie około 950 łózkami.

W zakresie leczenia ambulatoryjnego publicznego funkcjonuje około 117 poradni zdrowia psychicznego, obsługujących około 200 tyś. pacjentów. Obok nich istnieje mniejsza liczba publicznych poradni wyspecjalizowanych oraz duża liczba zarejestrowanych podmiotów, poradni niepublicznych.

Na Mazowszu działa 15 zespołów leczenia środowiskowego. Celem ich działania jest zapobieganie zbędnej hospitalizacji, zachowanie ciągłości leczenia i jakości życia chorych. Z opieki realizowanej przez około 25 oddziałów dziennych korzysta rocznie nieco ponad 3 tyś. chorych, ich aktualna rola w systemie jest niewielka, jedynie uzupełniają lub zastępują świadczenia stacjonarne.

Komunikowanie się z osobą w kryzysie emocjonalnym



Nasze codzienne funkcjonowanie zarówno osobiste jak i zawodowe zależy w dużej mierze od tego czy potrafimy się prawidłowo komunikować. Wydaje się, że komunikacja jest czymś niezwykle prostym. Przecież wszyscy umiemy zarówno mówić jak i słuchać. Zdarza się jednak, że w trakcie rozmowy nie zawsze jesteśmy prawidłowo zrozumiani przez odbiorcę, lub, że inaczej zrozumieliśmy przekazaną nam informację. Badania pokazują, że w komunikacji wypowiedzane słowa to zaledwie niewielka część komunikatu. Wygląd, gestykulacja czy zachowanie podczas rozmowy to część komunikacji zwanej komunikacją niewerbalną. Na jej podstawie oceniamy czy ktoś jest na przykład zadowolony, przestraszony, zdenerwowany czy zły. W celu nawiązania prawidłowej komunikacji powinniśmy przestrzegać kilku podstawowych zasad. Po pierwsze ważne jest zachowanie odpowiedniego dystansu fizycznego i przestrzeni osobistej.

Wszyscy mamy wokół siebie przestrzeń, w której czujemy się komfortowo. Jest ona większa z przodu i mniejsza z tyłu, zależy od relacji z rozmówcą oraz naszego poziomu bezpieczeństwa. Tą przestrzeń osobistą podzielono na strefy: oficjalną, socjalną, osobistą i intymną. Do strefy oficjalnej zaliczamy odległość od rozmówcy wynoszącą około 3 i pół metra. Jest to przestrzeń traktowana jako komfortowa dla rozmówców, bezpieczna i akceptowana, bez względu na status, płeć czy rolę społeczną. W tej strefie wypowiedzi mają najczęściej charakter neutralny emocjonalnie i dotyczą zagadnień ogólnych. Kolejną przestrzenią jest strefa dystansu socjalnego. Jest to odległość od rozmówcy w granicach 1,2 metra do 3,5 metra. W tej odległości uważa się, że można bezpiecznie nawiązywać dobry kontakt z rozmówcą, zbierać informację oraz prowadzić rozmowy. Przestrzeń osobista zazwyczaj zarezerwowana jest dla osób bliskich i rodziny. Wynosi ona od około 60 centymetrów do 1,2 metra. Naruszanie przestrzeni intymnej bez zgody rozmówcy może zostać potraktowane jako zachowanie agresywne i sprowokować atak. W tą sferę nie należy wchodzić bez zgody rozmówcy. Najważniejszą zasadą kontaktu z osobą chorą, niezależnie czy jest to choroba somatyczna czy psychiczna jest umiejętność dostrzeżenia człowieka w osobie chorej, możliwość widzenia osoby dotkniętej cierpieniem, a nie spostrzeżenie jej jedynie przez pryzmat choroby, którą każda osoba przeżywa w sposób indywidualny.

Przeżywanie kryzysu psychicznego może być związane z różnorodnymi wydarzeniami zarówno związanymi z życiem osobistym, społecznym jak i zdarzeniami losowymi. Kryzysu psychicznego możemy

doświadczając po przebytej stracie np.: śmierci osoby bliskiej, przy rozstaniu, utracie pracy, może wystąpić również gdy osoba była ofiarą przemocy, uczestnikiem lub świadkiem katastrofy. Lista sytuacji mogących doprowadzić do kryzysu emocjonalnego jest długa. Zakłada się, że w kryzysie dochodzi do wystąpienia zakłócenia równowagi psychicznej oraz utraty zdolności konstruktywnego rozwiązywania trudności i problemów. Pojawia się uczucie zagubienia, chaosu, lęk, panika oraz dezorganizacja.

Objawy prezentowane przez osoby będące w kryzysie psychicznym:

- lęk, panika,
- smutek, przygnębienie,
- żal, rozpacz,
- bezradność,
- apatia, otępienie,
- dezorientacja, poczucie zagubienia,
- rozdrażnienie, zdenerwowanie, wybuchy gniewu,
- trudności z koncentracją.

Należy pamiętać, że osoby będące w kryzysie psychicznym mogą prezentować przeróżne zachowania od pełnej apatii, smutku, po wybuchy agresji. Również ze względu na zaburzenia poznawcze mogą mieć trudności ze zrozumieniem zadawanych im pytań lub przekazywanych informacji. Ich zachowanie może wydawać nam się dziwaczne lub zagrażające. Dlatego rozmawiając z osobą będącą w kryzysie powinniśmy uzbroić się w cierpliwość, upewniamy się czy zostaliśmy dobrze zrozumiani, nie podnosimy głosu i nie wykonujemy gwałtownych ruchów, które mogą zostać odebrane jako zagrażające. Rozmawiając z osobą w kryzysie powinniśmy się upewnić, że taka osoba nie zagraża sobie oraz że może sama podjąć aktywności.

Osoba będąca w kryzysie nie powinna pozostawać sama, dlatego powinniśmy się upewnić, że wśród jej najbliższych lub znajomych jest ktoś w kim może ona znaleźć oparcie. Prosimy taką osobę o skontaktowanie się z bliskimi lub robimy to w jej imieniu. Jeśli nie wyraża zgody na kontakt z bliskimi bądź nie ma takich osób pozostajemy z nią do czasu ustąpienia najostrejszego kryzysu. Możemy zaproponować kontakt z instytucją pomocową taką jak lekarz podstawowej opieki zdrowotnej, Poradnia Zdrowia Psychicznego, psychiatryczny oddział dzienny, Ośrodek Interwencji Kryzysowej, Ośrodek Pomocy Społecznej, Pogotowie czy Policja.

Pamiętaj, rozmawiając z osobą w kryzysie emocjonalnym:

- nie oceniaj,
- nie pouczaj,
- nie wzbudzaj w rozmówcy poczucia winy,
- nie wyśmiewaj,
- nie obrażaj,
- nie zadawaj zbyt osobistych pytań.

Rozmawiaj z taką osobą spokojnie, nie podnosząc głosu. Podczas rozmowy zachowuj bezpieczną przestrzeń, aby Twój rozmówca nie czuł się zagrożony. Upewnij się, że osoba będąca w kryzysie otrzyma pomoc, lub czy ma wsparcie ze strony bliskich lub znajomych.

Choroby i zaburzenia psychiczne

Depresja



Depresja jest jedną z najpowszechniejszych chorób na świecie. Już dziś ocenia się, że w krajach wysokorozwiniętych rocznie choruje na nią nawet 10% populacji. Pacjenci z depresją stanowią 1/5 chorych zgłaszających się do lekarzy rodzinnych, zaledwie jednak co czwarta cierpiąca na tę chorobę osoba ma udzieloną pomoc. Stwierdzono, że u ponad połowy chorych na depresję i leczących się u lekarzy ogólnych choroba ta nie zostaje nigdy rozpoznana.

Szczyt zachorowań na depresję przypada pomiędzy 35 a 55 rokiem życia. Dwukrotnie częściej chorują na nią kobiety. Szacuje się, że 20 do 30% pacjentów przyjmowanych w ramach podstawowej opieki zdrowotnej ma objawy depresji. W wielu przypadkach pacjenci nie zgłaszają objawów depresyjnych, a jedynie dolegliwości fizyczne takie jak np. przewlekłe bóle głowy, bezsenność, dolegliwości gastryczne.

Depresja jest obecnie jedną z najczęściej występujących chorób. Cierpi na nią ponad trzy miliony Polaków. Większość z nich jest nieświadoma swojej choroby, uważa, że „to tylko zmęczenie, stres, jesienna chandra”, dlatego też nie szuka pomocy lekarskiej. Najbardziej widoczne objawy tej choroby dotyczą sfery emocjonalnej, jednak równie silnie depresja wpływa na funkcjonowanie poznawcze pacjentów. Osoba z depresją ma ogromne kłopoty w wykonywaniu obowiązków zarówno domowych jak i zawodowych. W tzw. „dużej depresji” możliwe jest wykonywanie tylko drobnych czynności samoobsługowych. Depresja zwiększa ryzyko niewydolności serca, zawału, cukrzycy, wiąże się z gorszą jakością życia, stosowaniem wielu interwencji medycznych, częstszym występowaniem niekorzystnych zdarzeń klinicznych i hospitalizacji oraz zwiększeniem ryzyka śmiertelności.

Objawy depresji

Najczęstszymi objawami depresji są: obniżenie nastroju, utrata zainteresowań i/lub radości, oraz zaburzenia napędu psychoruchowego. Innymi częstymi objawami depresji są także:

- pogorszenie koncentracji,
- utrata poczucia własnej wartości,
- poczucie winy,
- zahamowanie lub niepokój,
- próby samobójcze,

- zaburzenia snu,
- utrata łaknienia.

Aby można było mówić o depresji, muszą wystąpić jednocześnie 2-4 z powyższych objawów, przez co najmniej dwa tygodnie.

Ogromne znaczenie ma wpływ choroby na funkcjonowanie rodzinne, zawodowe i społeczne. Depresja w znacznym stopniu ogranicza wydolność osoby, którą dotyka w życiu codziennym. Doprowadza do kryzysów małżeńskich, zaburza kontakty z innymi osobami, sprawia, że zmniejsza się wydajność zawodowa, pojawia się absencja w pracy, bezrobocie. Osoby z depresją częściej korzystają z zasiłków chorobowych, rent, osiągają niższy status materialny i społeczny. Zaburzenia funkcjonowania chorego stają się silnym źródłem stresu dla rodziny i bliskich. Czasem bliscy mogą oskarżać się o przyczynienie się do powstania choroby. Trudno im zrozumieć stan osoby w depresji, jej mniejsze zaangażowanie w wykonywanie obowiązków domowych, wychowywanie dzieci, utrzymywanie rodziny.

Rodzaje depresji

Ze względu na specyfikę tej choroby, można wyróżnić jej kilka rodzajów. Do najczęstszych należą:

- depresja melancholijna, która objawia się skróconym, nie dający wypoczynku snem, zmniejszonym apetytem, ograniczeniem masy ciała, ograniczeniem potrzeb seksualnych, niską aktywnością, niską samooceną, nadmiernym poczuciem winy, uczuciem, że jest się za coś karanym, potrzebą karania się;
- depresja atypowa, która objawia się: nadmierną sennością, poczuciem ciągłego zmęczenia i senności w ciągu dnia naprzemiennie z dużym niepokojem, pobudzeniem, poczuciem gorszej sprawności. Mogą występować także napady głodu i nadmierne jedzenie;
- depresja zahamowana (osłupienie depresyjne) objawia się: znacznym spowolnieniem, uczuciem zastygania, bardzo dużymi zaburzeniami koncentracji i pamięci, częstym zobojętnieniem na wszystko;
- depresja urojeniowa (zespół depresyjno - urojeniowy) najczęściej występuje ze znacznym niepokojem psychoruchowym, towarzyszącą bezsennością, lękiem, urojeniami depresyjnymi – wrażeniem, że jest się za coś potępionym, karanym, czasem mogą się pojawiać myśli lub głosy nakazujące popełnienie samobójstwa. Występuje duże ryzyko podjęcia próby samobójczej. Ten typ depresji bezwzględnie wymaga leczenia;
- depresja hipochondryczna (zespół depresyjno--hipochondryczny), przy której oprócz typowych objawów depresji pojawia się przekonanie, o ciężkiej, najczęściej nieuleczanej chorobie, czuje się dolegliwości somatyczne np. bóle, skurcze, kołatania i inne;
- depresja z natręctwami (depresja anankastyczna, zespół depresyjno- anankastyczny) cyklicznie pojawiają się objawy głównie związane z natręctwami dotyczącymi czystości, często myśli związane z przedmiotami ostrymi np. użyciem noża lub bluźnierczymi – ma charakter remitujący;
- depresja maskowana, przy której długotrwale utrzymuje się jeden z objawów: bezsenność lub nadmierna senność, kołatanie serca, bóle w klatce, zaburzenia motoryki układu pokarmowego, stany

spastyczne dróg żółciowych, zespół niespokojnych nóg, świąd skóry, bóle głowy, bóle kręgosłupa, neuralgie, bóle mięśniowe, zaburzenia lękowe, obsesyjno- kompulsywne, zaburzenia odżywiania.

Depresja jako czynnik ryzyka samobójstwa

Przyczyną śmierci 15% chorych z zaburzeniami depresyjnymi jest zamach samobójczy. Liczba podejmowanych prób samobójczych wśród chorych z objawami depresji według różnych danych wynosi aż 32-64%.

Objawy mogące zwiększać ryzyko samobójstwa w depresji:

- uporczywa bezsenność,
- zaniedbanie w wyglądzie i higienie osobistej,
- duże nasilenie zaburzeń (szczególnie depresja psychotyczna – występowanie głosów nakazujących zabicie się, urojenia winy, grzeszności i kary, urojenia hipochondryczne),
- osłabienie pamięci,
- pobudzenie, niepokój,
- poczucie winy, niedostosowania, małej nadziei, samooskarżania,
- napady panicznego lęku.

Depresja jest istotnym czynnikiem ryzyka samobójstwa zarówno wśród dorastających, jak i osób w podeszłym wieku, lecz bardziej zagrożeni samobójstwem są ludzie, u których depresja wystąpiła późno. Wyliczony współczynnik ryzyka samobójstwa wśród pacjentów z depresją, leczonych lekami przeciwdepresyjnymi wynosi 141/100 tyś. Wśród nieleczonych pacjentów z depresją takie ryzyko wynosi 259/100 tyś. (1.8 razy wyższe niż u osób otrzymujących leczenie przeciwdepresyjne).

Leczenie zaburzeń depresyjnych

W przypadku gdy zaobserwujemy pewne oznaki depresji, należy zgłosić się do lekarza podstawowej opieki zdrowotnej lub do lekarza specjalisty - psychiatry. Lekarz zaproponuje nam odpowiednie postępowanie i terapię.

Leczenie zaburzeń depresyjnych powinno uwzględniać zarówno farmakoterapię, jak i interwencje psychologiczne oraz oddziaływania społeczne. Dane epidemiologiczne wskazują, że leki przeciwdepresyjne zmniejszają ryzyko samobójstwa wśród osób z depresją. Standardem postępowania w leczeniu depresji jest stosowania leków przeciwdepresyjnych w pełnej dawce przez kilka miesięcy. U osób starszych może się okazać, że leczenie trzeba kontynuować przez dwa lata po uzyskaniu powrotu do zdrowia.

Podstawową formą leczenia zaburzeń depresyjnych jest farmakoterapia, ale nie należy zapominać o innych alternatywnych sposobach leczenia takich jak leczenie światłem – fototerapia, terapia EW-elektrowstrząsowa, deprivacja snu, stymulacja magnetyczna TMS. Jedną z dosyć łatwo dostępnych metod niefarmakologicznych stosowanych w leczeniu depresji jest fototerapia (lampy do fototerapii można kupić w sklepach medycznych bez recepty). Terapia światłem jest stosowana głównie w leczeniu depresji sezonowej.

Ogólne zasady stosowania farmakoterapii w depresji

Podczas leczenia depresji uwzględniamy poziom funkcjonowania pacjenta, poziom przeżywanego stresu, występowanie myśli samobójczych i objawów psychiatrycznych obecnie lub w wywiadzie, wsparcie i opiekę ze strony innych osób, współistnienie chorób somatycznych, dolegliwości fizyczne, które mogą wpływać na przebieg leczenia takie jak: zaburzenia snu czy łaknienia. Należy rozważyć miejsce leczenia, biorąc pod uwagę wszystkie wymienione wyżej czynniki. Wyróżniamy zazwyczaj fazę intensywnego leczenia, fazę kontynuacji leczenia, zapobiegającą nawrotowi objawów oraz fazę leczenia podtrzymującego zapobiegającą wystąpieniu kolejnego epizodu depresyjnego. Stosując leki przeciwdepresyjne należy pamiętać, że efekt terapeutyczny pojawia się najczęściej po ok. 2-4 tygodniach, w przypadku braku poprawy po 3 tygodniach, lekarz może zwiększyć dawkę stosowanego leku. W przypadku braku poprawy po 6-8 tygodniach konieczna bywa zmiana leczenia.

Ważne: należy zawsze postępować z zaleceniami lekarza prowadzącego.

Psychoterapia w depresji

Najczęściej stosowanymi terapiami w zaburzeniach depresyjnych są techniki nastawione na rozwiązywanie problemów, modyfikowanie schematów myślowych pacjenta, radzenie sobie w sytuacjach stresowych, w stanach pobudzenia i niepokoju. Rodzaj stosowanej techniki psychoterapeutycznej jest dostosowany bezpośrednio do potrzeb osoby chorej i zależy głównie od obecnie dominujących dolegliwości, sposobu funkcjonowania przed chorobowego oraz umiejętności nawiązywania prawidłowych relacji interpersonalnych. Psychoterapia może być prowadzona w warunkach ambulatoryjnych lub w przypadku gdy istnieje konieczność jej intensyfikacji w oddziałach terapeutycznych całodobowych bądź dziennych.

Otępienia



Otępieniem nazywamy zespół objawów spowodowanych chorobą mózgu, zwykle o charakterze przewlekłym lub postępującym, w którym zaburzone są funkcje poznawcze: pamięć, myślenie, orientacja, liczenie, język, ocena, zdolność do uczenia się. Ponadto występuje obniżenie kontroli nad reakcjami emocjonalnymi, społecznymi, zachowaniem i motywacją. W otępieniu świadomość nie jest zaburzona (zaburzenia świadomości mogą się pojawić jako powikłania procesu otępiennego). Żeby rozpoznać otępienie obniżenie sprawności intelektualnej i upośledzenie funkcjonowania w życiu codziennym powinno występować co najmniej 6 miesięcy.

Funkcje poznawcze

Funkcje poznawcze są to czynności psychiczne, które służą człowiekowi do uzyskania orientacji w otoczeniu, do zdobycia informacji o sobie samym oraz o swoim organizmie, do analizowania sytuacji, formułowania wniosków, podejmowania właściwych decyzji i działań. Obejmują one procesy percepcyjne (wrażenia, spostrzeżenia), uwagę, uczenie się, procesy pamięciowe, myślowe oraz językowe (mowę i język). Do funkcji poznawczych najczęściej zaliczamy pamięć, uwagę, koncentrację, rozumienie, liczenie, zdolność do uczenia się, umiejętność planowania, wnioskowania i podejmowania decyzji oraz myślenie abstrakcyjne. Osoby z zaburzeniami funkcji poznawczych zazwyczaj skarżą się na:

- wrażenie osłabienia pamięci,
- trudności w zapamiętywaniu,
- poczucie bycia roztargnionym,
- gubienie się (trudności w funkcjonowaniu wzrokowo – przestrzennym),
- trudności w podejmowaniu decyzji,
- trudności w rozwiązywaniu problemów,
- trudności w planowaniu,
- trudności w dokańczaniu zadań.

Objawy ostrzegawcze problemów z pamięcią to przede wszystkim zapominanie oraz trudności w zapamiętywaniu najświeższych informacji. Pytania, które mogą być pomocne przy identyfikacji dysfunkcji pamięci:

- Czy czasami masz wrażenie, że nie pamiętasz gdzie zostawiłeś/eś klucze?
- Czy masz trudności w zapamiętaniu imion?
- Czy będąc w sklepie nie pamiętałeś co miałeś/eś kupić?
- Czy zdarzało Ci się nie pamiętać wszystkich zaleceń lekarza?

Zaburzenia poznawcze mogą być spowodowane nie tylko uszkodzeniem bądź dysfunkcją mózgu, w przypadku gdy czynniki wywołujące zaburzenia poznawcze są związane z np. niedoborami, zaburzeniami hormonalnymi, czy zatruciami mówimy o tzw. Otępieniu odwracalnym.

Najczęstsze przyczyny otępienia odwracalnego to: niedobór witaminy B12, niedobór kwasu foliowego, zaburzenia czynności tarczycy, zapalenie mózgu, zaburzenia toksyczne, zatrucia metalami ciężkim, zatrucia alkoholem, zatrucia innymi substancjami np. lekami, wodogłowie.

Łagodne starcze zapominanie (mild cognitive impairment MCI)

Łagodne zaburzenia funkcji poznawczych należą do grupy wysokiego ryzyka rozwoju otępienia. Rozpowszechnienie tego zaburzenia po 65rż osiąga według różnych autorów od 15-60%. Ryzyko wystąpienia u nich otępienia jest duże i wynosi około 30-50%. Leczenie farmakologiczne pacjentów z łagodnymi zaburzeniami pamięci jest dyskusyjne, aktualnie brak jest dowodów na skuteczność leczenia łagodnych zaburzeń poznawczych. W grupie osób z MCI znajdują się takie, które nie zachorują na chorobę Alzheimera, dlatego w przypadku nie narastania objawów zaburzeń pamięci leczenie należy ograniczyć do metod niefarmakologicznych takich jak treningi funkcji poznawczych.

Choroba Alzheimera

W chorobie Alzheimera dochodzi do uogólnionego zaniku mózgu. Choroba zaczyna się najwcześniej zaburzeniami pamięci, nastroju lub zachowania. Wyraźne są zaburzenia pamięci krótkotrwałej, zaburzenia wzrokowo-przestrzenne oraz zaburzenia uczenia się, czasem pojawiają się dyskretne zaburzenia mowy (zwykle brak znanego wcześniej słowa). Osoby z chorobą Alzheimera przestają poznawać bliskich, boją się zostawać sami, mają kłopoty z ubieraniem się, tracą nawyki higieniczne. Często pojawiają się zaburzenia łaknienia, najczęściej o typie żarłoczności, odwrócenie rytmu dnia i nocy. Chory jest zdezorientowany, przestaje rozpoznawać własne otoczenie, ciągle domaga się pójścia do domu. W Polsce około 250 tys. osób choruje na chorobę Alzheimera.

Powikłaniami choroby Alzheimera mogą być krztuszenie się i zaburzenia połykania, mogą pojawiać się zaburzenia zachowania takie jak wędrowanie oraz krzyk. U osób z chorobą Alzheimera stosunkowo często pojawiają się zmiany osobowościowe (u ok. 80%), depresja (u ok. 25%), mogą też pojawić się objawy wytwórcze (np. przekonanie, że ktoś chodzi po domu, że osoba chora jest okradana, truta itp.). W przebiegu choroby Alzheimera wyróżnia się okresy utajony, prodromalny oraz okres rozwiniętej choroby.

Czynniki ryzyka choroby Alzheimera to:

- wiek,
- zespół Downa,
- obciążenie dziedziczne chorobą,
- genotyp APOE 4.

Leczenie choroby Alzheimera

W leczeniu choroby Alzheimera stosuje się farmakoterapię, psychoterapię oraz treningi funkcji poznawczych, treningi umiejętności społecznych, a także działania fizykoterapeutyczne.

Farmakoterapia: inhibitory acetylocholinsterazy (IACE) oraz memantynę stosuje się w celu poprawy funkcji poznawczych głównie pamięci, redukcji zaburzeń zachowania i emocji. Badania pokazują, że leki z tej grupy zmniejszają konieczność opieki nad osobą z otępieniem oraz redukują objawy wytwórcze mogące się pojawiać w bardziej zaawansowanych postaciach otępienia. Niekiedy istnieje konieczność włączenia leków przeciwdepresyjnych lub leków przeciwpsychotycznych, które zmniejszają powikłania psychotyczne, zaburzenia zachowania, agresję i zaburzenia świadomości. Przy zaburzeniach snu zazwyczaj doraźnie można stosować leki nasenne. W przypadku zaburzeń zachowania czasami skuteczne są leki przeciwpadaczkowe.

Bardzo istotną rolę w leczeniu otępień odgrywają metody pozafarmakologiczne. Zalicza się do nich psychoedukacja pacjenta i opiekunów, treningi funkcji poznawczych i rehabilitację ruchową. Treningi pamięci należy rozpoczynać jak najwcześniej. Powtarzające się ćwiczenia mają poprawiać pamięć a intensywna stymulacja przynosi korzyści, zwłaszcza we wczesnych etapach choroby. Osobę z otępieniem należy motywować do aktywności, realizacji swoich zainteresowań, kontynuacji życia towarzyskiego oraz zawodowego dopóki jest to możliwe.

Otępienie naczyniowe

Jest to postać otępienia, która rozwija się na skutek choroby naczyń mózgowych lub jako następstwo choroby serca. W obrazie choroby dominuje chwiejność emocjonalna, zmiany osobowościowe oraz zaburzenia depresyjne. Początek choroby jest zazwyczaj gwałtowny, często dochodzi do schodkowego narastania i fluktuacji objawów. Zaburzenia pamięci zazwyczaj nie są bardzo nasilone, wyraźne natomiast są zaburzenia funkcji wykonawczych. Czynniki ryzyka otępienia naczyniowego to przede wszystkim udar mózgu, palenie tytoniu, wiek, choroby serca (migotanie przedsionków, zawał), nadmierne spożycie alkoholu.

Leczenie otępienia naczyniopochodnego

W leczeniu stosuje się tzw. prewencję pierwotną, eliminującą lub zmniejszającą czynniki ryzyka zachorowania oraz prewencję wtórną. Jak najwcześniej należy rehabilitować osobę z otępieniem naczyniowym stosując treningi poznawcze.

Trening funkcji poznawczych

Jest to interwencja oparta na usprawnianiu procesów poznawczych takich jak uwaga, pamięć, funkcje wykonawcze i in. w celu uzyskania trwałego i uogólnionego efektu. Aktualnie na rynku dostępnych jest wiele materiałów do wykonywania treningów pamięci. Można zapytać również lekarza prowadzącego czy nie mógłby wypożyczyć przykładowych treningów. Co ważne, trening funkcji poznawczych może być wykonywany w niemal każdych warunkach, przy użyciu powszechnie dostępnych przedmiotów codziennego użytku takich jak np. gazety, książki, puzzle, gry planszowe czy gry komputerowe.

Przykładowe ćwiczenia treningów pamięci:

- Ćwiczenie 1. Idąc do sklepu przygotuj listę zakupów. Powtarzaj ją tyle razy aż zapamiętasz wszystkie elementy.
- Ćwiczenie 2. Przeczytaj fragment tekstu z książki lub gazety. Wypisz wszystkie nieznanne słowa. Sprawdź ich znaczenie w słowniku i naucz się ich. Ułóż zdanie z każdym nowopoznanym słowem.
- Ćwiczenie 3. Wybierz trzy wyrazy ze słownika języka polskiego. Przeczytaj na głos wszystkie ich znaczenia. Następnie na kartce zapisz co zapamiętałeś.
- Ćwiczenie 4. Przeczytaj artykuł w gazecie lub jedną stronę książki. Streść najważniejsze zamieszczone tam fakty.
- Ćwiczenie 5. Dopasuj do zdjęć znajdujących się w albumach rodzinnych imiona i nazwiska osób znajdujących się na zdjęciach.
- Ćwiczenie 6. Przyjrzyj się uważnie swojemu otoczeniu, postaraj się zapamiętać liczbę i kształt przedmiotów, następnie wymień wszystkie przedmioty znajdujące się w wybranym przez siebie dowolnie miejscu np. w pokoju, na stole itp.

Ważne:

- zmieniaj swoje otoczenie i nawyki, zmiana wymusza skupienie się uwagi i poprawia koncentrację (np. postaraj się zmieniać drogę do sklepu lub raz na jakiś czas przestawiać rzeczy znajdujące się w twoim najbliższym otoczeniu),
- w miarę możliwości graj w gry planszowe lub gry komputerowe (np. Chińczyk, Farmer, warcaby, szachy, gra w karty, gry strategiczne, puzzle),
- jeśli lubisz rozwiązywać krzyżówki,
- jeśli możesz ucz się języków obcych - nauka i powtarzanie słówek znakomicie poprawiają pamięć,
- staraj się jak najczęściej przebywać z innymi,
- spożywaj produkty bogate w kwasy tłuszczowe omega 3.

Psychozy



Pomimo tego, że psychoza kojarzy nam się przede wszystkim ze schizofrenią, to objawy psychotyczne mogą występować w przebiegu bardzo wielu zaburzeń i chorób psychicznych. Objawy psychotyczne występują w zaburzeniach afektywnych, gdzie zarówno urojenia jak i omamy pojawiają się w depresji oraz manii. Są powikłaniem uzależnień, występują w zespołach majaczeniowych, otępieniach, w chorobach mózgu, np. padaczkę, chorobie Parkinsona, po urazach, czy zatruciach.

Psychozy objawy

Urojenie jest błędnym przekonaniem, podtrzymywanym z niezwykłą pewnością, mimo dowodów jego fałszu i niepotwierdzenia go przez otoczenie. Dla osoby w psychozie myślenie rzeczywiste, realne przeplata się z myśleniem urojeniowym, osoba taka nie dostrzega różnicy pomiędzy przekonaniem rzeczywistymi a urojeniowymi, są one przeżywane jednakowo, dlatego tylko zewnętrzny obserwator może rozpoznać urojenie. Omamy (halucynacje) wrażenia zmysłowe, którym nie odpowiadają właściwe obiekty ze świata zewnętrznego. Omamy pojawiają się bez zadziałania zewnętrznego bodźca i charakteryzują się następującymi cechami: są przez chorych odbierane jako prawidłowe doznania zmysłowe oraz są powiązane z jednym z pięciu narządów zmysłów: słuchem, wzrokiem, smakiem, węchem oraz dotykem.

Podział najczęściej występujących urojeń:

- prześladowcze - najczęstsze, polegające na przekonaniu chorego, że jest on w niebezpieczeństwie, nękanym, oszukiwanym lub pada ofiarą spisku np. przekonanie, że ktoś śledzi, podsłuchuje,
- ksozne - przekonanie, że jest się przedmiotem szczególnego zainteresowania otoczenia, a określone sytuacje bądź określone osoby mają na jego osobę szczególny, znaczący wpływ lub zwracają na nią szczególną uwagę,
- wpływu - przekonanie, że myśli, uczucia i działania chorego są kontrolowane przez jakąś zewnętrzną siłę np. przekonanie, że ktoś wpływa na myśli, czyny o mowę osoby,
- urojenia odsłonięcia myśli - przekonanie, że ktoś może czytać myśli,
- urojenia wielkościowe - przeświadczenie, że posiada się nadzwyczajną moc, niezwykle uzdolnienia, pozycję, możliwości np. urojenia tożsamości religijnej, urojenia nadludzkiej mocy czy zdolności,

- urojenia hipochondryczne – przekonanie o tym, że jest się chorym na ciężką, często nieuleczalną chorobę,
- urojenia trucizny – np. przekonanie, że ktoś dosypuje truciznę do jedzenia, wpuszcza trujący gaz do mieszkania.

Schizofrenia

Choroba (grupa chorób) o nieznannej etiologii, która manifestuje się objawami psychiatrycznymi, wyraźnie upośledzającymi funkcjonowanie i obejmującymi zaburzenia afektu, myślenia i zachowania. Rozpowszechnienie schizofrenii ocenia się na 1% populacji, częstość występowania jest podobna u mężczyzn i kobiet, roczna zachorowalność to około 20 chorych (7-40) na 100 tys. osób. U mężczyzn początek wystąpienia objawów jest wcześniejszy, pierwszy epizod występuje najczęściej pomiędzy 15 a 25 rokiem życia. U kobiet szczyt zachorowań przypada na 25-35 rok życia. Schizofrenia jest chorobą przewlekłą i szczególnie nieleczona może prowadzić do poważnych zaburzeń funkcjonowania psychospołecznego lub inwalidztwa. W schizofrenii dochodzi do zaburzenia wielu funkcji psychicznych, co przejawia się znaczną różnorodnością objawów. W schizofrenii paranoidalnej, która jest najczęstszą postacią, występują zazwyczaj urojenia prześladowcze, odnoszące, wysokiego urodzenia, szczególnej misji, zmiany postaci ciała lub niewiary oraz omamy pod postacią głosów zagrażających lub nakazujących zrobienie czegoś, omamy węchowych lub dotykowych. Omamy w schizofrenii mają najczęściej charakter słuchowy. Chory może słyszeć własne myśli, w pierwszej osobie, słyszy, jak jakiś głos powtarza jego myśl natychmiast po jej powstaniu. Często osoba chora słyszy głos lub liczne głosy mówiące bezpośrednio do niego, zazwyczaj w sposób krytyczny, komentujący lub dyskutujący o nim, czasem wydający choremu polecenia (imperatywne), a osoba je słysząca ma wrażenie, że musi wykonać polecenia głosu. Chory może rozpoznawać te głosy jako obce lub należące do ludzi znanych, objawy te mogą również wpłynąć na zachowanie chorego.

Leczenie schizofrenii

Zgodnie z zaleceniami Światowej Organizacji Zdrowia (WHO 2001) schemat leczenia schizofrenii powinien obejmować:

- farmakoterapię w celu opanowania objawów i zapobiegania nawrotom,
- psychoedukację pacjentów i rodzin,
- rehabilitację w celu ułatwienia powrotu do samodzielnego życia.

Leki używane w leczeniu schizofrenii i psychoz schizofrenicznych to neuroleptyki inaczej zwane lekami przeciwpsychotycznymi. Neuroleptykami nazywa się tradycyjnie leki, które zmniejszają objawy psychiatryczne, usuwając zespoły przebiegające z omamami i urojeniami (działanie przeciwwytwórcze). Ponadto wpływają na sferę napędu psychoruchowego, najczęściej uspokajająco w stanach podniecenia, ale także i aktywizująco w stanach zahamowania. Zasadniczy podział tych leków jest bardzo prosty, dzielą się one na dwie grupy: leki typowe (klasyczne) oraz leki atypowe (nowsze). Neuroleptyki stosuje się w ostrym epizodzie psychiatrycznym oraz jako leczenie podtrzymujące, zapobiegające nawrotom. Zgodnie z wytycznymi minimalne okresy

przyjmowania leków przeciwpsychotycznych w ramach leczenia podtrzymującego wynosi co najmniej 12-24 miesiące po pierwszym epizodzie psychozy, od momentu uzyskania stabilizacji stanu psychicznego. W przypadku kolejnego epizodu leki powinny być przyjmowane co najmniej 5 lat, natomiast w przypadku niekorzystnego przebiegu, prób „S” w wywiadzie zalecane jest leczenie wieloletnie. Ryzyko nawrotu w 1 roku po ostrym epizodzie wynosi średnio 75% (60-80%) u osób nieleczonych w stosunku do średnio 15-20% u prawidłowo leczonych. Jeśli zależy nam na szybkiej poprawie stanu psychicznego lub farmakoterapia nie przynosi spodziewanych efektów, w schizofrenii stosowane bywają zabiegi elektrowstrząsowe. Udowodniono, że terapia elektrowstrząsami może być wysoce skuteczna, jednak mechanizmy neuronalne leżące u podstaw jej skuteczności terapeutycznej pozostają w dużej mierze nieznanymi. Zabiegi elektrowstrząsowe stosuje się w leczeniu katatonii, ostrych psychoz, w tym zagrażających życiu, oraz w przypadku niepełnej odpowiedzi na farmakoterapię. W ramach oddziaływań nefarmakologicznych stosuje się m.in. psychoterapię, różnorodne programy poprawiające funkcjonowanie społeczne, terapię zachowań poznawczych (dla nieustających urojeń i halucynacji), programy kierowania kuracją, programy rehabilitacji pracą. Należy pamiętać, że poprawa i remisja są ważne, ale tylko jako część celu, dlatego też oddziaływania psychologiczne stanowią integralną część leczenia. Mogą być one realizowane w ramach psychoterapii indywidualnej, grupowej, rodzinnej, psychoedukacji chorego i rodziny oraz treningu umiejętności społecznych. Psychoedukacja daje możliwość przedstawienia i przedyskutowania z chorym i jego bliskimi objawów choroby, metod leczenia farmakologicznego, zrozumienia wątpliwości związanych z przeżywaniem choroby i leczeniem, wspólnego uzgodnienia planu leczenia. Pomaga choremu odkrywać w nim potrzebę i potencjał wyzdrowienia.

Uzależnienia



Rozpowszechnienie uzależnienia od alkoholu: całe życie 13,2%; ostatnie 12 miesięcy 3,1%, rozpowszechnienie uzależnienia od narkotyków: całe życie 8,0%; ostatnie 12 miesięcy 1,4%. Uzależnienie jest jednym z najczęściej rozpoznawanym w lecznictwie ambulatoryjnym zaburzeniem psychicznym, w 2006 r. w Polsce z powodu uzależnienia od alkoholu leczonych było ambulatoryjnie 167 000 osób oraz najczęstszym rozpoznaniem w oddziałach całodobowych, w 2006 r. dotyczyło 72 tys. osób (w tym 38 tys. leczonych po raz pierwszy), przede wszystkim mężczyzn – 335/100 tys., ponad sześciokrotnie rzadziej kobiet – 51/100 tys.

Uzależnieniem nazywamy silną potrzebę wykonywania jakiejś czynności lub zażywania jakiejś substancji. Termin "uzależnienie" jest stosowany głównie do osób, które nadużywają substancji psychoaktywnych, alkoholu, leków, papierosów a także odnosi się do takich zachowań jak np. hazard. Bardzo często dla osób uzależnionych alkohol bądź inne substancje psychoaktywne są jedynym znanym sposobem rozwiązywania problemów. Sposobem mającym zazwyczaj swe korzenie w domu rodzinnym, gdzie picie i przemoc były jednym z podstawowych elementów życia. Nie było innych wzorców i schematów postępowania, więc łatwo w taki dysfunkcyjny, ale z punktu widzenia osoby uzależnionej bezpieczny, bo znany schemat wejść. Za alkoholizmem kryje się nieśmiałość, fobia społeczna, zaburzenia lękowe, depresje czy problemy osobowościowe. Zdarza się, że na początku alkohol bywa traktowany jak recepta na nieśmiałość „bo łatwiej się rozmawia”, „można się odprężyć”, zasnąć czy poprawia się nastrój. Czasami chcąc przynależeć do grupy rówieśniczej młodej osobie nieśmiałej, lękowej czy zależnej trudno odmówić zażycia alkoholu czy narkotyków, z lęku przed odrzuceniem czy wyśmianiem. Jeśli taka osoba nie ma wsparcia w rodzinie czy szeroko rozumianym środowisku, to do uzależnienia jest już krótka droga. Alkohol staje się wówczas zarówno sposobem jak i lekarstwem na życie. Tracą na znaczeniu rzeczy wcześniej postrzegane jako istotne, pogarszają się i tak słabo rozwinięte kompetencje społeczne a osoba uzależniona wchodzi w mechanizm błędnego koła. Pije, bo wtedy nie trzeba myśleć, zastanawiać się i coraz bardziej się pogrąża w nałogu. Alkohol staje się ucieczką przed rzeczywistością, a pomagają w tym mechanizmy obronne, głównie wyparcia, zaprzeczenia i racjonalizacji. W takim rozumieniu istoty alkoholizmu, staje się jasne, że bez wsparcia oraz systemowej pomocy w tym psychiatryczno-psychologicznej osoby uzależnione, które poniosły konsekwencje społeczne (utrata pracy,

rodziny, przyjaciół, domu) same sobie nie poradzą. Osoby uzależnione często mają liczne obciążenia somatyczne będące powikłaniem uzależnienia. Powikłania te to głównie cukrzyca, padaczka, uszkodzenie wątroby i trzustki, urazy głowy oraz powikłania psychiatryczne takie jak majaczenie alkoholowe, które jest stanem zagrożenia życia, przewlekła halucynozja alkoholowa czy zespół Korsakowa.

Cechy alkoholizmu

Charakterystyczne cechy alkoholizmu to utrata kontroli nad piciem jako przejaw zależności psychicznej, oraz związany z przerwaniem picia, alkoholowy zespół abstynencyjny jako wyraz zależności fizycznej. Stan zaawansowania mierzymy wpływem na codzienne funkcjonowanie rodzinno-zawodowe, występowaniem zachowań ryzykownych czy zagrażających np. prowadzenia auta pod wpływem alkoholu, stopniem uszkodzenia narządów wewnętrznych, układu nerwowego oraz pojawiającymi się zaburzeniami psychicznymi. W alkoholizmie wyróżniamy cztery fazy rozwoju uzależnienia od alkoholu. Podstawowa, zazwyczaj mało charakterystyczna. W tej fazie pojawia się coraz częstsze picie, wzrost tolerancji na alkohol. W okresie tym picie nie musi prowadzić do stanu upojenia, przestaje być ważny rodzaj alkoholu, tylko osiągany po nim efekt. W fazie ostrzegawczej pojawiają się stany niepamięci nawet po niewielkiej ilości alkoholu, zaczyna się tzw. picie potajemne, lęk przed nałogiem oraz poczucie winy. W fazie krytycznej dochodzi do utraty kontroli po rozpoczęciu picia oraz głód picia dla usunięcia objawów abstynencyjnych. Pojawiają się konflikty społeczne, czasem problemy z prawem, obniżenie samooceny, poczucie niepewności, lęk, okresy krótkotrwałej nadmiernej pracowitości, hojność, przechwałki, alkoholik coraz trudniej aprobuje społeczność i szuka innej, gdzie może coś znaczyć. W fazie końcowej dochodzi do obniżenia tolerancji alkoholu, poziomu motywacji, pojawiają się powikłania psychiatryczne alkoholizmu. Ciągi długotrwałe oznaczają, że dana osoba pije praktycznie przez cały dzień, od rana do nocy, przez kilka, kilkanaście dni a nawet miesiące czy lat. Pomiędzy okresami picia występują dosyć regularne przerwy, które mogą trwać różnie długo od tygodnia do kilku lat. W przypadku ciągów zwalnających osoba uzależniona pije rano, ale w ciągu dnia pozostaje "w granicach przyzwoitości", a następnie wieczorem znowu powraca do picia alkoholu, pije wówczas częściej i więcej. Takie osoby do normalnego funkcjonowania potrzebują jednak stale alkoholu, są cały czas „pod wpływem”, każde niepowodzenie i problem jest pretekstem do picia.

Uzależnienia inne niż alkohol

Obecnie wyróżniamy uzależnienia chemiczne i behawioralne. Spośród tych drugich najczęściej w Polsce operujemy przyjętymi terminami: uzależnienia od komputera, Internetu, gier sieciowych, jedzenia, seksu, zakupów, hazardu (czyli gier losowych, zakładów bukmacherskich, automatów).

Według Światowej Organizacji Zdrowia takie zachowania możemy opisać jako zaburzenia nawyków i popędów, polegające na powtarzającymi się działaniami, bez jasnej, racjonalnej motywacji, które nie mogą być kontrolowane i zazwyczaj powodują straty. O uzależnieniu możemy mówić wówczas, kiedy wykonywanie tych działań powoduje różnego rodzaju życiowe problemy, a osoba wykonująca je pomimo tych problemów nie rezygnuje z tych zachowań.

Uzależnienia chemiczne czyli od substancji psychoaktywnych. Substancja psychoaktywna to taka, która działając w mózgu zmienia nastrój, procesy myślowe, czy zachowanie. Zdefiniowano kilka grup substancji mogących mieć znaczenie w zaburzeniach związanych z używaniem substancji. Są to: heroina i inne opiaty, kofeina, konopie, nikotyna, substancje halucynogenne, substancje stymulujące (kokaina i amfetamina), substancje uspakajające, substancje wziewne, dopalacze. Używanie tych substancji rodzi poważne problemy socjalne i ekonomiczne, które mają ogromny wpływ na społeczeństwo, przyczynia się również do występowania wielu zagrażających życiu zaburzeń, niekorzystnie wpływa na życie współmałżonków, dzieci, oraz pozostałych członków rodziny.

Powstało wiele teorii wyjaśniających dlaczego niektórzy ludzie uzależniają się od substancji np.: czynniki genetyczne, psychologiczne i społeczno-kulturowe, co znajduje potwierdzenie w badaniach empirycznych. Wiadomo, że na zwiększenie prawdopodobieństwa wystąpienia uzależnień wpływają takie czynniki, jak: niekorzystne warunki ekonomiczne, konflikt rodzinny, modelowanie używania substancji lub zachowań nałogowych, przyzwolenie rodziców, jak również zaburzenia zachowania i emocji we wczesnym wieku.

Współczesną podstawą większości metod leczenia jest biopsychospołeczny model przyczyn uzależnień, w którym traktuje się uzależnienia jako złożony wzorzec zachowania. Należą do nich: subiektywne doświadczanie głodu, krótkotrwałe gratyfikacje związane z ryzykiem długotrwałych następstw, oraz nagłe zmiany statusu somatycznego i psychicznego. Zachowania nałogowe różnią się od innych zachowań problemowych przytłaczającym, patologicznym wciąganiem w używanie substancji czy też podejmowaniem zachowań kompulsywnych, intensywnym pragnieniem kontynuowania zażywania i zachowania jak również utratą kontroli nad używaniem substancji i patologicznymi zachowaniami.

Zaburzenia afektywne dwubiegunowe



Zaburzenia afektywne dwubiegunowe, zwane są także chorobą afektywną dwubiegunową, w piśmiennictwie często używa się skrótu CHAD. Są to zaburzenia charakteryzujące się występowaniem dwóch lub więcej epizodów chorobowych z wyraźnie zaburzonym nastrojem i aktywnością w postaci podwyższenia nastroju, wzmożonej energii i aktywności (hipomania lub mania) lub obniżenia nastroju oraz energii i aktywności (depresja). Do zaburzeń dwubiegunowych również są zaliczane nawracające epizody hipomanii lub manii. Rozpowszechnienie zaburzeń afektywnych dwubiegunowych wynosi w ciągu całego życia 4,4%; ostatnie 12 miesięcy 2,8%.

Cechy zaburzenia dwubiegunowego to wczesny początek, pierwszy epizod zaburzeń nastroju występuje średnio w wieku 21 lat, nawracający charakter, średnio występuje około 8 epizodów w ciągu 10 lat od rozpoznania choroby, wysokie ryzyko nawrotu ostrego epizodu, w przebiegu zaburzeń często pojawiają się objawy mieszane, charakteryzujące się jednoczasowym lub naprzemiennym występowaniem objawów depresyjnych i maniackalnych. Niekiedy w przebiegu zaburzeń afektywnych dwubiegunowych dochodzi do przejścia w postać zwaną szybkimi cyklami. W postaci tej występują co najmniej 4 epizody chorobowe w ciągu 12 miesięcy. Badania pokazują, że szybkie cykle mogą dotyczyć nawet 13-20% osób z CHAD, występują głównie w podtypie II, częściej u kobiet.

Epizod maniackalny/mania

Nastrój osoby będącej w epizodzie maniackalnym, cechuje stale wzmożenie samopoczucia, przejawiające się w takich stanach jak zadowolenie, uczucie radości, szczęścia, euforii, wszechmocy. Dysforia, czyli rozdrażnienie, może stanowić podstawowy nastrój osoby w manii, może też współistnieć z nastrojem maniackalnym i ujawniać się w określonych sytuacjach, zwłaszcza gdy napotyka ona przeszkody w realizacji swoich zamierzeń. Dysforia leży u podłoża licznych konfliktów z otoczeniem oraz zachowań agresywnych. Myślenie ulega wydatnemu przyspieszeniu i może dojść do gonitwy myśli, niekiedy wręcz dochodzi do porozrywania związków myślowych. W nasilonych stanach maniackalnych kojarzenie odbywa się na zasadzie przypadkowego podobieństwa słów, dźwięków. Manię charakteryzuje duża odwracalność uwagi, myślenie staje się często zupełnie nieproduktywne. Przejawem opisanych zaburzeń jest wielomówność, połączona z przyspieszeniem tempa wypowiedzi słownych. Aktywność ruchowa jest w manii wzmożona, towarzyszy jej poczucie niespożytej

energii i brak męczyliwości, nadmierna ruchliwość, czasem wręcz może występować gwałtowne, bezładne podniecenie ruchowe. Osoba będąca w manii jest zazwyczaj bardzo pobudzona, może bardzo szybko mówić, być wielomówna, mieć przyspieszone ruchy, być skrajnie optymistyczna, może wzrosnąć jej aktywność seksualna. Do często obserwowanych przejawów zaburzeń rytmów biologicznych w manii należą zaburzenia rytmu snu i czuwania w postaci znacznego zmniejszenia ilości snu nocnego i wczesnego budzenia się. Zdarza się, że osobie w manii wystarczą 2-3 godziny snu na dobę, czasem przez kilka dni może ona pozostać zupełnie bezsenna. Cechą charakterystyczną dla zespołu maniakalnego jest podwyższona, zazwyczaj bezkrytyczna ocena własnych możliwości oraz niedostrzeganie trudności i przeszkód w realizacji podejmowanych działań. U części osób zawyżona samoocena może przybierać postać objawów psychotycznych (urojeń) wielkościowych. Epizod maniakalny o łagodnym nasileniu nazywamy hipomanią.

Depresja w przebiegu zaburzeń afektywnych dwubiegunowych

W typowych łagodnych, umiarkowanych lub ciężkich epizodach depresyjnych pacjent cierpi z powodu obniżenia nastroju, ubytku energii, zmniejszenia aktywności. Zmniejszone jest odczuwanie przyjemności, zakres zainteresowań i koncentracja są obniżone, często pojawia się znaczne zmęczenie, nawet po małym wysiłku, zahamowanie psychoruchowe, spadek libido. Sen jest zwykle zaburzony, charakterystyczne jest wczesne budzenie się, apetyt jest obniżony, pojawia się spadek wagi.

Samoocena i pewność siebie są niemal zawsze zmniejszone, nawet w łagodnych stanach depresyjnych pojawiają się poczucie winy i małej wartości.

Epizody mieszane

Epizod mieszany w przebiegu zaburzeń dwubiegunowych charakteryzuje się współwystępowaniem, albo szybką zmiennością (tj. w ciągu kilku godzin) objawów hipomaniakalnych, maniakalnych i depresyjnych. Zarówno objawy maniakalne, jak i depresyjne pozostają nasilone przez większość czasu w okresie co najmniej 2 tygodni. Częstość występowania epizodów mieszanych ocenia się na 5-70% (w zależności od stosowanych kryteriów diagnostycznych). Osoby w stanie mieszanym częściej sięgają po substancje psychoaktywne, czy alkohol, mają też tendencję do uzależniania się. Występowanie stanu mieszanego uważa się za niekorzystne prognostycznie. W stanach mieszanych również zwiększa się ryzyko podjęcia próby samobójczej. Zarówno rozpoznanie jak i leczenie stanu mieszanego bywa trudne. Często konieczne jest długoterminowe łączenie kilku leków stabilizujących nastrój. Badania pokazują, że stosowanie leków przeciw depresyjnym może powodować zaostrzenie stanu mieszanego.

Leczenie zaburzeń afektywnych dwubiegunowych

Leczenie zaburzeń afektywnych dwubiegunowych można podzielić na leczenie aktualnego epizodu manii bądź depresji, zapobieganie zaostrzeniom i nawrotom epizodów, leczenie poronnych objawów (często depresyjnych) występujących pomiędzy epizodami. Leki stosowane w zaburzeniach afektywnych dwubiegunowych to przede wszystkim leki przeciwpadaczkowe o działaniu stabilizującym nastrój, leki

przeciwpyschotyczne zarejestrowane w leczeniu zaburzeń dwubiegunowych, lit, czasami leki przeciwdepresyjne (powinny być stosowane zawsze w połączeniu z lekiem stabilizującym nastrój). W przypadku wystąpienia zachowań zagrażających życiu u osoby z podejrzeniem bądź rozpoznanymi zaburzeniami afektywnymi dwubiegunowymi, oraz zagrożenia zdrowia bądź życia innych osób należy bezwzględnie wezwać Pogotowie Ratunkowe.

Zaburzenia lękowe



Zaburzenia lękowe są zaliczane do najczęstszych zaburzeń psychicznych. Rozpowszechnienie w ciągu całego życia sięga 15-30%, zaburzenia lękowe z napadami paniki dotyczą ok. 2 % populacji. Ujawniają się najczęściej między 20-30 r.ż. Mają niekorzystny przebieg samoistny. Bez leczenia do wygaśnięcia objawów dochodzi tylko u 20% przypadków. Ok. 50% pacjentów z rozpoznaniem zaburzeń lękowych ma dodatkowo rozpoznane inne zaburzenia lękowego lub zaburzenia depresyjnego. Cechami charakterystycznymi dla przeżywania lęku są uczucie napięcia i zagrożenia, przeżywanie uczucia zakłopotania, niższości, potrzeba bycia lubianym i akceptowanym, nadwrażliwość na krytykę i odrzucenie, tendencja do przesady w ocenianiu potencjalnych zagrożeń w życiu codziennym i unikanie pewnych sytuacji, ograniczenia w trybie życia, wynikające z nadmiernej potrzeby bezpieczeństwa. Wśród objawów dominuje martwienie się, uczucie zagrożenia, drażliwość, wewnętrzny niepokój, trudności w koncentracji uwagi, zaburzenia pamięci, poczucie odrealnienia, zmęczenie, niepokój ruchowy, suchość w ustach, kołatania i bóle w klatce piersiowej, tachykardia, zaburzenia rytmu serca, rozstrój żołądka i biegunka, częste oddawanie moczu, obfite pocenie się, chłodna i lepka skóra, zaczerwienienie lub bladość skóry. Pozostałe objawy jakie mogą wystąpić w lęku to hiperwentylacja, uczucie braku oddechu, gula w gardle, drętwienia, drżenie, bóle mięśni i głowy, uczucie ściskania lub lekkości w głowie, zaburzenia snu.

Zespół lęku napadowego

Objawy charakterystyczne dla napadów paniki to uczucie przerażenia, nierealności, strach przed śmiercią, „zwariowaniem” oraz obawa przed utratą kontroli nad sobą. Do rozpoznania napadu paniki musimy stwierdzić wystąpienie przynajmniej czterech z następujących objawów:

- uczucie kołatania lub ciężaru w okolicy serca,
- zazwyczaj silne pocenie się,
- drżenie rąk lub całego ciała,
- przyspieszony i płytki oddech,
- uczucie duszenia się,
- ból lub ciężar w klatce piersiowej,

- nudności lub ciężar w jamie brzusznej,
- drętwienie lub mrowienie w kończynach,
- uczucie gorąca lub dreszcze,
- zawroty głowy lub uczucie omdlewania
- uczucie nierealności własnych przeżyć (zbliżone do depersonalizacji),
- obawa o utratę zmysłów lub kontroli nad sobą,
- lęk przed śmiercią.

Fobia

Fobia jest to trwały, nieracjonalny, nieproporcjonalny lęk, występujący w określonych sytuacjach, który pojawia się podczas kontaktu z konkretnym przedmiotem, osobą, zjawiskiem, zwierzęciem. Osoba z fobią wie, że lęk ma charakter niezasadny i nadmierny, wie też co wywołuje u niej lęk, lecz mimo to unika przedmiotu fobii. Zdarza się, że samo wyobrażenie danej sytuacji czy przedmiotu fobii powoduje silny lęk, któremu zazwyczaj towarzyszą objawy wegetatywne.

Najczęstsze postacie fobii to:

- agorafobia - lęk przestrzeni, przed miejscami lub sytuacjami, z których ucieczka może być trudna, lub w których może nie być dostępna pomoc np. przed przebywaniem samemu, podróżą środkami transportu publicznego,
- klaustrofobia - lęk przed przebywaniem w zamkniętym pomieszczeniu,
- fobia społeczna - lęk przed kompromitacją, obawa przed oceną i krytyką, upokorzeniem i unikanie sytuacji ekspozycji społecznej. Objawy fobii społecznej to czerwienie się, drżenie rąk, nudności i obawa przed wymiotami, nagła potrzeba oddawania moczu lub stolca.

Zaburzenia lękowe uogólnione

Zaburzenia lękowe uogólnione charakteryzują się długotrwałym występowaniem niepokoju, zagrożenia, obaw, martwienia się, niemożność odprężenia się, trudności w koncentracji uwagi oraz dolegliwości bólowe głównie głowy, kończyn i kręgosłupa. Dodatkowo występują objawy takie jak biegunki, wzmożona potliwość, przyspieszone tętno, kołatanie serca, niepokój w nadbrzuszu, dolegliwości żołądkowe, nudności oraz trudności w zasypianiu i koszmary. Lęk występujący w zaburzeniach lękowych uogólnionych nie jest związany z sytuacjami zewnętrznymi, powoduje cierpienie oraz ograniczenie funkcjonowania społecznego, zawodowego lub w innych dziedzinach życia. Rozpoznanie ustala się na podstawie stwierdzenia, że objawy lękowe utrzymują się przynajmniej kilka tygodni, a zwykle kilka miesięcy a ich obraz kliniczny składa się z nadmiernych obaw (o przyszłość, poczucie „że coś złego się stanie”), napięcia mięśniowego (trudności w znalezieniu sobie miejsca, niezdolność do relaksu, napięciowe bóle głowy), nadmierne pobudzenie układu wegetatywnego (tachykardia, pocenie się).

Leczenie zaburzeń lękowych

Podstawowym celem terapii zaburzeń lękowych jest ustąpienie objawów, poprawa funkcjonowania społecznego oraz zapobieganie nawrotom. W leczeniu lęku wykazano skuteczność zarówno farmakoterapii jak i psychoterapii, głównie poznawczo-behawioralnej CBT. W leczeniu zaburzeń lękowych stosuje się również psychoedukację, treningi relaksacyjne, treningi oddychania przeponowego, biofeedback. W przypadku stosowania farmakoterapii wskazana jest monoterapia, przy braku poprawy po 4- 6 tyg. zmiana leku na inny. Farmakoterapia powinna być długotrwała i trwać co najmniej 8 - 9 miesięcy, według wielu autorów nawet 24 miesiące. Najlepsze efekty uzyskuje się łącząc farmakoterapię oraz terapię behawioralno – poznawczą. Pomimo tego, że zaburzenia lękowe nie są zaliczane do chorób psychicznych, dezorganizują i zubożają codzienne funkcjonowanie, obniżają jakość życia i mogą stać się przyczyną podejmowania prób samobójczych.

Zaburzenia nerwicowe



Najczęstszym rozpoznaniem leczonym w psychiatrycznej opiece ambulatoryjnej, dominującym wśród kobiet, są zaburzenia nerwicowe. W 2006 roku z powodu tych zaburzeń leczonych było 313 tys. osób, w tym 99 tys. po raz pierwszy.

Zaburzenia dysocjacyjne (konwersyjne)

W przebiegu zaburzeń dysocjacyjnych dochodzi do częściowej lub całkowitej utraty kontroli nad poczuciem tożsamości, wspomnieniami, wrażeniami, ruchami dowolnymi, które normalnie pozostają pod kontrolą świadomości. Zaburzenia powyższe klasyfikowane były niegdyś jako różne odmiany „histerii konwersyjnej”. Pojęcie konwersji oznacza, że nieprzyjemne doznania spowodowane sytuacjami konfliktowymi czy problemami, których dana osoba nie jest w stanie rozwiązać, są przekształcane w objaw chorobowy. Za przyczynę zaburzeń z tej grupy uznaje się trudności w zmierzeniu się z wydarzeniami traumatycznymi dla danej osoby, silnie urazowymi, trudnymi do zniesienia, często nierozwiązywalnymi problemami lub zaburzonymi związkami z innymi ludźmi. Pojęcie konwersji oznacza, że nieprzyjemne doznania spowodowane tymi konfliktami czy problemami, których osoba nie jest w stanie rozwiązać, są przekształcane w objaw chorobowy. Nieakceptowana, przykra treść wspomnienia lub przeżywany problem zostaje usunięty z pamięci poprzez „wymazanie” lub ulega przekształceniu w objaw somatyczny, niekiedy mający symboliczne znaczenie. Pojawiające się objawy dodatkowo mogą przynosić osobie z zaburzeniami konwersyjnymi korzyść w postaci koncentrowania na nim uwagi otoczenia, uwolnienia od konieczności rozwiązania problemu, pełnienia uciążliwych obowiązków czy wykonywania narzuconych działań.

Amnezja i fuga

Główną cechą tego zaburzenia jest utrata pamięci ważnych bieżących wydarzeń, zbyt nasilona, by mogła wynikać ze zwykłego zmęczenia czy roztargnienia. Amnezja zazwyczaj jest wybiórcza i koncentruje się na takich urazowych doświadczeniach, jak wypadek czy osierocenie. Występować mogą w jej przebiegu poczucie zagubienia, przeżywanie stresu, zachowania zwracające uwagę. Zazwyczaj utrzymują się około 1 do 2 dni. W fudze występują wszystkie objawy amnezji dysocjacyjnej, które mogą trwać od kilkunastu godzin do kilku tygodni. Okresy niepamięci mogą być przedzielone okresami zachowania pamięci. Dodatkowo mogą pojawiać się

zachowania takie jak np. pozornie celowa podróż poza miejsce mieszkania lub pracy, często do miejsc znanych wcześniej i istotnych dla danej osoby emocjonalnie.

Ośłupienie dysocjacyjne – stupor

W związku z przeżywaniem sytuacji bardzo stresującej dla danej osoby podczas ośłupienia dysocjacyjnego pojawia się bardzo znaczne ograniczenie lub zupełny brak wykonywania ruchów. Towarzyszy temu również brak prawidłowych reakcji na takie bodźce zewnętrzne jak hałas, światło czy dotyk. Napięcie mięśniowe, postawa, oddychanie, ruchy gałek ocznych zwykle wskazują, że dana osoba nie śpi, ani nie jest nieprzytomna.

Dysocjacyjne zaburzenia ruchu i czucia

Osoba przejawiająca zaburzenia ruchu i czucia na podłożu emocjonalnym ma trudności w wykonywaniu ruchów dowolnych lub traci całkowicie zdolność wykonywania ruchu. Czuje się jakby była „sparaliżowana”. Może też pojawiać się utrata czucia skórnoego. Osoba taka wydaje się być chora fizycznie choć nie można stwierdzić choroby somatycznej uzasadniającej obecność objawów (przeprowadzone badania wykluczają chorobę somatyczną). Obserwowane objawy często odpowiadają wyobrażeniom danej osoby o tym jak wyglądają objawy choroby fizycznej, jednak bardzo często rozmiągają się z prawami anatomii i fizjologii. U niektórych osób objawy zwykle rozwijają się w ścisłym związku ze stresem psychologicznym, u innych związek ten nie jest widoczny. Może choć nie musi występować nieadekwatna emocjonalnie spokojna akceptacja poważnych niekiedy dysfunkcji.

Zaburzenia występujące pod postacią somatyczną

Główną i wspólną cechą zaburzeń występujących pod postacią somatyczną są powtarzające się skargi na objawy somatyczne, zazwyczaj połączone z uporczywym domaganiem się kolejnych badań lekarskich mimo ich negatywnych wyników i zapewnianiu przez lekarzy o braku fizycznych podstaw do występowania objawów. Dolegliwości i zgłaszane skargi mają charakter nawracający, zmienny i różnorodny, często utrzymują się przez wiele lat, zanim osoba zgłaszająca dolegliwości zostanie wysłana lub zgłosi się do lekarza psychiatry. Objawy najczęściej występujące w zaburzeniach somatyzacyjnych to: ból, nudności, wymioty, wzdęcia, odbijania, świąd, wykwity skórne, pieczenie, swędzenie itp. Zaburzenia somatyzacyjne mogą występować również jako tzw. „nerwice narządowe”. Wówczas mogą pojawić się objawy przypominające zaburzenia funkcji narządu lub całego układu np. pokarmowego, krążenia, moczowo-płciowego. Najczęściej występują przyspieszenie czynności serca, poty, zaczerwienienie, drżenie, uczucie niepokoju, lęku lub aerofagia (puste odbijania), czkawka, nudności, wymioty, niestrawność, wzdęcia, zespół drażliwego jelita grubego, biegunka, psychogenne postaci kaszlu i hiperwentylacji, wielomocz. Uporczywe dolegliwości i objawy mogą doprowadzić do zakłócenia funkcjonowania rodzinnego i społecznego, w tym konfliktów rodzinnych lub utraty partnera, utraty pracy oraz ograniczenia kontaktów z innymi ludźmi.

Zaburzenia hipochondryczne

Istotą zaburzenia jest nadmierne zaabsorbowanie możliwością zachorowania na poważną chorobę fizyczną, skoncentrowanie się na funkcjonowaniu narządów i doszukiwanie się w nim patologii. Osoba cierpiąca na zaburzenia hipochondryczne może podejrzewać u siebie konkretną chorobę, najczęściej nowotworową, której może się obawiać.

Leczenie zaburzeń nerwicowych

Leczeniem z wyboru w zaburzeniach nerwicowych jest psychoterapia. Może być ona w zależności od nasilenia dolegliwości prowadzona w warunkach ambulatoryjnych lub w ramach hospitalizacji w specjalistycznych oddziałach leczenia zaburzeń nerwicowych. W leczeniu niekiedy stosuje się również farmakoterapię w celu złagodzenia objawów depresyjnych, lękowych, towarzyszących nerwicom zaburzeniom snu czy dolegliwości somatycznych. Najczęściej stosuje się leki o działaniu przeciwdepresyjnym i przeciwlękowym.

Zaburzenia stresowe



Stanowią nieadaptacyjne reakcje na ciężki, ostry lub przewlekły stres, które uniemożliwiają skuteczne radzenie sobie z nim, co w konsekwencji prowadzi do wystąpienia problemów w codziennym funkcjonowaniu. Ostra reakcja na stres powstaje w odpowiedzi na „wyjątkowo stresujące wydarzenie życiowe”. W zaburzeniach adaptacyjnych objawy rozpoczynają się w ciągu miesiąca od zadziałania stresującego wydarzenia bądź wystąpienia trudnej sytuacji życiowej. Wśród objawów dominuje lęk, depresyjny nastrój, zamartwianie się, poczucie niemożności poradzenia sobie, zaplanowania, pozostawania w obecnej sytuacji, ograniczenie zdolności wykonywania codziennych czynności. Zaburzenia stresowe pourazowe najczęściej występują po krótkim czasie od stresującego wydarzenia lub sytuacji o charakterze wyjątkowo zagrażającym lub katastrofalnym.

Ostra reakcja na stres

Jest to krótkotrwałe zaburzenie, doświadczane bezpośrednio po urazie, które trwa od 2 dni do 4 tygodni. Objawy to subiektywne poczucie odrętwienia, wyobcowania lub braku wrażliwości emocjonalnej, oszołomienie, wrażenie że świat się zmienił, jest nierealny, snopodobny, że dana osoba jest jak „za szybą”, inna, często towarzyszy niemożność przypomnienia sobie istotnych aspektów urazu. Dodatkowo może wystąpić poczucie utraty kontaktu z własnym ciałem, poczucie bezradności, winy związanej ze zdarzeniem, niekiedy impulsywność, zachowania ryzykowne.

Zespół stresu pourazowego – PTSD

Zespół stresu pourazowego jest związany z uczestnictwem w zdarzeniu szczególnie przerażającym lub stresującym, które wywołałoby skrajnie przerażające przeżycie u prawie każdego człowieka. Objawy są związane z ponownym intensywnym przeżywaniem, psychicznym odrętwieniem oraz stanami pobudzenia fizjologicznego. Mogą to być natrętne, uporczywe wspomnienia zdarzenia obejmujące myśli, powracające sny dotyczące zdarzenia, przeżywanie przykrości w sytuacji kontaktu na coś zewnątrznie lub wewnątrznie symbolizującego aspekt zdarzenia pourazowego, fizjologiczna reaktywność w sytuacji na wyżej wymienione wpływy, ponowne doświadczanie, natrętne myślenie o zdarzeniu. W następstwie zdarzenia mogą pojawić się trudności w zasypianiu, drażliwość i/lub wybuchy gniewu, trudności w koncentracji, nadmierna czujność.

Osoba z objawami PTSD zazwyczaj unika myśli oraz rozmów związanych z urazem, miejsc, ludzi, aktywności wywołujących wspomnienie urazu. Ma wrażenie odrzucania przez innych, doświadcza braku perspektyw na przyszłość, przejawia mniejszą aktywność w ważnych dziedzinach, cechuje ją ograniczone odczuwanie afektu.

Leczenie: niekiedy konieczne jest udanie się do lekarza psychiatry i włączenie farmakoterapii. W leczeniu stosuje się leki przeciwdepresyjne, przeciwłękowe, uspokajające, regulujące zaburzenia snu. Często, aby poradzić sobie z trudną sytuacją niezbędna jest psychoterapia (najczęściej behawioralno – poznawcza CBT). Jako leczenie wspomagające stosuje się treningi relaksacyjne, treningi oddychania przeponą, treningi asertywności.

Zaburzenia świadomości



Świadomość najogólniej rzecz ujmując jest to taki stan aktywności centralnego układu nerwowego (mózgu), który umożliwia nam samoorientację i orientację w otoczeniu.

Zespół majaczeniowy (delirium)

Przyczyny majaczenia mogą być różnorodne. Najczęściej stany zaburzeń świadomości wywołują infekcje, choroby przebiegające z gorączką, choroby endokrynologiczne, niewydolność i zaburzenia czynności wątroby, nerek, serca, mózgu, urazy głowy, złamania kości długich. Mogą pojawiać się w stanach zatrucia, abstynencji po alkoholu lub innych środkach psychostymulujących lub jako działanie niepożądane wielu leków. U osób starszych przyczyną zaburzeń osobowości może być odwodnienie. Często występują jako powikłania procesu otępiennego. Początek majaczenia jest zwykle nagły, objawy rozwijają się szybko, najczęściej w przeciągu kilku godzin. Samo majaczenie zazwyczaj trwa od kilku dni do ponad 2 miesięcy, zazwyczaj 10–12 dni. Jest stanem zagrożenia życia, śmiertelność w przebiegu majaczenia według różnych danych może nawet wynosić 23-33%.

Objawy prodromalne (poprzedzające): niepokój, lęk, drażliwość, zaburzenia koncentracji w ciągu 1-3 dni przekształcają się w zaburzenia świadomości. Pojawiają się zaburzenia orientacji, uwagi, funkcji poznawczych i percepcji.

Objawy

Najczęstszymi objawami majaczenia są;

- różnie nasilona dezorientacja,
- zazwyczaj fragmentaryczne spostrzeganie otoczenia oraz trudności w skupianiu uwagi - zaburzenia trwałości uwagi (trzeba powtarzać pytania) oraz niedostateczna przetrzutność uwagi (powtarza odpowiedź na poprzednie pytanie),
- różnego stopnia splątanie toku myślenia,
- zaburzenia pamięci,
- zaburzenia orientacji w czasie oraz odnośnie do miejsca i sytuacji,

- iluzje (fałszywe postrzeganie bodźców istniejących),
- omamy (nasilają się gdy jest ciemno), głównie wzrokowe, ruchliwe, niekiedy o scenicznym charakterze, z halucynacyjnymi obrazami o nienaturalnej wielkości, mogą występować również doznania czuciowe np. wrażenie dotyku, niekiedy węchowe, słuchowe,
- urojeniowe (niezgodne z rzeczywistością) przeżywanie dziania się i przebywania w określonych sytuacjach,
- zaburzenia emocjonalne (lęk, gniew, dysforia, euforia, depresja, apatia),
- niepokój ruchowy (zwykłe pobudzenie, niespodziewane działania),
- zaburzenia snu (czasem marzenia senne mieszają się z omamami).

Osoba w zespole majaczeniowym jest najczęściej niespokojna, pobudzona, może na przemian płakać, przejawiać lęk, przerażenie lub być apatyczna, nie wie gdzie się znajduje, nie potrafi podać prawidłowej daty. Może słyszeć głosy osób nieistniejących w rzeczywistości lub realnych, ale nie będących w otoczeniu, ma poczucie uczestniczenia w jakimś wydarzeniu – najczęściej przerażającym (np. jechać windą do piekła, mieć wrażenie, że jest w walącym się budynku, mieć wrażenie, że po domu chodzą obcy ludzie, robią dziwne rzeczy). Wyżej wymienione objawy nasilają się w ciemności.

Majaczenie jest stanem zagrożenia życia. Pod wpływem leczenia podstawowej choroby ustępuje stosunkowo szybko, nieleczone może ustąpić samoistnie, ale może też zakończyć się zgonem lub spowodować utrwalony zespół otępienny.

Postępowanie

Ze względu na fakt, że majaczenie jest stanem zagrożenia życia zawsze należy w przypadku podejrzenia, że mamy do czynienia z zaburzeniami świadomości wezwać pomoc medyczną - lekarza pierwszego kontaktu lub pogotowie ratunkowe. W stanach majaczeniowych związanych z chorobami somatycznymi powinno się leczyć chorobę podstawową.

Majaczenie alkoholowe powinno być leczone w oddziale detoksykacyjnym. Majaczenie jest stanem psychotycznym, w którym występuje zagrożenie życia dlatego chorego można przyjąć do szpitala na oddział detoksykacyjny bez jego zgody zgodnie z ustawą o ochronie zdrowia psychicznego.

Do momentu przyjechania lekarza lub pogotowia:

- zapewnij pełne bezpieczeństwo osobie będącej w majaczeniu (osoby z zaburzeniami świadomości podejmują nagłe, zagrażające, niespodziewane i niecelowe działania, czasem usiłują uciekać, wyskakiwać przez okno itp.),
- dbaj o to żeby było jasno w pomieszczeniu gdzie znajduje się osoba z zaburzeniami świadomości,
- nie sprzeczasz się, nie kłóć się z osobą będącej w majaczeniu,
- zminimalizuj ilość bodźców (wyłącz lub ściszej radio/telewizor, mów ściszym głosem),

- w przypadku gdy przyczyną majaczenia może być podwyższona temperatura – podaj leki przeciwgorączkowe, zastosuj kompresy chłodzące,
- dbaj o prawidłowe nawodnienie osoby z majaczeniem.

Zagrożenie samobójcze



Do zachowań samobójczych należą zarówno samobójstwa dokonane jak i próby samobójcze. Próba samobójcza jest to takie postępowanie, które pomimo intencji dokonania samobójstwa, nie doprowadza do śmierci. Natomiast gesty samobójcze to plany i działania, które w wyjątkowych sytuacjach mogą doprowadzić do śmierci. Zachowania samobójcze zawsze stanowią dla nas informację o potrzebie pomocy, są wołaniem o pomoc, które wymaga naszej interwencji, mającej na celu zapobieżenie zamachowi na życie. Szczególnie istotne jest wyodrębnienie osób z tak zwanej grupy wysokiego ryzyka zachowań samobójczych. Są to osoby w kryzysie emocjonalnym, doświadczający traumy, nadużyć, samotne, będące w żałobie, dotknięte katastrofą lub narażone na długotrwały stres. Do głównych motywów podjęcia zamachu na życie należą: zaburzenia psychiczne (głównie depresja) i szkodliwe używanie alkoholu, czynniki społeczne (niepowodzenie, strata, samotność), zaburzenia osobowości (impulsywność, chwiejność emocjonalna i agresywność, poczucie niedostosowania) oraz choroby fizyczne (głównie choroby przewlekłe). Objawy mogące sugerować ryzyko podjęcia próby samobójczej to brak nadziei, wstyd, poczucie winy, gniew, żal, ból psychiczny, poczucie niższości, beznadziejności, apatia, drażliwość, izolacja, rozmowy o śmierci, szukanie informacji o samobójstwie, agresja i autoagresja.

Światowa Organizacja Zdrowia wdrożyła międzynarodowy program zapobiegania samobójstwom SUPRE Suicide Prevention. Program SUPRE wyszczególnia szereg kryteriów świadczących o wysokim ryzyku podjęcia aktu samobójczego. Zwraca uwagę, że osoby będące w kryzysie, doświadczające poczucia bezsilności, bezradności i rozpacz może charakteryzować ambiwalencja dotycząca podjęcia samobójstwa, impulsywność i trudność w ocenie rzeczywistości i konstruktywnego rozwiązania problemu doprowadzającego do kryzysu. Należy pamiętać, że fakt, iż osoba w kryzysie samobójczym zdecydowała się poinformować nas o zamiarze odebrania sobie życia może świadczyć o tym, że w obliczu przeżywanego kryzysu nie jest w stanie w inny sposób zakomunikować potrzeby uzyskania wsparcia i pomocy oraz nie potrafi samodzielnie poradzić sobie z problemami. Raport WHO Preventing suicide – A global imperative opublikowany w 2014r. podaje, że ponad 800 000 osób rocznie umiera z powodu samobójstwa, a samobójstwo jest drugą najczęstszą przyczyną śmierci

w grupie osób młodych w wieku 15-29 lat. Najwięcej samobójstw w Polsce odnotowuje się wśród osób w wieku 45-64 lata, w ostatnim okresie w grupie tej obserwuje się także wzrost ilości samobójstw.

Czynniki natury osobistej i społecznej zwiększające ryzyko podjęcia samobójstwa. Innymi czynnikami zwiększającymi to ryzyko są: płeć męska, wiek powyżej 45 lat, niedawna separacja, rozwód, wdowieństwo, utrata małżonka lub bliskiego przyjaciela, osobowość cechująca się impulsywnością, przeżywaniem złości i wrogością, ważne rocznice w życiu osobisty, samobójstwo lub zaburzenia afektywne w rodzinie, bezrobocie lub trudności finansowe, zwłaszcza gdy prowadzą do znacznego spadku poziomu życia, plany samobójcze.

Ponadto fakt podjęcia wcześniejszej próby samobójczej znacznie zwiększa ryzyko jej ponownego podjęcia. Około 20% osób ponawia próby przed upływem roku, z czego 10% kończy się śmiercią.

W przypadku, gdy stwierdzasz występowanie zagrożenia samobójczego:

- nie bagatelizuj doświadczanych przez osobę z zagrożeniem samobójczym trudności ani zgłaszanych myśli samobójczych,
- stwórz atmosferę wsparcia, zrozumienia i zaufania,
- staraj się podtrzymywać rozmowę, uważnie słuchaj,
- postaraj się kontrolować swoje emocje, nie okazuj zniecierpliwienia czy lęku,
- usuń potencjalnie niebezpieczne przedmioty,
- nawet na chwilę nie zostawiaj osoby zagrożonej samobójstwem samej,
- zwróć się o pomoc - powiadom Pogotowie Ratunkowe i Policję. Nie rób tego w tajemnicy.

Pamiętaj o możliwości przyjęcia do szpitala osoby z dużym ryzykiem samobójczym wbrew woli na podstawie Ustawy o Ochronie Zdrowia Psychicznego.

Bezwzględnie należy wezwać Pogotowie w przypadku gdy osoba:

- mówi o występowaniu powracających, uporczywych myśli o samobójstwie,
- mówi o zamiarze zakończenia życia w najbliższej przyszłości (w ciągu kilku najbliższych godzin lub dni),
- informuje nas o podjętej niedawno, nieudanej próbie samobójczej,
- mówi, że słyszy głos namawiający ją do samobójstwa lub mówiący, że życie nie ma sensu,
- twierdzi, że życie nie ma sensu ponieważ będzie i tak potępiona, rodzina zostanie ukarana za jej grzechy (wypowiada urojenia depresyjne).

Gdzie można uzyskać pomoc - opieka zdrowotna i pomoc społeczna

W Polsce osobom z zaburzeniami psychicznymi świadczenia mogą być udzielane w formie: świadczeń z zakresu pomocy zdrowotnej oraz świadczeń z zakresu oparcia społecznego. Według ustawy o ochronie zdrowia psychicznego opieka zdrowotna nad osobami z zaburzeniami psychicznymi jest realizowana w ramach podstawowej i specjalistycznej opieki zdrowotnej, zwłaszcza psychiatrycznej opieki zdrowotnej w formie pomocy:

- doraźnej,
- ambulatoryjnej,
- dziennej,
- szpitalnej,
- środowiskowej,
- w domach pomocy społecznej.

Informacje o dostępnej pomocy dla osób z zaburzeniami psychicznymi w tym Informatorze wykazane są dla każdego powiatu województwa mazowieckiego. Powiaty ułożone są alfabetycznie. Każdy z nich zawiera spis wszystkich zarejestrowanych placówek, świadczących na jego terenie usługi dla osób z zaburzeniami psychicznymi, w tym dane właściwego terenowo oddziału ZUS oraz powiatowego zespołu ds. orzekania o niepełnosprawności. Wymienione są instytucje pomocy społecznej, które udzielają wsparcia, również finansowego, a także przyznają pomoc poza miejscem zamieszkania. Są to ośrodki pomocy społecznej (gminne ośrodki pomocy społecznej i miejskie ośrodki pomocy społecznej) oraz powiatowe centra pomocy rodzinie. To pierwsze miejsce kontaktu w przypadku zamiaru uzyskania świadczeń opiekuńczych, wsparcia w życiu codziennym lub zamiaru korzystania z pomocy poza miejscem zamieszkania. Wyszczególnione są podmioty udzielające pomocy poza miejscem zamieszkania, czyli domy pomocy społecznej oraz środowiskowe domy samopomocy. Wymienione są podmioty odpowiedzialne za przyznawanie renty oraz różnych ulg i uprawnień. Następnie wymienione są podmioty lecznicze (poradnie i szpitale). Na końcu zamieszczona jest informacja o podmiotach, które oferują osobom z zaburzeniami psychicznymi wsparcie w zakresie aktywizacji zawodowej, w tym warsztaty terapii zajęciowej. W Informatorze znajdują się także informacje na temat zakładów pracy chronionej, centrów integracji społecznej, klubów integracji społecznej oraz zakładów aktywności zawodowej.

Do wszystkich podmiotów zamieszczone zostały dane teleadresowe, umożliwiające łatwe wyszukanie właściwego zakresu pomocy.

Powiat białobrzegi



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie białobrzekim:

- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Białobrzegi, ul. Reymonta 11, 26-800 Białobrzegi, tel. 48-613-27-55, fax 48-613-27-55, www.mgops.bialobrzegi.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Promna, 26-803 Promna tel. 48-615-10-03, fax 48-613-36-28,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Radzanów, ul. Mławska 4, 06-540 Radzanów tel. 23-679-80-79, www.gops.radzanow.com,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Stara Błotnica, Stara Błotnica 46, 26-806 Stara Błotnica, tel. 48-385-78-95, 48-385-77-90, fax 48-383-50-92, www.starablotnica.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Stromiec, ul. Piaski 4, 26-804 Stromiec, tel. 48-619-13-38, www.stromiec.naszops.pl,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Wyśmierzyce, ul. Mickiewicza 75, 26-811 Wyśmierzyce, tel. 48-615-70-28, www.wysmierzyce.pl,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Krakowska 28, 26-800 Białobrzegi, tel. 48-360-02-24,
- Dom Pomocy Społecznej w Niedabyli (dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie oraz dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie), Niedabył 36A, 26-804 Stromiec, tel./fax 619-10-28, www.dpsniedabyl.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (dla osób psychicznie chorych), Jasionna 32, 26-800 Białobrzegi, tel. 601-155-810, www.sdsjasionna.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie białobrzekim:

- ZUS Inspektorat w Grójcu (zasięg terytorialny: Belsk Duży, Białobrzegi, Błędów Chynów, Goszczyn, Grójec, Jasieniec, Mogielnica, Nowe Miasto nad Pilicą, Pniewy, Promna, Radzanów, Stara Błotnica,

Stromiec, Tarczyn, Warka, Wyśmierzyce), ul. J. Matejki 10, 05-600 Grójec, tel. 48-664-16-08, fax 48-664-31-75. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie białobrzeskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Domagalskiego 7, 26-600 Radom, tel. 48-381-50-67, 48-381-50-69, fax 48-381-50-68.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie białobrzeskim:

- Samodzielny Publiczny Specjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej, ul. Spacerowa 10, 26-800 Białobrzegi, tel. 48-613-27-50, www.zdronet.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, Olszynka k. Białobrzegów, 26-800 Białobrzegi, tel. 500-200-978.

Powiat ciechanowski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie ciechanowskim:

- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Ciechanów, ul. Sienkiewicza 32d, 06-400 Ciechanów, tel. 23-672-23-41, 23-673-27-21, 23-672-31-65, 23-672-20-91, fax 23-672-20-91, www.ciechanow.mops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Ciechanów, ul. Fabryczna 8, 06-400 Ciechanów, tel. 23-672-48-74, fax 23-672-26-46, www.ciechanow.naszops.pl,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Głinojeck, ul. Gen. Józefa Bema 7, 06-450 Głinojeck, tel. 23-674-00-65, fax 23-674-00-65,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Gołymin-Ośrodek, ul. Szosa – Ciechanowska 8, 06-420 Gołymin-Ośrodek, tel. 23-671-61-83, www.golymin-osrodek.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Grudusk, ul. Ciechanowska 54, 06-460 Grudusk, tel. 23-671-50-70, fax 23-671-50-70,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Ojrzeń, ul. Ciechanowska 27, 06-456 Ojrzeń. tel. 23-671-83-92, www.ojrzen.pl zakładka GOPS,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Opinogóra Górna, ul. Kasińskiego 4, 06-406 Opinogóra Górna, tel. 23-671-70-78, www.gopsopinogora.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Regimin, Regimin 22, 06-461 Regimin, tel. 23-681-17-55, www.gopsregimin.com,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Sońsk, ul. Ciechanowska 20, 06-430 Sońsk, tel./fax 23-671-30-47, www.sonsk.pl,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. 17-go Stycznia 7, 06-400 Ciechanów, tel./fax 23-672-52-16, www.pcpr-ciechanow.pl,
- Dom Pomocy Społecznej (dla osób przewlekle psychicznie chorych), ul. Krucza 32, 06-400 Ciechanów, tel. 23-672-33-05, fax 23-672-97-56, www.dpsciechanow.pl,

- Dom Pomocy Społecznej ZACISZE (dla osób przewlekle psychicznie chorych) ul. Mikołajczyka 8 A, 06-400 Ciechanów, tel. 23-672-20-46,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (dla osób psychicznie chorych i niepełnosprawnych intelektualnie), ul. Niechodzka 14 06-400 Ciechanów, tel. 23-673-56-38,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie), ul. Świętochowskiego 8, 06-400 Ciechanów, tel. 23-673-45-09.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie ciechanowskim:

- ZUS Inspektorat w Ciechanowie (zasięg terytorialny: Ciechanów, Głinojeck, Gołymín-ośrodek, Grudusk, Ojrzeń, Opinogóra Górna, Regimin, Sońsk), ul. Rzekkowska 8, 06-400 Ciechanów, tel. 23-672-44-91 do 95, 672-68-11 do 14. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie ciechanowskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Mikołaja Kopernika 7, 06-400 Ciechanów, tel. 23-673-40-64, fax. 23-672-52-16.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie ciechanowskim:

- Centrum Psychoterapii i Psychoedukacji TOT Ewa Strojnowska, Karolina Strojnowska, ul. Zamkowa 24, 06-400 Ciechanów, tel. 23-673-31-62,
- Ośrodek Diagnostyczno - Terapeutyczny, ul. Niechodzka 14a, 06-400 Ciechanów, tel. 23-674-35-32,
- Specjalistyczny Szpital Wojewódzki w Ciechanowie, ul. Powstańców Wielkopolskich 2, 06-400 Ciechanów, tel. 23-673-05-80, www.szpitalciechanow.com.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Pułtуска 20a, 06-400 Ciechanów, tel. 23-672-99-22.

Powiat garwoliński



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie garwolińskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Borowie, ul. Sasinowskiego 10, 08-412 Borowie, tel. 25-685-90-68, www.borowie.pl,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Garwolin, ul. Staszica 15, 08-400 Garwolin, tel. 25 684 34 41, www.mopsgarwolin.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Górzno, Górzno 131, 08-404 Górzno, tel. 25-681-22-84, www.gorzno.ugm.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Łaskarzew, ul. Rynek Duży 32, 08-450 Łaskarzew, tel. 25-684-68-14, 25-684-50-59, fax 25-684-50-24 wew. 13, www.laskarzew.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Maciejowice, ul. Tadeusza Kościuszko 17, 08-480 Maciejowice, tel. 25-682-57-80,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Miastków Kościelny, ul. Rynek 5, 08-420 Miastków Kościelny, tel. 25-751-12-88, www.miestkowkoscielny.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Parysów, ul. Kościuszki 28, 08-441 Parysów, tel. 25-685-01-42, www.parysow.pl zakładka GOPS,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Pilawa, ul. Wyzwolenia 158, 08-440 Pilawa, tel. 25-685-60-53, fax 25-685-60-83, www.mgops.pilawa.com.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Sobolew, ul. Marzysza 16, 08-460 Sobolew, tel. 25-682-51-03, fax 25-683-27-36,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Trojanów, Trojanów, 08-455 Trojanów, tel. 25-682-71-21,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Wilga, ul. Warszawska 38, 08-470 Wilga, tel. 25-685-30-71 wew. 43, fax 25-685-30-71, www.gopswilga.pl,

- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Żelechów, ul. Piłsudskiego 47, 08-430 Żelechów, tel. 25-754-11-46, fax 25-754-11-46, www.zelchow.pl,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Sportowa 5, 08-400 Garwolin, tel. 25-682-43-19, www.pcprgarwolin.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Życzynie (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie), Dębówka 53, 08 -455 Trojanów, tel. 25-683-44-85, www.dpswzyczynie.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie garwolińskim:

- ZUS Inspektorat w Garwolinie (zasięg terytorialny: Garwolin, Łaskarzew, Borowie, Garwolin, Górzno, Łaskarzew, Maciejowice, Miastków Kościelny, Parysów, Pilawa, Sobolew, Trojanów, Wilga, Żelechów) ul. Kościuszki 38a, 08-400 Garwolin, tel. 25-682-22-32 do 34. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie garwolińskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania, o Niepełnosprawności, ul. Sportowa 5, 08-400 Garwolin, tel. 25-682-43-19.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie garwolińskim:

- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Zdrowie”, ul. Dobra 3 LU/9, 08-400 Garwolin, Stowarzyszenie „MONAR” Ośrodek Leczenia, Terapii i Rehabilitacji Uzależnień w Głoskowie, Głosków 43, 08-412 Borowie, tel. 511-731-933, fax 25-681-64-24, www.monar-gloskow.com.pl,
- Szpital Mazowiecki w Garwolinie sp. z o.o. Aleja Legionów 11, 08-400 Garwolin, tel. 25-682-22-51/52/53, fax 25-684-32-13, www.smwg.pl,
- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Garwolinie, ul. Lubelska 50, 08-400 Garwolin, tel. 25-68-44-700, fax 25-68-44-949, www.spozgarwolin.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, Miętne, ul. Główna 49, 08-400 Garwolin tel. 25-682-49-37, 25-682-30-81,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Letnisko 9, 08-430 Żelechów, tel. 25-629-00-44.

Powiat gostyniński



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie gostynińskim:

- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Gostynin, ul. Parkowa 22, 09-500 Gostynin, tel. 24-236-13-60, fax 24-236-13-64, www.mopsgostynin.nazwa.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Gostynin, ul. Parkowa 32, 09-500 Gostynin, tel. 24-236-07-76, www.gminagostynin.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Pacyna, ul. Wyzwolenia 7, 09-541 Pacyna, tel. 24-285-80-60, fax 24-285-80-54, www.pacyna.naszops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Sanniki, ul. Wólczyńska 75, 09-540 Sanniki, tel. 24-277-61-56,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Szczawin Kościelny, ul. Jana Pawła II 3/1, 09-550 Szczawin Kościelny, tel. 24-235-13-72, fax 24-235-13-66, www.szczawin.pl,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Ozdowskiego 1a, 09-500 Gostynin, tel./fax 24-235-22-92, www.pcpr.wgostyninie.pl,
- Powiatowy Dom Pomocy Społecznej w Czarnowie (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych) Czarnów, 09-541 Pacyna, tel. 24-285-80-02.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie gostynińskim:

- ZUS Inspektorat w Gostyninie (zasięg terytorialny: Gostynin, Pacyna, Sanniki, Szczawin Kościelny), ul. Płocka 37 a, 09-500 Gostynin, tel. 24-235-74-20. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie gostynińskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Ozdowskiego 1 A, 09-500 Gostynin, tel. 24-235-22-92.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie gostyńskim:

- Wojewódzki Samodzielny Zespół Publicznych Zakładów Opieki Zdrowotnej im. prof. Eugeniusza Wilczkowskiego w Gostyninie, Zalesie 1, 09-500 Gostynin, tel. 24-236-00-00, fax 24-235-80-89, www.spoz-zalesie.pl,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej MEDICUS Tadeusz Kozubski Spółka jawna, ul. Wojska Polskiego 35, 09-500 Gostynin, tel. 24-235-34-12,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Ozdowskiego 1a, 09-500 Gostynin, tel. 24-235-79-79, www.wtz.wgostyninie.pl.

Powiat grodziski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie grodziskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Baranów, ul. Armii Krajowej 89, 96-314 Baranów, tel./fax 46-865-03-17,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Grodzisk Mazowiecki, ul. 11 Listopada 33, 05-825 Grodzisk Mazowiecki, tel. 22-755-51-11, 22-755-58-69, fax. 22-755-61-69, www.opsgrodzisk.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Jaktorów, ul. Warszawska 33, 96-313 Jaktorów, tel. 46-856-42-44, www.jaktorow.pl zakładka GOPS,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Milanówek, ul. Fiderkiewicza 41, 05-822 Milanówek, tel. 22-755-86-35, tel./fax 22-724-97-92, www.milanowek.naszops.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Podkowa Leśna, ul. Błońska 46/48, 05-807 Podkowa Leśna, tel. 22-729-10-82 www.ops.podkowalesna.pl,
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Żabia Wola, ul. Główna 5, 96-321 Żabia Wola, tel. 46-857-82-88, fax 46-857-82-88, www.zabawola.pl,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Daleka 11, 05-825 Grodzisk Mazowiecki tel. 22-724-15-70, 22-724-07-09, fax 22-724-15-70, www.pcpr.powiat-grodziski.pl,
- Dom Pomocy Społecznej Rehabilitacyjno-Opiekuńczy Katolickiego Stowarzyszenia Niepełnosprawnych Archidiecezji Warszawskiej (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Piasta 5, 05-822 Milanówek, tel. 22-724-98-52, 22-724-93-57, www.milanowek.ksnaw.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy Katolickiego Stowarzyszenia, Niepełnosprawnych Archidiecezji Warszawskiej (typ: dla osób dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Błońska 46/48, 05-807 Podkowa Leśna, tel. 22-759-22-08, www.sds.ksnaw.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie grodziskim:

- ZUS Biuro Terenowe w Grodzisku Mazowieckim (zasięg terytorialny: Milanówek, Podkowa Leśna, Baranów, Grodzisk Mazowiecki, Jaktorów, Żabia Wola) ul. Sienkiewicza 45, 05-825 Grodzisk Mazowiecki, tel. 22-724-36-11. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie grodziskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Daleka 11, 05-825 Grodzisk Mazowiecki, tel. 22-724-15-70, 22-724-07-09, fax. 22-724-15-70 wew. 21.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie grodziskim:

- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Terapia Uzależnień „Cisowa”, Czarny Las, ul. Cisowa 20, 05-825 Grodzisk Mazowiecki, tel. 22-792-15-17, 606-321-290, fax 22-357-91-93, www.terapia-cisowa.pl,
- Samodzielny Publiczny Specjalistyczny Szpital Zachodni im. Jana Pawła II, ul. Daleka 11, 05-825 Grodzisk Mazowiecki, tel. 22-755-91-05, 22-755-91-07, www.szpitalzachodni.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Stowarzyszeniu na rzecz osób niepełnosprawnych „Malwa plus”, ul. Traugutta 40, 05-825 Grodzisk Mazowiecki, tel. 22-755-75-41 w 17, 27, www.malwapluswtz.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej ul. Piasta 5, 05-822 Milanówek, tel. 22-724-98-52, 22-724-07-09, www.milanowek.ksnaw.pl.

Powiat grójecki



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie grójeckim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Belsk Duży, ul. J. Kozińskiego 4, 05-622 Belsk Duży, tel. 48-661-16-41, fax 48-661-16-41, www.belskduzy.naszops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Błędów, ul. Sadurkowska 13, 05-620 Błędów, tel. 48-326-06-47, fax 48-668-06-55,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Chynów, ul. Główna 67, 05-650 Chynów, tel. 48-661-57-55, www.gops.chynow.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Goszczyn, ul. Bądkowska 1a, 05-610 Goszczyn, tel. 48-663-21-14, fax 48-663-20-16,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Grójec ul. Niepodległości 6a, 05-600 Grójec, tel. 48-664-31-55, fax 48-664-36-78,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Jasieniec, ul. Warecka 19, 05-604 Jasieniec, tel. 48-66-13-337, fax 48-66-13-581,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Mogielnica, ul. Rynek 11, 05-640 Mogielnica, tel. 48 663-53-26,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Nowe Miasto nad Pilicą, ul. Koźmińskiego 1 /2, 26-420 Nowe Miasto nad Pilicą, tel. 48-674-10-98 wew. 20,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Pniewy, Pniewy 28/3, 05-652 Pniewy, tel. 48-668-64-85, 48-668-64-85,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Warka, ul. Wójtowska 1, 05-660 Warka, tel. 48-667-02-20, fax 48-667-02-21, www.mgops.warka.pl,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Laskowa 4, 05-600 Grójec, tel. 48-664-28-30, www.pcpgrójec.pl,

Dom Pomocy Społecznej (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie oraz dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Bielińskiego 26, 26-420 Nowe Miasto n. Pilicą, tel. 48-674-23-18, fax. 48-674-23-18,

- Dom Pomocy Społecznej „Pod Topolami” (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych) Lesznowola, ul. Grójecka 1, 05-600 Grójec, tel. 48-664-25-48,
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Woli Łychowskiej (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie) Łychowska Wola, 05-604 Jasiniec, tel. 48-389-54-77.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie grójeckim:

- ZUS Inspektorat w Grójcu (zasięg terytorialny: Belsk Duży, Białobrzegi, Błędów, Chynów, Goszczyn, Grójec, Jasiniec, Mogielnica, Nowe Miasto nad Pilicą, Pniewy, Promna, Radzanów, Stara Błotnica, Stromiec, Tarczyn, Warka, Wyśmierzyce) ul. J. Matejki 10, 05-600 Grójec, tel. 48-664-16-10. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie grójeckim:

- Właściwy terenowo Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności mieści się w Radomiu, ul. Domagalskiego 7, 26-600 Radom, tel. 48-381-50-67, 48-381-50-59, fax 48-381-50-68.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie grójeckim:

- Powiatowe Centrum Medyczne w Grójcu, ul. Ks. Piotra Skargi 10, 05-600 Grójec, tel. 48-664-91-00, www.pcmg.pl,
- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Nowym Mieście nad Pilicą, ul. Tomaszowska 43, 26-420 Nowe Miasto nad Pilicą, tel. 48-674-38-00, www.zoz-nowemiasto.net,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Jana Pawła II 24, 05-600 Grójec, tel. 48-661-28-90, www.wtzgrojec.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Grójecka 11, 05-660 Warka, tel. 48-667-00-86, www.wtz-warka.pl.

Powiat kozienicki



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie kozienickim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Garbatka-Letnisko, ul. Skrzyńskich 1, 26-930 Garbatka-Letnisko, tel. 48-621-03-14, fax 48-621-00-54,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Głowaczów, Rynek 35, 26-903 Głowaczów, tel. 48-623-18-75, fax 48-623-10-51, www.glowaczow.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Gniewoszów, ul. Lubelska 16, 26-920 Gniewoszów, tel. 48-621-50-35 w. 28, fax 48 621 50 46, www.gniewoszow.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Grabów nad Pilicą, ul. K. Puławskiego 51, 26-902 Grabów nad Pilicą, tel. 48-662-70-77,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Kozienice, ul. M. C. Skłodowskiej 3, 26-900 Kozienice, tel. 48-614-88-58, 48-614-45-77, fax 48-614-67-62, www.opskozienice.pl,
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Magnuszew, ul. Saperów 24, 26-910 Magnuszew, tel. 48-621-70-25,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Sieciechów, ul. 11 Listopada 2, 26-922 Sieciechów, tel. 48-621-60-23, www.sieciechow.pl zakładka GOPS,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Kochanowskiego 15, 26-900 Kozienice, tel. 48-382-05-63, 48-382-05-64, 48-382-05-65, fax 48-382-05-62,
- Dom Pomocy Społecznej dla Dorosłych w Kozienicach (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych), ul. Lubelska 50, 26-900 Kozienice, tel. 48-614-32-69.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie kozienickim:

- ZUS Inspektor w Kozienicach (zasięg terytorialny: Garbatka-Letnisko, Głowaczów, Gniewoszków, Grabów nad Pilicą, Kozienice, Magnuszew, Sieciechów) ul. Radomska 43, 26-900 Kozienice, tel. 48-382-04-64. Centrum obsługi telefonicznej (COT):22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie kozienickim:

- Właściwy terenowo Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności mieści się w Radomiu, ul. Domagalskiego 7, 26-600 Radom, tel. 48-381-50-67, 48-381-50-59, fax 48-381-50-68.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie kozienickim:

- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Przychodnie Kozienickie”, ul. Sienkiewicza 28, 29-900 Kozienice, tel. 48-614-30-30, www.przychodniekozienicie.pl,
- Agnieszka Wnukowska Centrum Leczenia Uzależnień i Pomocy Psychologicznej, ul. Lubelska 69A, 29-900 Kozienice,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Miejsko – Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej, Przewóz 2A, 26-900 Kozienice, tel. 614-67-91 www.opskozienice.pl Zakładka WTZ.

Powiat legionowski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie legionowskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Jabłonna, ul. Zegrzyńska 1, 05-110 Jabłonna, tel. 22-782-46-51, 22-784-46-20, fax 22-782-46-51, www.gops.jablonna.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Legionowo, ul. Aleja 3 Maja 28, 05-120 Legionowo, tel. 22-774-08-66, fax 22-774-08-66, www.opslegionowo.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Nieporęt ul. Podleśna 4a, 05-126 Nieporęt, tel. 22-490-43-41, 22-490-43-44, fax 22-77-48-789 w. 106, www.gops.nieporet.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Serock, ul. Kościuszki 15, 05-140 Serock, tel./fax 22-782-61-18, 22-782-71-39, www.ops.serock.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Wieliszew, al. Solidarności 25, 05-135 Wieliszew, tel./fax 22-782-25-22, 22-782-26-66, www.wieliszew.naszops.pl,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Sikorskiego 11, 05-119 Legionowo tel./fax 22-764-01-40, www.legionowo.pcpr.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Serocku (typ: dla osób z zaburzeniami psychicznymi oraz niepełnosprawnych intelektualnie), ul. Wyzwolenia 31, 05-140 Serock tel. 22-782-68-43, www.integracjaserock.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie legionowskim:

- ZUS Inspektorat w Legionowie (zasięg terytorialny: Legionowo Jabłonna, Nieporęt, Serock, Wieliszew) ul. Słowackiego 20, 05-120 Legionowo, tel. 22-767-40-00. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie legionowskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Jagiellońska 71, 05-120 Legionowo, tel. 22-766-44-04.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie legionowskim:

- Jerzy Petz MEDIQ Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej, ul. Piłsudskiego 20, 05-120 Legionowo, tel. 22-774-26-40, www.mediq.pl,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „BERMED” w Wieliszewie, ul. Niepodległości 85, 05-135 Wieliszew, tel. 22-782-23-85, www.ber-med.pl,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „LEGIONOWO”, ul. Sowińskiego 4, 05-120 Legionowo, tel. 22-774-51-51, fax 22-767-59-01, www.nzozlegionowo.pl,
- Przychodnia Lekarzy Specjalistów EL-MED., ul. Krasieńskiego 70, 05-120 Legionowo, tel. 22-784-57-24, www.elmed.com.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Orłąt Lwowskich 8, 05-119 Legionowo, tel. 508-827-472, www.mbfatimska.pl/wtz.

Powiat lipski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie lipskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Chotcza, Chotcza-Józefów 60, 27-312 Chotcza, tel. 48-375-10-32 wew. 23,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Ciepiałów, ul. Czachowskiego 1, 27-310 Ciepiałów, tel. 48-37-88-044, fax 48-37-88-044,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Lipsko, ul. 1 Maja 2, 27-300 Lipsko tel./fax 48-37-80-182, www.lipisko.ops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Rzeczników, Rzeczników 1, 27-353 Rzeczników, tel. 48-616-70-37,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Sienno, ul. Rynek 36/40, 27-350 Sienno, tel. 48-378-60-74,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Solec nad Wisłą, Rynek 1, 27-320 Solec nad Wisłą, tel. 48-376-12-66 w. 28, fax 48-376-12-66 w.17, www.solec.naszops.pl,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, Iłżecka 6, 27-300 Lipsko, tel. 48-378-10-11, www.pcprlipsko-pokl.com,
- Dom Pomocy Społecznej w Lipsku typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie, ul. 1-go Maja 79, 27-300 Lipsko, tel. 48-378-23-42, www.dpslipsko.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy „Słoneczny Dom w Lipsku” (typ: dla osób psychicznie chorych i niepełnosprawnych intelektualnie), ul. Kilińskiego 13, 27-300 Lipsko, tel. 48-378-11-48,
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Łaziskach (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie), Łaziska 101, 27-310 Ciepiałów, tel. 609-804-748.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie lipskim:

- ZUS Biuro Terenowe w Lipsku (zasięg terytorialny: Chotcza, Ciepiałów, Lipsko, Rzecznów, Sienno, Solec nad Wisłą) ul. Partyzantów 10, 27-300 Lipsko, tel. 48-378-09-21. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie lipskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Rynek 1, 27-300 Lipsko, tel. 48-378-30-46, fax 48-378-30-44.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie lipskim:

- MAGMED, ul. 1 maja 18, 27-300 Lipsko, tel. 796-975-597,
- Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Lipsku, ul. Jędrzeja Śniadeckiego 2, 27-300 Lipsko, tel. 48-378-08-54, 48-378-35-67, www.spzzoz-lipsko.mazowsze.pl,
- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Rzecznowie, Rzecznów 1a, 27-353 Rzecznów, tel. 48-616-70-06, www.zoz.strefa.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Zwoleńska 14, 27-300 Lipsko, tel. 48-378-00-63,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Szkolna 41, 27-350 Sienno, tel. 48-378-66-37.

Powiat łosicki



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie łosickim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Huszlew, 08-206 Huszlew 77, tel. 83-358-01-96, www.huszlew.ops.pl,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy, Społecznej Łosice, ul. Piłsudskiego 6, 08-200 Łosice, tel. 83-357-37-47, www.mgops.losice.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Olszanka, Olszanka 42, 08-207 Olszanka, tel. 83-357-51-19, www.gopsolszanka.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Platerów, ul. Dworcowa 21, 08-210 Platerów, tel. 83-357-84-11, 83-357-84-11,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Sarnaki, Joselewicza 3, 08-220 Sarnaki, tel./fax 83-359-92-44, www.gopssarnaki.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Stara Kornica, Stara Kornica 191, 05-205 Kornica, tel. 83-358-78-22, www.ops.kornica.org,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Narutowicza 6, 08-200 Łosice, tel. 83-359-05-51, tel./fax 83-357-49-41, 83-357-19-41, www.pcpr.losice.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie łosickim:

- ZUS Biuro Terenowe w Łosicach (zasięg terytorialny: Huszlew, Łosice, Olszanka, Platerów, Sarnaki, Stara Kornica), ul. Kilińskiego 2, 08-200 Łosice, tel. 83-357-39-70. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie łosickim:

- Właściwy terenowo Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności mieści się w Siedlcach, ul. Sienkiewicza 32, 08-110 Siedlce, tel. 25-633-15-21.
- Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych w powiecie łosickim:
- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej, ul. Słoneczna 1, 08-200 Łosice, tel. 83-357-32-31, 83-357-24-38, 83-357-24-25, www.spozlosice.pl.

Powiat makowski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie makowskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Czerwonka, Czerwonka Włościańska 38a, 06-232 Czerwonka, tel. 29-717-98-24, 29-717-98-51, fax 29-717-98-51,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Karniewo, ul. Pułtуска 5, 06-425 Karniewo, tel. 29-767-04-21, 29-767-04-23, www.karniewo.pl zakładka POMOC SPOŁECZNA kategoria Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Krasnosielc, ul. Rynek 40, 06-212 Krasnosielc, tel./fax 29-717-50-72,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Maków Mazowiecki, ul. Polna 1, 06-200 Maków Mazowiecki, tel. 29-717-26-59, www.makowmazowiecki.pl zakładka Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Młynarze, ul. Ostrołęcka 7a, 06-231 Młynarze, tel./fax 29-768-11-26, www.gminamlynarze.pl zakładka GOPS,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Płoniawy-Bramura, Płoniawy – Bramura 83, 06-210 Płoniawy-Bramura, tel. 29-717-80-61, fax 29-717-89-69,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Różan, Plac Obrońców Różana 4, 06-230 Różan, tel. 29-766-90-90, fax 29-766-91-77, www.rozan.naszops.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Rzewnie, Rzewnie 19, 06-225 Rzewnie, tel. 29-761-34-77, 29-767-30-11, fax 29-761-34-77,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Sypniewo, ul. Ostrołęcka 27, 06-216 Sypniewo, tel./fax 29-717-74-37,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Stary Szelków, Stary Szelków 39, 06-220 Stary Szelków, tel./fax 29-717-67-29, tel. 717-67-39, 717-67-45,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki tel. 29-717-21-87 tel./fax 29-717-21-34,

- Środowiskowy Dom Samopomocy w Makowie Mazowieckim (typ: dla osób psychicznie chorych), ul. Mickiewicza 37, 06-200 Maków Mazowiecki, tel. 29-717-32-89,
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Makowie Mazowieckim (typ: dla osób psychicznie chorych i niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3 A, 06-200 Maków Mazowiecki, tel. 29-717-32-89.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie makowskim:

- ZUS Inspektorat w Makowie Mazowieckim (zasięg terytorialny: Maków Mazowiecki Czerwonka, Karniewo, Krasnosielc, Młynarze, Płoniawy - Bramura, Różan, Rzewnie, Sypniewo, Szeków), ul. Kopernika 6a, 06-200 Maków Mazowiecki, tel. 29-717-21-95 do 98. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie makowskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Duńskiego Czerwonego Krzyża 3, 06-200 Maków Mazowiecki tel. 29-717-06-65.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych w powiecie makowskim:

- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej – Zespół Zakładów, ul. Witosa 2, 06-200 Maków Mazowiecki tel. 29-714-24-00, www.szpital-makow.pl.

Powiat miński



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie mińskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Cegłów, ul. Kościuszki 2, 05-319 Cegłów, tel. 25-759-59-47, www.gopsceglow.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Dębe Wielkie, ul. Strażacka 3, 05-311 Dębe Wielkie, tel./fax 25-757-70-54, 25-757-70-57, 25-757-77-26 www.gopsdebewielkie.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Dobrze, ul. Kościuszki 1, 05-307 Dobrze tel. 25-757-11-23, fax 25-757-11-23, www.gminadobre.pl zakładka Jednostki organizacyjne kategoria Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Halinów, ul. Mickiewicza 23, 05-074 Halinów, tel. 22-760-00-84 www.mops.halinow.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Jakubów, ul. Mińska 15, 05-306 Jakubów, tel./fax 25-757-91-64 www.gops.jakubow.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Kałuszyn, ul. Wojska Polskiego 20, 03-310 Kałuszyn tel. 25-757-61-47, fax 25-757-61-47,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Latowicz, ul. Rynek 6, 05-334 Latowicz tel./fax 25-752-10-89,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Mińsk Mazowiecki, ul. Konstytucji 3-go Maja 1a, 05-300 Mińsk Mazowiecki, tel./fax 25-758-22-24, www.minskmaz.mops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Mińsk Mazowiecki, ul. J. Chełmońskiego 14, 05-300 Mińsk Mazowiecki, tel./fax 25-758-19-32 www.minskmazowiecki.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Mrozy, ul. Armii Krajowej 12, 05-320 Mrozy, tel. 25-757-47-15, www.mrozy.naszpos.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Siennica, ul. Latowicka 9, 05-332 Siennica, tel./fax 25-757-22-64 www.gopssiennica.pl,

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Stanisławów, ul. Rynek 32, 05-304 Stanisławów, tel. 25-757-58-79, fax 25-752-20-19,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Sulejówek, ul. Świętochowskiego 4, 05-071 Sulejówek, tel. 22-783-59-49, fax 22-783-99-67,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Konstytucji 3-go Maja 16, 05-300 Mińsk Mazowiecki, tel./fax 25-756-40-26, www.pcpr-minskmaz.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Kątach (typ: dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie), Kąty 22, 05-332 Siennica, tel. 25-799-19-07, www.katy.dps.pl,
- Dom Pomocy Społecznej „Jedlina” w Mieni (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie), Mienia 300, 05-319 Cegłów, tel. 25-757-01-60, www.jedlina.dps.pl,
- Dom Pomocy Społecznej Św. Józefa w Mieni, typ: dla osób przewlekle somatycznie chorych oraz dla osób psychicznie chorych, Mienia 94, 05-319 Cegłów, tel. 25-757-02-03, www.dpsmienia.home.pl,
- Dom Pomocy Społecznej „Kasmin” (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych) Drożdżówka 5a, 05-332 Siennica, tel. 25-799-21-23, www.kasmin.pl,
- Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w Mińsku Mazowieckim (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Sosnkowskiego 43, 05-300 Mińsk Mazowiecki, tel. 25-759-32-98 www.psds-minskmaz.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych, ul. Kościelna 18, 05-300 Mińsk Mazowiecki, tel. 25-756-32-06, www.sds.minsk.caritas.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie mińskim:

- ZUS Inspektorat w Mińsku Mazowieckim (zasięg terytorialny: Mińsk Mazowiecki, Sulejówek, Cegłów, Dębe Wielkie, Dobrze, Halinów), ul. Warszawska 84, 05-300 Mińsk Mazowiecki, tel. 25 759 50 01 Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22 560 16 00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie mińskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Konstytucji 3 Maja 16, 05-300 Mińsk Mazowiecki tel. 25-756-40-01, fax 25-756-40-26.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie mińskim:

- „KAŚMIN” S.C. Dom Seniora, Drożdżówka 5A, 05-332 Siennica, tel. 25-799-21-23, www.kasmin.pl,
- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Sulejówku, ul. Idzikowskiego 7B, 05-070 Sulejówek, tel. 22-783-10-45, 22-783-55-06, www.spzozsulejowek.pl,
- Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej, ul. Szpitalna 37, 05-300 Mińsk Mazowiecki, tel. 25-506-51-00, 25-758-30-01, 25-758-30-02, 25-758-30-03, www.spzozmm.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej „Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej”, ul. Wszyńskiego 58, 05-300 Mińsk Mazowiecki, tel. 25-758-27-79, www.wtz.minsk.caritas.pl.

Powiat mławski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie mławskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Dzierzgowo, ul. T. Kościuszki 1, 06-520 Dzierzgowo, tel./fax 23-653-30-08,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Lipowiec Kościelny, Lipowiec Kościelny 213, 06-545 Lipowiec Kościelny, tel. 23-655-50-28, www.lipowieck.naszops.pl,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Mława, ul. Narutowicza 6, 06-500 Mława, tel./fax 23-654-35-60, www.mops-mlawa.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Radzanów, ul. Mławska 4, 06-540 Radzanów, tel. 23-679-80-79, www.gops.radzanow.com,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Strzegowo, ul. Plac Wolności 32, 06-445 Strzegowo, tel. 23-679-42-47,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Stupsk, ul. Sienkiewicza 10a, 06-561 Stupsk, tel. 23-653-12-54-(55), www.stupsk.pl/gops,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Szreńsk, Plac Kanoniczny 10, 06-550 Szreńsk, tel. 23-653-40-38, fax 23-653-40-38 w. 24,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Szydłowo, ul. Mazowiecka 61, 06-516 Szydłowo, tel. 23-655-40-19, fax 23-655-40-86,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Wieczfnia Kościelna, Wieczfnia Kościelna 96, 06-513, tel. 23-654-00-04, fax 23-654-00-50,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Wiśniewo, Wiśniewo 86, 06-521 Wiśniewo, tel. 23-655-70-24 w. 34, 35, fax 23-655-72-27,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Reymonta 4, 06-500 Mława, tel. 23-654-43-56, www.pcprmlawa.eu,

- Dom Pomocy Społecznej „Zdrowa Jesień” (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych) Bogurzyn 87, 06-521 Wiśniewo, tel. 23-684-40-04, www.zdrowajesien.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Słowackiego 16, 06-500 Mława, tel. 23-654-41-33,
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Strzegowie (typ: dla osób psychicznie chorych i niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Słowackiego 33, 06-445 Strzegowo, tel. 23-679-42-84.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie mławskim:

- ZUS Inspektorat w Mławie (zasięg terytorialny: Mława, Dzierzgowo, Lipowiec Kościelny, Radzanów, Strzegowo, Stupsk, Szreńsk, Szydłowo, Wieczfnia Kościelna, Wiśniewo) ul. Podleńskiego 29/31, 06-500 Mława, tel. 23-654-35-35, 23-655-00-31/32 fax 23-654-41-04. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie mławskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Reymonta 4, 06-500 Mława, tel. 23-654-53-70.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych w powiecie mławskim:

- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Mławie, ul. Dr Anny Dobrskiej 1, 06-500 Mława, tel. 23-654-32-35, www.zozmlawa.internetdsl.pl.

Powiat nowodworski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie nowodworskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Czosnów, ul. Warszawska 59, 05-152 Czosnów, tel./fax 22-785-55-85, www.czosnow.pl zakładka instytucje kategoria GOPS,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Leoncin, ul. Partyzantów 3, 05-155 Leoncin, tel. 22-785-65-82 w. 17, fax 22-785-65-82 w. 17,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Nasielsk, ul. Elektronowa 3, 05-190 Nasielsk, tel. 23-693-30-03 (do 011), fax 23-693-30-06,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Nowy Dwór Mazowiecki, ul. Partyzantów 7, 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki tel./fax 22-775-27-30, 22-775-29-83, www.opsndm.naszops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Pomiechówek, ul. Słoneczna 51, 05-180 Pomiechówek, tel./fax 22-785-45-19, www.pomiechówek.naszops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zakroczym, ul. Koźmińskiego 15, 05-170 Zakroczym, tel. 22-785-22-99, www.zakroczym.naszops.pl,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Paderewskiego 6, 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki, tel./fax 22-765-94-90, www.pcpr.nowodworski.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Nasielsku (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych) ul. T. Kościuszki 25, 05-190 Nasielsk, tel. 23-693-02-64, www.dps.nowodworski.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie nowodworskim:

- ZUS Inspektorat w Nowym Dworze Mazowieckim (zasięg terytorialny: Nowy Dwór Mazowiecki, Czosnów, Leoncin, Nasielsk, Pomiechówek, Zakroczym) ul. Modlińska 10, 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki, tel. 22-775-74-67. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie nowodworskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Paderewskiego 1 b, 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki tel. 22-765-32-05, 22-765-32-06.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie nowodworskim:

- Garnizonowa Przychodnia Lekarska Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Modlinie, ul. 29 listopada 105, 05-160 Nowy Dwór Mazowiecki, tel. 22-713-48-39, www.gplek.pl,
- Młodzieżowy Ośrodek Rehabilitacyjny Warszawskiego Towarzystwa Dobroczynności, ul. Działkowa 13, Kazuń – Bielany, 05-152 Czosnów, tel. 22-794-02-97,
- Nowodworskie Centrum Medyczne w Nowym Dworze Mazowieckim ul. Miodowa 2, 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki, tel. 22-765-83-00, www.bip.ncm.med.pl,
- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Nasielsku, ul. Sportowa 2, 05-190 Nasielsk, tel. 23-691-25-03, 23-691-26-06, www.zoz.nasielsk.pl,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Nasza Przychodnia”, ul. Padarewskiego 3B, 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki, tel. 22-775-55-87,
- Warsztat Terapii Zajęciowej Stare Pierściorogi, ul. Gen. Sikorskiego 5a, 05-191 Nasielsk, tel. 664-460-322.
- Warsztat Terapii Zajęciowej – Towarzystwo Przyjaciół Dzieci, ul. Bohaterów Modlina 77a, 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki tel. 22-775-15-55.

Powiat ostrołęcki



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie ostrołęckim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Baranowo, Plac XXX-lecia 7, 06-320 Baranowo, tel./fax 29-761-36-77,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Czarnia, Czarnia 41, 07-431 Czarnia, tel. 29-772-70-84, fax 29-772-70-17,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Czerwin, Plac Tysiąclecia 1, 07-407 Czerwin, tel. 29-761-45-67, www.czerwin.e-ops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Goworowo, ul. Dulczewskiego 1A, 07-440 Goworowo, tel. 29-761-40-15, www.gops.goworowo.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Kadzidło, ul. Targowa 4, 07-420 Kadzidło, tel. 29-761-89-34, www.ops.kadzilo.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Lelis, ul. Szkolna 37, 07-402 Lelis, tel. 29-761-19-95, www.ops.lelis.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Łyse, ul. Ostrołęcka 2, 07-437 Łyse, tel. 29-772-54-75, fax 29-772-54-75,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Myszyniec, Plac Wolności 60, 07-430 Myszyniec, tel. 29-772-13-98, fax 29-772-24-51, www.ops.myszyniec.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Olszewo-Borki, ul. Broniewskiego 13, 07-415 Olszewo-Borki, tel./fax 29-764-78-75, www.gops.olszewo-borki.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Rzekuń, ul. Kolonia 1 b, 07-411 Rzekuń, tel./fax 29-761-73-95,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Troszyn, ul. Słowackiego 13, 07-405 Troszyn, tel./fax 29-767-10-03, www.troszyn.naszops.pl,

- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. 11 Listopada 68, 07-410 Ostrołęka, www.powiatostrolecki.pl zakładka Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie,
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Czarnowie (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie), Czarnowo 63, 07-400 Goworowo, tel. 505-118-174, www.sds-carnowo.goworowo.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Myszyncu (typ: dla osób psychicznie chorych i niepełnosprawnych intelektualnie), ul. Biały Lasek 19, 07-430 Myszyniec, www.myszyniec.pl, zakładka Pomoc Społeczna,
- Środowiskowy Dom Samopomocy typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie, ul. Sikorskiego 45, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-766-41-36.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie ostrołęckim:

- ZUS Inspektorat w Ostrołęce (zasięg terytorialny: Ostrołęka, Baranowo, Czarnia, Czerwin, Goworowo, Kadzidło, Lelis, Łyse, Myszyniec, Olszewo-Borki, Rzekuń, Troszyn) ul. Dr A. Kuklińskiego 3, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-760-77-02 do 12, 760-03-70 do 74. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie ostrołęckim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Szpitalna 2, 07-410 Ostrołęka, pok. 4-5, tel. 29-764-32-41 do 45, fax 29-764-32-81.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych w powiecie ostrołęckim:

- Stowarzyszenie „MONAR” Ośrodek Leczenia, Terapii i Rehabilitacji Uzależnień w Lipiance, Lipianka 2a, 07-440 Goworowo, tel. 29-768-24-01, www.lipianka.monar.org,
- Przychodnia Lekarska „Zdrowie”, ul. 3 Maja 4, 07-415 Olszewo – Borki, tel. 29-761-32-63.

Miasto Ostrołęka



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w Ostrołęce:

- Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Ostrołęce, ul. Gen. J. Hallera 12, Ostrołęka, tel. 29-764-41-30, www.mopr.ostroleka.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Ostrołęce Im. Kard. S. Wyszyńskiego (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych) ul. Rolna 27, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-760-22-80, www.dps-ostroleka.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy Farna (typ: dla osób psychicznie chorych) ul. Farna 21, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-764-66-39, www.farna.w8w.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Ostrołęce typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie, ul. Starosty Kosa 12a, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-764-61-04,
- Środowiskowy Dom Samopomocy typ: dla osób niepełnosprawnych, ul. Sikorskiego 45, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-766-41-36.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w Ostrołęce:

- ZUS Inspektorat w Ostrołęce, ul. Dr A. Kuklińskiego 3, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-760-77-02 do 12, 760-03-70 do 74. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w Ostrołęce:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Spokojna 16, 07-409 Ostrołęka, tel. 29-764-52-72, fax 29-764-52-72 wew. 116.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w Ostrołęce:

- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej MEDILIS, ul. Gorbatowa 7d/27, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-769-10-35,

- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Regionalny Ośrodek Terapii Poradnia Rehabilitacyjno–Readaptacyjna „NADZIEJA” (świadczenia Terapii Uzależnienia od Substancji Psychoaktywnych innych niż alkohol) ul. Kościuszki 24/26, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-764-83-43, www.poradnia.ostroleka.pl,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „MONAR” Ośrodek Rehabilitacyjno–Readaptacyjny w Ostrołęce (świadczenia rehabilitacyjne dla Uzależnionych od Substancji Psychoaktywnych), ul. Inwalidów Wojennych 21, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-764-39-70, www.ostroleka.monar.org,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Bożenna Maria Ćwikła, ul. Kościuszki 49, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-764-83-70,
- Przychodnia Lekarza Rodzinnego Sylwia Figura –Mirońska, ul. I Armii Wojska Polskiego 26, 07-401 Ostrołęka, tel. 29-769-16-73,
- NZOZ Specjalistyczne Centrum Medyczne S.C. Joanna i Konrad Pokraśniewicz, ul. Hallera 39, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-764-62-77,
- Mazowiecki Szpital Specjalistyczny im. dr Józefa Psarskiego w Ostrołęce, al. Jana Pawła II 120A, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-765-21-00, www.szpital.ostroleka.pl,
- Stowarzyszenie Promocji Zdrowia „Nadzieja” Poradnia Leczenia Uzależnień, ul. Kościuszki 24/26, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-764-83-43,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Bożenna Medilis, ul. Gorbatowa 7d/27, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-764-67-74,
- Alicja Siennicka Ośrodek Diagnostyczno - Rehabilitacyjny, ul. Poziomkowa 12, 07-410 Ostrołęka, tel. 60-839-38-44,
- Stowarzyszenie „MONAR” Ośrodek Leczenia, Terapii i Rehabilitacji Uzależnień w Ostrołęce, ul. Inwalidów Wojennych 21, 07-410 Ostrołęka,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Celną 11a, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-643-19-00.

Powiat ostrowski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie ostrowskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Andrzejewo, ul. Warszawska 36, 07-305 Andrzejewo, tel./fax 86-271-71-20,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Boguty Pianki, Aleja Papieża Jana Pawła II 45, 07-325 Boguty-Pianki, tel./fax 86-277-50-73, www.gimna-boguty-pianki.pl zakładka zdrowie i pomoc społeczna,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Brok, Plac Kościelny 6, 07-306 Brok, tel. 29-745-75-57,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Małkinia Górna, ul. Biegańskiego 3, 07-320 Małkinia Górna, tel. 29-745-56-91,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Nur, ul. Drohiczyńska 2, 07-322 Nur, tel. 86-277-41-18, www.gops.gminanur.pl,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Ostrów Mazowiecka, ul. K. Warchalskiego 3, 07-300 Ostrów Mazowiecka, tel. 29-745-32-41, 29-745-24-45, www.mops.ostrowmaz.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Ostrów Mazowiecka, ul. Sikorskiego 5, 07-300 Ostrów Mazowiecka, tel. 29-745-21-91, 29-746-86-00,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Stary Lubotyń, Stary Lubotyń 42, 07-303 Stary Lubotyń, tel. 29-644-64-22 wew. 107,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Szulborze Wielkie, ul. Romantyczna 2, 07-324 Szulborze Wielkie, tel. 86-475-40-71 wew. 26,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Wąsewo, ul. Zastawska 13, 07-311 Wąsewo, tel. 29-645-80-00 w. 32, fax 29-645-86-06,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zaręby Kościelne, ul. Kowalska 14, 07-323 Zaręby Kościelne, tel. 86-270-60-04, www.zarebykos.naszops.pl,

- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Widnichowska 20, 07-300 Ostrów Mazowiecka, tel./fax 29-645-53-98, 29-645-53-99, www.ostrowmaz.pcpr.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób psychicznie chorych i niepełnosprawnych intelektualnie) ul. K. Warchlaskiego 3, 07-300 Ostrów Mazowiecka, tel. 29-644-14-12, www.sdsostrow.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie ostrowskim:

- ZUS Inspektorat w Ostrowi Mazowieckiej (zasięg terytorialny: Ostrów Mazowiecka, Andrzejewo, Boguty - Pianki, Brok, Małkinia Górna, Ostrów Mazowiecka, Stary Lubotyń, Szulborze Wielkie, Wąsewo, Zaręby Kościelne) ul. Dubois 1, 07-300 Ostrów Mazowiecka, tel. 29-746-27-01, 29-745-23-34, 29-745-20-50, fax 29-746-28-94. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie ostrowskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. K. Warchalskiego 3, 07-300 Ostrów Mazowiecka, tel. 29-645-53-97.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych w powiecie ostrowskim:

- Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Ostrowi Mazowieckiej, ul. Dubois 68, 07-300 Ostrów Mazowiecka, tel. 29-746-37-11, www.szpitalostrowmaz.pl.

Powiat otwocki



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie otwockim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Celestynów, ul. Regucka 3, 05-430 Celestynów tel./fax 22-789-70-54,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Józefów, ul. Curie-Skłodowskiej 5/7, 05-420 Józefów, tel./fax 22-789-53-93,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Karczew, ul. Warszawska 28, 05-480 Karczew, tel. 22-780-94-61,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Kołbiel, ul. Szkolna 1, 05-340 Kołbiel, tel. 25-757-39-92 w. 126, fax 25-757-39-97,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Osieck, ul. Rynek 1, 08-445 Osieck, tel. 22-685-71-77, www.gopsosieck.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Otwock, ul. Sosnowa 4, 05-400 Otwock, tel. 22-779-36-92 (32), fax 22-779-36-32 w. 25,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Sobienie-Jeziory, ul. Garwolińska 16a, 08-443 Sobienie-Jeziory, tel./fax 025-685-80-69, www.gopssobienie.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Wiązowna, ul. Radiówek 25, 05-462 Wiązowna, tel./fax 22-780-46-59, 610-45-53, www.gops-wiazowna.pl,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Komunardów 10, 05-402 Otwock, tel. 22-788-40-44, 719-48-10, 719-48-12 fax 22-788-40-44,
- Dom Pomocy Społecznej „Anielin” (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych) ul. Anielin 1, 05-480 Otwock tel./fax 22-779-36-93,
- Dom Pomocy Społecznej „Hostel” im. Jana Pawła II (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Moniuszki 41, 05-400 Otwock tel. 22-779-29-23,

- Dom Pomocy Społecznej w Otwocku (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie), ul. Konopnickiej 17, 05-400 Otwock, tel./fax 22-779-34-03,
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Otwocku (typ: dla osób psychicznie chorych) ul. Pułaskiego 5a, 05-400 Otwock, tel./fax 22-779-34-12,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób psychicznie chorych) ul. Gen. Berlinga 1, 05-480 Karczew tel. 22-780-90-58,
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Radiówku (typ: dla osób psychicznie chorych) Radiówek 27, 05-462 Wiązowna, tel. 22-610-45-81 fax 22-780-46-59.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie otwockim:

- ZUS Inspektorat w Otwocku (zasięg terytorialny: Józefów, Otwock, Celestynów, Karczew, Kołbiel, Osieck, Sobienie-Jeziory, Wiązowna) ul. Poniatowskiego 17, 05-400 Otwock, tel. 22-719-45-60, fax 22-719-45-87. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie otwockim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Komunardów 10, 05-402 Otwock, tel./fax 22-788-40-44, 22-719-48-12.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie otwockim:

- Mazowieckie Centrum Neuropsychiatrii Sp. z o.o., Zagórze, 05-462 Wiązowna, tel. 22-468-24-00, www.centrumzagorze.pl,
- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Szpital Specjalistyczny MSW w Otwocku, ul. Prusa 1/3, 05-400 Otwock, tel. 22-779-20-61, 22-779-20-62, fax 22-779-46-71, www.szpitalmswia.otwock24.pl,
- Powiatowe Centrum Zdrowia Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością, ul. Batorego 44, 05-400 Otwock, tel. 22-778-26-00, www.szpital-otwock.med.pl,
- Rodzinne Centrum Zdrowia, ul. Grunwaldzka 13, 05-402 Otwock, tel. 22-710-18-01, 22-710-18-02, 22-710-18-88, www.rcz.com.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Spółdzielni Inwalidów „Techniczna”, ul. Słoneczna 15, 05-410 Józefów, tel. 22-789-31-47,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Stowarzyszeniu Rodzin i Przyjaciół Osób Niepełnosprawnych Intelektualnie „Jesteśmy”, Radiówek 25, 05-462 Wiązowna, tel. 22-789-09-71,
- Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Osób Niepełnosprawnych Intelektualnie „Jesteśmy”, ul. Wspólna 46, 05-462 Duchów, tel. 22-789-90-03,
- Warsztaty Terapii Zajęciowej Przy Stowarzyszeniu „Jesteśmy”, Radiówek 25, 05-462 Wiązowna, tel. 22-789-03-71, www.wtzjestesmy.pl.

Powiat piaseczyński



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie piaseczyńskim:

- Ośrodek Pomocy Społecznej Góra Kalwaria, ul. Pijarska 40, 05-530 Góra Kalwaria, tel./fax 22-727-33-36, tel. 22-727-29-07, www.ops.gorakalwaria.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Konstancin-Jeziorna, ul. Rycerska 13, 05-510 Konstancin-Jeziorna, tel. 22-756-34-84, 22-756-34-85, 22-756-34-86, www.opskonstancin.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Lesznowola, ul. Gminnej Rady Narodowej 66, 05-506 Lesznowola, tel. 22-757-92-32, fax 22-757-92-32, www.gops-lesznowola.pl,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Piaseczno, ul. Wojska Polskiego 54, 05-500 Piaseczno, tel. 22-750-33-08, 22-737-23-97, fax 22-753-40-41, www.mgops.piaseczno.eu,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Prażmów, ul. Czołchańskiego 17, 05-505 Prażmów, tel. 22-727-05-26, www.gops-prazmow.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Tarczyn, ul. Rynek 8a, 05-555 Tarczyn, tel. 22-727-74-76,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Chyliczkowska 14, 05-500 Piaseczno, tel. 22-756-62-40, www.pcrpiaseczno.pl,
- Dom Pomocy Społecznej (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie oraz dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Potulickich 1, 05-510 Konstancin Jeziorna, tel. 22-756-41-36, www.konstancin.naszdps.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Górze Kalwarii (typ: dla osób przewlekle somatycznie chorych oraz dla osób przewlekle psychicznie chorych) ul. Szpitalna 1, 05-530 Góra Kalwaria, tel. 22-727-35-04, www.dpsgorakalwaria.pl,
- Dom Pomocy Społecznej dla Dorosłych Zgromadzenia Sióstr Franciszkanek Rodziny Maryi (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych kobiet) ul. Gościniec 32, 05-503 Głusków, tel. 22-757-81-76.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie piaseczyńskim:

- ZUS Inspektorat w Piasecznie (zasięg terytorialny: Góra Kalwaria, Konstancin Jeziorna, Lesznowola, Piaseczno, Prażmów) ul. Puławska 34b, 05-500 Piaseczno, tel. 22-757-13-00, 22-757-14-99. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie piaseczyńskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Chyliczkowska 14, 05-500 Piaseczno, tel. 22-756-62-07, fax 22-756-62-41.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie piaseczyńskim:

- Centrum Zdrowia Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej ul. Czajewicza 5/7 lok. 49, 05-500 Piaseczno, tel. 22-756-91-68, www.centrumzdrowia.com,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Szpital Św. Anny w Piasecznie, ul. Mickiewicza 39, 05-500 Piaseczno, tel. 22-735-41-00, www.emc-sa.pl,
- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Tarczynie ul. Warszawska 42, 05-555 Tarczyn, tel. 22-727-70-63 www.zoztarczyn.pl,
- NZOZ MEDICA, ul. Tadeusza Gerbera 14, 05-500 Piaseczno tel. 535-00-80-10.
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Modrzewiowa 2, 05-502 Piaseczno, tel. 22-750-09-71, www.wtz-piaseczno.pl.

Miasto Płock



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w mieście Płock:

- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Płock, ul. Wolskiego 4, 09-400 Płock, tel. 24-364-02-10, fax 24-364-02-13, www.mosplock.eu,
- Dom Pomocy Społecznej im. Błogosławionego Abp. A. J. Nowowiejskiego w Brwilnie (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Płocka 90, 09-400 Płock, tel. 24-366-25-90, www.dpsbrwilno.pl,
- Dom Pomocy Społecznej „Przyjaznych Serc” (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych), ul. Krótka 6a, 09-400 Płock, tel./fax 24-367-19-05, 24-367-19-04, www.dpsplock.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy nr 1 dla Osób Chorych Psychicznie (typ: dla osób psychicznie chorych) ul. Reja 15/3, 09-402 Płock, tel. 24-268-65-49,
- Środowiskowy Dom Samopomocy nr 2 dla Osób Niepełnosprawnych Intelektualnie (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Mickiewicza 7, 09-402 Płock, tel. 24-262-31-74.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w mieście Płock:

- ZUS Oddział w Płocku, ul. Al. Stanisława Jachowicza 1, 09-402 Płock, tel. 24-262-52-71. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w mieście Płock:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Wolskiego 4, 09-400 Płock, tel. 24-364-02-58, 24-364-02-59, tel./fax 24-364-02-57.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w mieście Płock:

- ABJ CENTRUM TERAPII, ul. Kolegialna 24, 09-402 Płock, tel. 24-366-68-48, www.psychiatrzyplock.pl,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Mazowieckie Centrum Medyczne”, ul. Mickiewicza 10/3, 09-402 Płock, tel. 24-365-68-80,

- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „MINI–MED” Ośrodek Rehabilitacji Dzieci z Zaburzeniami Wiekowego Rozwojowego, ul. Medyczna 8, 09-400 Płock, tel. 608-016-357, 24-364-25-21, www.minimed-plock.pl,
- Płocki Zakład Opieki Zdrowotnej Sp. z o.o., ul. Kościuszki 28, 09-402 Płock, tel. 24-364-51-02, www.szpitalplock.pl,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „SABA-MED” w Płocku, ul. Kobylińskiego 14, 09-400 Płock, tel. 24-263-23-79, www.saba-med.pl,
- VIDE Sp. z o. o., ul. Sienkiewicza 11, 09-402 Płock, tel. 24-365-66-55, 48-797-320-576, www.vide-terapia.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Zakładzie Karnym, ul. Sienkiewicza 22, 09-400 Płock, tel. 24-264-52-53,
- Stowarzyszenie Pomocy Osobom z Niepełnosprawnością Umysłową „Jestem” w Płocku. Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. 3 Maja 16, 09-402 Płock, tel. 24-268-61-88,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Towarzystwie Przyjaciół Dzieci, ul. Kochanowskiego 7a, 09-400 Płock, tel. 24-262-83-81,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Caritas Diecezji Płockiej, ul. Sienkiewicza 54, 09-400 Płock, tel. 24-266-89-67,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Towarzystwie Przyjaciół Dzieci, ul. Królowej Jadwigi 9b, 09-402 Płock, tel. 24-364-24-98,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Parafii Rzymskokatolickiej. św. Jakuba Apostoła, ul. Harcerska 91, 09-408 Płock, tel. 24-264-89-20.

Powiat płocki



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie płockim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Bielsk, ul. Medyczna 1, 09-230 Bielsk, tel. 24-265-01-22,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Bodzanów, ul. Bankowa 7, 09-470 Bodzanów, tel./fax 24-260-70-06 wew. 31,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Brudzeń Duży, ul. Jana Pawła II 2A, 09-414 Brudzeń Duży, tel./fax 24-260-40-79, www.brudzenduzy.naszops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Bulkowo, ul. Szkolna 1, 09-454 Bulkowo, tel./fax 24-265-20-31, www.bulkowo24.pl/ops,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Drobin, ul. Piłsudskiego 12, 09-210 Drobin, tel./fax 24-260-10-42,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Gąbin, ul. Stary Rynek 14, 09-530 Gąbin, tel./fax 24-277-10-14
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Łąck, ul. Gostynińska 2, 09-520 Łąck, tel. 24-384-14-02, 24-384-14-07, 24-384-14-26, fax 24-384-14-15,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Mała Wieś, ul. Płońska 4, 09-460 Mała Wieś, tel. 24-269-79-62, 24-269-79-78,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Nowy Duninów, ul. Osiedlowa 1, 09-505 Nowy Duninów, tel./fax 24-261-14-14, www.duninow.naszops.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Radzanowo, ul. Płocka 32, 09-451 Radzanowo, tel. 24-261-34-97,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Słubice, ul. Płocka 34, 09-533 Słubice, tel./fax 24-231-17-44, www.gopsslubice.naszops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Słupno, ul. Warszawska 26a, 09-472 Słupno, tel. 24-261-91-78, 24-261-95-44, 24-261-95-43, fax 24-261-91-78, www.gops.slupno.eu,

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Stara Biała, ul. Jana Kazimierza 1, 09-411 Biała, tel. 24-367-66-30, fax 24-367-66-35, www.starabiala.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Staroźreby, ul. Płocka 18, 09-440 Staroźreby, tel. 24-261-70-03, fax 24-261-27-30, www.starozreby.pl,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Wyszogród, ul. Płocka 29, 09-450 Wyszogród, tel. 24-23-11-393 Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Bielska 59, 09-400 Płock, tel. 24-267-68-28, www.pcpr.plock.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Goślicach (typ: dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie), Goślice 66, 09-230 Bielsk, tel. 24-262-84-93, www.dpsgoslice.pl,
- Dom Pomocy Społecznej „Nad Jarem” w Nowym Miszewie (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie z oddziałem dla przewlekle psychicznie chorych) ul. Pałacowa 2, 09-470 Nowe Miszewo, tel. 24-260-67-10, fax. 24-260-67-18, www.dps-nadjarem.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Zakrzewie (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych) Zakrzewo 14, 09-460 Mała Wieś, tel. 24-231-41-47, www.zakrzewo.domypomocy.pl,
- Dom Pomocy Społecznej. Abp. A. J. Nowowiejskiego w Brwilnie (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Płocka 90, 09-400 Płock, tel. 24-366-25-90, www.dpsbrwilno.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Niepodległości 5a, 09-450 Wyszogród, tel./fax 24-362-03-24,
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Słupnie (typ: dla osób psychicznie chorych) ul. Warszawska 26a, 09-472 Słupno, tel. 24-261-91-78.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie płockim:

- ZUS Oddział w Płocku (zasięg terytorialny: Płock, Bielsk, Bodzanów, Brudzeń Duży, Bulkowo, Drobin, Gąbin, Łąck, Mała Wieś, Nowy Duninów, Radzanowo, Słubice, Słupno, Stara Biała, Staroźreby, Wyszogród) Al. Stanisława Jachowicza 1, 09-402 Płock, tel. 24-262-52-71. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie płockim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Wolskiego 4, 09-400 Płock, tel. 24-364-02-58, 24-364-02-59, tel./fax 24-364-02-57.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie płockim:

- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „ELJODENT”, ul. Kościelna 31a, 09-440 Staroźreby, tel. 24-261-70-15,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy DPS „Nad Jarem”, ul. Pałacowa 2, 09-470 Nowe Miszewo, tel. 24-260-67-10, fax. 24-260-67-18, www.dps-nadjarem.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy DPS Zakrzewo, Zakrzewo 14, 09-460 Mała Wieś, tel. 24-231-41-47, www.zakrzewo.domypomocy.pl.

Powiat płoński



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie płońskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Baboszewo, ul. Warszawska 9a, 09-130 Baboszewo, tel. 23-661-10-91, 23-661-10-92, fax 23-661-10-71,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Czerwińsk nad Wisłą, ul. Władysława Jagiełły 16, 09-150 Czerwińsk nad Wisłą, tel. 24-231-50-75, fax 24-231-50-76,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Dzierżążnia, Dzierżążnia 28, 09-164 Dzierżążnia, tel. 23-661-59-04, fax 23-661-59-04,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Joniec, Joniec 29, 09-131 Joniec, tel. 23-661-64-30, 23-661-60-17, www.gopsjoniec.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Naruszewo, Naruszewo 19a, 09-152 Naruszewo, tel. 23-663-12-47,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Nowe Miasto, Apteczna 8, 09-120 Nowe Miasto, tel./fax 23-661-49-55,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Płońsk, ul. Płocka 19, 09-100 Płońsk, tel. 23-662-20-42,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Płońsk, ul. 19 Stycznia 39, 09-100 Płońsk, tel./fax 23-662-42-01,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Raciąż, ul. 11 Listopada 20, 09-140 Raciąż, tel./fax 23-679-10-51,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Sochocin, Guzikarzy 9, 09-110 Sochocin, tel. 23-661-80-01, fax 22-661-80-55,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Załuski, Załuski 77B/1, 09-142 Załuski, tel./fax 23-661-97-61, www.zaluski.pl/pl/gops.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie płońskim:

- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Związku Walki Młodych 10, 09-100 Płońsk, tel./fax 23-662-75-49,

- ZUS Inspektorat w Płońsku (zasięg terytorialny: Płońsk, Raciąż, Baboszewo, Czerwińsk nad Wisłą, Dzierżążnia, Joniec, Naruszewo, Nowe Miasto, Płońsk, Raciąż, Sochocin, Załuski) ul. Warszawska 5, 09-100 Płońsk, tel. 23-662-69-80/82, 662-24-38, 662-32-91. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie płońskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Związku Walki Młodych 10, 09-100 Płońsk, tel. 23-662-80-09, fax 26-662-75-49.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie płońskim:

- Niepubliczna Specjalistyczna, Przychodnia LEKARSKA „PSYCHE”, ul. Wiejska 13, 09-100 Płońsk, tel. 23-662-49-50, 728-962-145, www.przychodniapsyche.pl,
- Centrum Zdrowia „SZANSA” Usługi Psychologiczne Maria Podolska Spółka z Ograniczoną Odpowiedzialnością, ul. Wiejska 25 B, 09-100 Płońsk, tel. 23-662-44-66,
- Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej im. Marszałka Józefa Piłsudskiego w Płońsku, ul. Sienkiewicza 7, 09-100 Płońsk, tel. 23-661-34-00, 23-661-77-00, www.szpitalplonsk.pl,
- Polskie Towarzystwo Zapobiegania Narkomanii, Wólka Przybójewska 58a, 09-150 Czerwińsk n/Wisłą, tel. 22-785-26-74, 24-231-81-06,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Płocka 17, 09-100 Płońsk, tel. 23-676-53-67 www.wtzplonsk.aq.pl.

Powiat pruszkowski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie pruszkowskim:

- Środowiskowy Ośrodek Pomocy Społecznej Brwinów, ul. Kościuszki 4a, 05-840 Brwinów, tel. 22-729-54-44, 22-729-54-27, fax 22-729-59-02, www.sops.brwinow.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Michałowice, Reguły, ul. Aleja Powstańców Warszawy 1, 05-816 Michałowice tel. 22-350-91-20, fax 22-350-91-21, www.gops.michalowice.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Nadarzyn, ul. Mszczonowska 24, 05-830 Nadarzyn, tel. 22-729-81-73, fax 22-739-73-20, www.gops.nadarzyn.pl,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Piastów, al. Tysiąclecia 3, 05-820 Piastów, tel. 22-723-11-70, 753-41-40, 753-41-41, fax 22-723-11-70, www.mops.piastow.pl,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Pruszków, ul. Helenowska 3a, 05-804 Pruszków, tel./fax 22-728-11-81, www.mopspruszkow.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Raszyn, ul. Unii Europejskiej 3, 05-090 Raszyn, tel. 23-378-14-81, fax. 23-378-14-03, www.gops.raszyn.pl,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Drzymały 30, 05-800 Pruszków, tel. 22-738-15-01, fax 22-738-15-06, www.pcpr.pruszkow.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Czubinie (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie) Czubin 13, 05-840 Brwinów, tel. 22-729-51-27,
- Dom Pomocy Społecznej dla dzieci w Pruszkowie (typ: dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Żbikowska 40 05-800 Pruszków), tel. 22-758-66-14,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób psychicznie chorych i niepełnosprawnych intelektualnie) Czubin 13, 05-840 Brwinów, tel. 22-729-51-27, tel./fax 22-729-63-57, www.dps-czubin.prv.pl,

- Środowiskowy Dom Samopomocy, „Na Górcze” w Brwinowie (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Rynek 14, 05-840 Brwinów, tel. 22-729-74-79.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie pruszkowskim:

- ZUS Inspektorat w Pruszkowie (zasięg terytorialny: Piastów, Pruszków, Błonie, Brwinów, Kampinos, Leszno, Michałowice, Nadarzyn, Ożarów Mazowiecki) ul. Ołówkowa 38, 05-800 Pruszków, tel. 22-77-05-300 lub 301. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie pruszkowskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności w Grodzisku Mazowieckim, ul. Daleka 11 05-825 Grodzisk Mazowiecki tel. 22-724-15-70, 22-724-07-09, fax 22-724-15-70 wew. 21.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych w powiecie pruszkowskim:

- Mazowieckie Specjalistyczne Centrum Zdrowia im. prof. Jana Mazurkiewicza w Pruszkowie, ul. Partyzantów 2/4, 05-802 Pruszków, tel. 22-739-14-00, 22-739-13-26, www.tworki.eu,
- Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Pruszkowie, ul. Armii Krajowej 2/4, 05-800 Pruszków tel. 22-758-80-02, www.szpitalnawrzesinie.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, Czubin 13, 05-840 Brwinów, tel. 22-729-57-53, www.wtzcubin.kswi.org.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. 3 maja 56, 05-800 Pruszków, tel. 22-758-67-82.

Powiat przasnyski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie przasnyskim:

- Ośrodek Pomocy Społecznej Chorzele, ul. Komosińskiego 1, 06-330 Chorzele, tel./fax 29-751-54-71, www.chorzele.naszops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Czernice Borowe, ul. Dolna 2, 06-415 Czernice Borowe, tel. 23-674-62-15 wew. 33,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Jednorożec, ul. Odrodzenia 12, 06-323 Jednorożec, tel. 29-751-88-53, 29-751-70-30, fax 29-751-88-53,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Krasne, ul. Adama Mickiewicza 23A, 06-408 Krasne, tel./fax 23-671-02-16,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Krzynowłoga Mała, ul. Kościelna 3, 06-316 Krzynowłoga Mała, tel./fax 29-751-28-82, www.krzynowlogamala.pl zakładka Pomoc Społeczna,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Przasnysz, ul. Św. Stanisława Kostki 5, 06-300 Przasnysz, tel./fax 29-752-28-83, 29-756-45-93, www.mopsprzasnysz.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Przasnysz, ul. Św. Wojciecha 1, 06-300 Przasnysz, tel. 29-752-31-54, www.gopsprzasnysz.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Przasnyszu (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Ruda 1, 06-300 Przasnysz, tel. 29-752-30-45, 29
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Św. Wojciecha 5, 06-300 Przasnysz, tel. 29-752-23-16, fax 29-752-28-83, www.mopsprzasnysz.pl/sds.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie przasnyskim:

- ZUS Inspektorat w Przasnyszu (zasięg terytorialny: Przasnysz, Chorzele, Czernice Borowe, Jednoróżec, Krasne, Krzynowłoga Mała, Przasnysz) ul. Leszno 4, 06-300 Przasnysz, tel. 29-752-53-76, 29-752-24-82, 29-752-26-49. Centrum obsługi telefonicznej(COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie przasnyskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Sadowa 9, 06-300 Przasnysz, tel. 29-753-44-00.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie przasnyskim:

- Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Przasnyszu, ul. Sadowa 9, 06-300 Przasnysz, tel. 29-75-34-318, www.szpitalprzasnysz.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Domu Pomocy Społecznej, ul. Ruda 1, 06-300 Przasnysz, tel. 29-752-67-90-91, www.dpsprzasnysz.pl/wtz.

Powiat przysuski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie przysuskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Borkowice, ul. Ogrodowa 9, 26-422 Borkowice, tel. 48-675-79-60, fax 48-675-79-23,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Gielniów, Pl. Wolności 75, 26-434 Gielniów, tel. 48-672-01-16,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Klwów, ul. Opoczyńska 35, 26-415 Klwów, tel./fax 48 671-00-10,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Odrzywół, ul. Warszawska 53, 26-425 Odrzywół, tel. 48-671-60-57 w. 43, fax 48-676-13-50, 48-671-74-40,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Potworów, ul. Radomska 2, 26-414 Potworów, tel./fax 48-671-30-46, www.potworow.pl,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Przysucha, ul. Grodzka 5, 26-400 Przysucha, tel./fax 48-675-31-85,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Rusinów, ul. Zaciszna 30, 26-411 Rusinów, tel. 48-383-33-77,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Wieniawa, ul. Kochanowskiego 88, 26-432 Wieniawa, tel. 48-673-00-03, fax 48-673-02-44,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Szkolna 3, 26-400 Przysucha, tel./fax 48-675-55-17,
- Dom Pomocy Społecznej „Nowella” (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych) Gałki 70, 26-434 Gielniów, tel. 48-375-63-77, 690-956-060, 730-069-299, www.domopiekinowela.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób psychicznie chorych) ul. Główna 51, 26-400 Ruski Bród, tel. 48-675-18-00.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie przysuskim:

- ZUS Inspektorat w Przysusze zasięg terytorialny: Borkowice, Gielniów, Klwów, Odrzywół, Potworów, Przysucha, Rusinów, Wieniawa, ul. Radomska 30, 26-400 Przysucha, tel. 48-383-37-20. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie przysuskim:

- Właściwy terenowo Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności znajduje się w Radomiu, ul. Domagalskiego 7, 26-600 Radom, tel. 48-381-50-67, 48-381-50-59, fax 48-381-50-68.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie przysuskim:

- Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Przysusze Aleja Jana Pawła II 9a, 26-400 Przysucha, tel. 48-383-35-05, www.spzzoz-przysucha.internetdsl.pl,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „PULS” Renata Sygnowska Jacek Sygnowski S.C., ul. Świętokrzyska 35, 26-400 Przysucha, tel. 48-383-30-00,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Platanowa 1, 26-422 Borkowice, tel./fax 48-675-31-43,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, Lipiny 43, 26-425 Odrzywół, tel./fax 48-671-60-02.

Powiat pułtuski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie pułtuskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Gzy, Gzy 8, 06-126 Gzy, tel. 23-691-31-91, fax 23-691-31-91,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Obryte, Obryte 185, 07-215 Obryte, tel. 29-741-11-05, fax 29-741-10-04,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Pokrzywnica, Aleja Jana Pawła II 1, 06-121 Pokrzywnica, tel. 23-691-87-94, fax 23-691-88-46,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Pułtusk ul. 17-go Sierpnia 58, 06-100 Pułtusk, tel. 23-692-52-65, fax 23-692-82-17, www.mops.pultusk.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Świercze, ul. Pułtуска 47, 06-150 Świercze, tel. 23-691-60-62, fax 23-691-60-45, www.swiercze.naszops.pln,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Winnica, ul. Pułtуска 25, 06-120 Winnica, tel./fax 23-691-40-21,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Zatory, ul. Jana Pawła II 106, 07-217 Zatory, tel. 29-741-03-60, www.zatory.pl,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. 3 Maja 20, 06-100 Pułtusk, tel. 23-692-54-83 fax 692-00-99, www.pcrpultusk.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Obrytem (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych) 07-215 Obryte 188, 07-215 Obryte, tel./fax 29 741 10 80, www.dpsobryte.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Ołdakach (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie oraz osób przewlekle psychicznie chorych) Ołdaki - Stefanowo 7, 06-126 Gzy, tel. 23-691-30-17, 23-691-30-18, 23-691-30-58,
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Pułtusku (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie), ul. Daszyńskiego 3, 06-100 Pułtusk, tel. 23-692-22-65, 23-692-22-67.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie pułuskim:

- ZUS Inspektorat w Pułusku (zasięg terytorialny: Gzy, Obryte, Pokrzywnica, Pułusk, Świercze, Winnica, Zatory) ul. Daszyńskiego 4, 06-100 Pułusk, tel. 23-692-54-74, 692-08-68, 692-76-28. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie pułuskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. 3 Maja 20, 06-100 Pułusk, tel. 23-692-54-83 wew. 27, fax 23-692-00-99.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych w powiecie pułuskim:

- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej "AN-MED", ul. Traugutta 21 a, 06-100 Pułusk, tel. 23-692-34-43,
- Zespół Przychodni Specjalistycznych AL-ME, ul. Żwirki i Wigury 2, 06-100 Pułusk, tel. 23-692-35-20.

Miasto Radom



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w mieście Radom:

- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Radomiu, ul. Limanowskiego 134, 26-600 Radom, tel. 48-360-84-88, 48-360-87-01, www.mops.radom.pl,
- Dom Pomocy Społecznej (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych) ul. Rodziny Ziętałów 13, 26-600 Radom, tel. 48-340-42-20, www.dps.radom.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy typ: dla osób psychicznie chorych, ul. Juliusza 16 26-600 Radom, tel. 48-360-19-24,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób psychicznie chorych i niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Rodziny Ziętałów 13, 26-600 Radom, tel. 48-364-07-21.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w mieście Radom:

- ZUS Oddział w Radomiu, ul. Czachowskiego 21 a, 26-600 Radom, tel. 48-385-61-00. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w mieście Radom:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Wyścigowa 16, 26-600 Radom, tel. 48-360-94-75.
- Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w mieście Radom:
- ABC–PULMO NZOZ Jarosław Dobielski, Agnieszka Dobielska Spółka jawna, ul. Batorego 11, 26-600 Radom, tel. 48-360-25-24, www.abcpulmo.pl,
- MEDICON SP. Z O.O., ul. Gagarina 1, 26-600 Radom, tel. 48-367-15-10, www.medicon.com.pl,
- Niepubliczny Specjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej “OLSZTYŃSKA” Dębińska, Szczepanowska, Spółka Partnerska – Lekarze, ul. Olsztyńska 33 a, 26-600 Radom, tel. 48-344-20-78, www.olsztynska33a.pl,

- POLMEDIC Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością, ul. Domagalskiego 7, 26-600 Radom, www.polmedic.com.pl,
- Niepubliczny Specjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej "1905 ROKU", ul. 1905 roku 20, 26-600 Radom, tel. 48-360-01-80,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ośrodek Profilaktyki i Terapii Uzależnień Agnieszka Łakomska, ul. 1905 roku 21, 26-600 Radom tel. 48-383-66-72, www.odwyk.radom.pl,
- Przychodnia Gołębiów Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością, ul. Paderewskiego 6, 26-600 Radom, tel. 48-36-463-71, www.nzoz.radom.pl,
- Radomski Szpital Specjalistyczny im. dr Tytusa Chałubińskiego, ul. Lekarska 4, 26-610 Radom, tel. 48-361-51-00, www.szpital.radom.pl,
- S.C. "GAMED" Gabinety Lekarskie Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej, ul. Wysoka 12, 26-600 Radom, tel. 48-363-17-04,
- Samodzielny Wojewódzki Publiczny Zespół Zakładów Psychiatrycznej Opieki Zdrowotnej im. dr Barbary Borzym w Radomiu, ul. Krychnowicka 1, 26-607 Radom, www.szpitalpsychiatryczny.radom.pl,
- Stowarzyszenie Katolicki Ruch Antynarkotyczny „KARAN”, ul. Pułaskiego 9, 26-605 Radom, tel. 48-360-24-63, www.karan.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Polskim Stowarzyszeniu na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym, ul. Grenadierów 18, 26-600 Radom, tel. 48-366-26-11, www.psouu.radom.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Polskim Związku Głuchych, ul. 25 Czerwca, 26-600 Radom, tel. 48-363-06-94,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Polskim Związku Niewidomych, ul. Królowej Jadwigi 15, 26-600 Radom, tel. 48-333-09-94, www.wtzradom.republika.pl,
- Radomskie Stowarzyszenie Sportu i Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych „Start”, ul. Maratońska 1, 26-600 Radom, tel. 48-331-68-76,
- Specjalistyczny Ośrodek Diagnostyki i Rehabilitacji Dzieci i Młodzieży z Wadą Słuchu Polskiego Związku Głuchych, ul. Wjazdowa 4, 26-600 Radom, tel. 48-362-84-74, www.poradnialuchu.radom.pl,
- Wojskowa Specjalistyczna Przychodnia Lekarska SP ZOZ w Radomiu, ul. Chrobrego 48, 26-600 Radom, tel. 48-360-60-68, www.wspl.radom.pl,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej "NEUROPLUS", ul. Krakowska 5/7 lok 7, 26-600 Radom, tel. 48-331-19-58,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej "VIVAMED", ul. Główna 12, 26-600 Radom, tel. 48-332-15-57.

Powiat radomski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie radomskim:

- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Skaryszew, ul. Słowackiego 6, 26-640 Skaryszew, tel./fax 48-610-32-84, www.mgops.skaryszew.eu,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Wierzbica, ul. Krasickiego 27, 26-680 Wierzbica, tel. 48-618-24-21, fax 48-618-24-56, www.gopswierzbica.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Wolanów, ul. Radomska 20, 26-625 Wolanów, tel. 48-618-60-20, fax 48-618-79-41, www.wolanow.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zakrzew, Zakrzew, 26-652 Zakrzew, tel. 48-610-54-88, www.zakrzew.pl/gops,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Domagalskiego 7, 26-600 Radom, tel./fax 48-381-50-70, www.pcprradom.finn.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Jedlance typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych, Jedlanka 10, 26-600 Jedlińsk, tel./fax 48-321-30-26, www.jedlankadps.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Krzyżanowicach (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie) Krzyżanowice 219, 27-100 Łża, tel. 48-616-37-46, 48-616-30-27, www.dompomocy.kki.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Wierzbicy (typ: dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie oraz osób przewlekle somatycznie chorych) ul. Sienkiewicza 37, 26-680 Wierzbica, tel. 48-618-20-59, www.dpswierzbica.finn.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Krzyżanowicach (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie) Krzyżanowice 219, 27-100 Łża, tel. 48-616-37-46, 48-616-30-27, www.dompomocy.kki.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie i chorych psychicznie) ul. Jedlanka 10, 26-660 Jedlińsk, tel. 48-312-14-66, www.sdsjedlanka.cba.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie radomskim:

- ZUS Oddział w Radomiu (zasięg terytorialny: radom, Gózd, Iłża, Jastrzębia, Jedlińsk, Jedlnia-Letnisko, Kowala, Przytyk, Skaryszew, Wierzbica, Wolanów, Zakrzew) ul. Czachowskiego 21 a, 26-600 Radom, tel. 48-385-61-00. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie radomskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Domagalskiego 7, 26-600 Radom, tel. 48-381-50-67, 48-381-50-59, fax 48-381-50-68.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie radomskim:

- Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej - Szpital w Iłży, ul. Bodzentyńska 17, 27-100 Iłża, tel. 48-616-30-63, www.szpitalilza.com,
- Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Pionkach, ul. Sienkiewicza 29, 26-670 Pionki, tel. 48-612-13-81, www.spzozpionki.pl,
- Gminny Ośrodek Zdrowia w Goździe, ul. Lekarska 4, 26-634 Gózd, tel. 48-320-20-19,
- Gminny Samodzielny Publiczny Zakład Podstawowej Opieki Zdrowotnej w Iłży, ul. Bodzentyńska 17, 27-100 Iłża, tel. 48-616-33-67,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, Jedlanka Stara 96, 27-100 Iłża, tel. 48-334-12-15, www.wtzjedlanka.caritas.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Leśna 3, 26-670 Pionki, tel. 48-384-84-65, www.wtzpionki.pilicka.pl.

Miasto Siedlce



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w mieście Siedlce:

- Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Siedlcach, ul. Sienkiewicza 32, 08 – 110 Siedlce, tel./fax 25-632-33-25, 25-632-57-04, www.mopr.siedlce.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Aśtanowicza 10, 08-110 Siedlce, tel. 25-633-09-64, www.gops.gminasiedlce.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Siedlcach (typ: dla osób psychicznie chorych i niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Sienkiewicza 32, 08-110 Siedlce, tel. 25-632-33-25, www.mopr.siedlce.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Siedlcach (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie i z autyzmem) ul. Dzieci Zamojszczyzny 39, 08-110 Siedlce, tel. 25-644-30-88, www.sds.siedlce.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w mieście Siedlce:

- ZUS Oddział w Siedlcach, ul. Browarna 12, 08-110 Siedlce, tel. 25-640-16-00. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w mieście Siedlce:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Sienkiewicza 32, 08-110 Siedlce, tel. 25-633-15-21.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w mieście Siedlce:

- Dariusz Sławomir Domański Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „SALUS”, ul. J. Piłsudskiego 49, 08-110 Siedlce, tel. 25-740-54-55, www.salus-siedlce.pl,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „CENTRUM” ul. Ks. Niedziałka 14, 08-110 Siedlce, tel. 25-63-33-555, www.centrum.med.pl,

- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej "ARKA" PZP w Siedlcach, ul. Mylna 3, 08-110 Siedlce, tel. 25-633-41-40, www.nzoz-arka.pl,
- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Siedlcach, ul. Kilińskiego 29, 08-110 Siedlce, tel. 25-644-68-11, www.spzoz-siedlce.pl,
- Mazowiecki Szpital Wojewódzki w Siedlcach Sp. z o.o., ul. Poniatowskiego 26, 08-110 Siedlce, tel. 25-640-33-01, www.szpital.siedlce.pl,
- Wojskowa Specjalistyczna Przychodnia Lekarska Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Siedlcach, ul. Wałowa 1, 08-110 Siedlce, tel. 25-632-22-18,
- Siedleckie Stowarzyszenie na Rzecz Osób Uzależnionych „POWRÓT Z U”, ul. Kilińskiego 40, 08-110 Siedlce, tel. 633-31-81, www.powrotzu.com,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Caritas Diecezji Siedleckiej, ul. Biskupa Świrskiego 57, 08-110 Siedlce, tel. 25-644-14-48, www.siedlce.caritas.pl.

Powiat siedlecki



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie siedleckim:

- Gminy Ośrodek Pomocy Społecznej Domanice, Domanice 52, 08-113 Domanice, tel. 25-631-29-83, fax 25-631-29-82, www.domanice.eu/gops,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Korczew, ul. Ks. Brzóska 20a, 08-108 Korczew, tel. 25-631-20-36, www.gopskorczew.naszops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Kotuń, ul. Siedlecka 56c, 08-130 Kotuń, tel./fax 25-641-43-63, www.gops.kotun.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Mokobody, ul. Cmentarna 2, 08-124 Mokobody, tel. 25-641-13-48,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Mordy, ul. Kilińskiego 9, 08-140 Mordy, tel. 25-641-54-26, 25-641-54-02 w. 36,52 fax 25-641-54-03,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Paprotnia, ul. 3 Maja 4, 08-107 Paprotnia, tel. 25-631-21-93,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Przesmyki, ul. 11-go Listopada 5, 08-109 Przesmyki, tel./fax 25-641-23-87, www.przesmyki.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Skórzec, ul. Siedlecka 1, 08-114 Skórzec, tel. 25-631-28-51,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Wiśniew, ul. Siedlecka 13, 08-112 Wiśniew, tel./fax 25-641-73-13, www.wisniew.ops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Wodynie Siedlecka 43, 08-117 Wodynie, tel. 25-631-26-58 wew. 42,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zbuczyn, ul. Jana Pawła II 1, 08-106 Zbuczyn, tel. 25-641-63-21, www.gopszbuczyn.pl,

- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Piłsudskiego 40, 08-110 Siedlce, tel./fax 25-644-81-72, www.pcprsedlce.pl,
- Dom Pomocy dla Osób z Chorobą Alzheimera (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych) Ptaszki 6S/b, 08-140 Mordy, tel. 504-091-599, 500-026-970, 504-220-068, www.alzheimer.org.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie siedleckim:

- ZUS Oddział w Siedlcach (zasięg terytorialny: Siedlce, Domanice, Korczew, Kotuń, Mokobody, Mordy, Paprotnia, Przesmyki, Siedlce, Skórzec, Suchożebry, Wiśniew, Wodynie, Zbuczyn) ul. Browarna 12, 08-110 Siedlce, tel. 25-640-16-00. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie siedleckim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Sienkiewicza 32, 08-110 Siedlce, tel. 25-633-15-21.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie siedleckim:

- Przychodnia Medyczna „Vena”, ul. Kilińskiego 9, 08-140 Mordy, tel. 25-641-51-28, przychodniavena.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Siedlecka 19B, 08-114 Skórzec, tel. 509-588-039, www.wtzskorzec.pl.

Powiat sierpecki



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie sierpeckim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Gozdowo, ul. K. Gozdawy 19, 09-213 Gozdowo, tel. 24-276-20-27, www.gozdowo.eu,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Mochowo, Mochowo 20, 09-214 Mochowo, tel. 24-276-31-78,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Rościszewo, ul. Armii Krajowej 13, 09-204 Rościszewo, tel. 24-276-40-83, fax 24-276-40-79,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Sierpc, ul. Narutowicza 21C, 09-200 Sierpc, tel. 24-275-31-58,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Szczutowo, ul. Lipowa 9, 09-227 Szczutowo, tel. 24-276-71-90,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zawidz Kościelny, ul. Mazowiecka 24, 09-226 Zawidz Kościelny, tel. 24-276-61-94,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Świętokrzyska 2a, 09-200 Sierpc, 24-275-76-60, 24-275-41-88, www.pcprsierpc.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Szczutowie, ul. 3 Maja 116, 09-227 Szczutowo, tel. 24-276-74-74, www.dps-szczutowo.cba.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie sierpeckim:

- ZUS Inspektorat w Sierpcu (zasięg terytorialny: Sierpc, Gozdowo, Mochowo, Rościszewo, Sierpc, Szczutowo, Zawidz) ul. Gen. L. Okulickiego 8, 09-200 Sierpc, tel. 24-275-46-83. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie sierpeckim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Świętokrzyska 2 a, 09-200 Sierpc, tel. 24-275-76-60.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie sierpeckim:

- Maciejewski Janusz Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej "MEDICAR", ul. Grota Roweckiego 2a, 09-200 Sierpc, tel. 24-275-32-20,
- Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Sierpcu, ul. J. Słowackiego 32, 09-200 Sierpc, tel. 24-275-85-00, www.spzzosierpc.eu.

Powiat sochaczewski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie sochaczewskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Brochów, Brochów 125, 05-088 Brochów, tel./fax 22-725-71-82, www.brochow.pl/gops,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Iłów, ul. Płocka 2, 96-520 Iłów, tel. 24-267-50-92, fax 24-267-50-81,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Młodzieszyn, ul. Wyszogrodzka 23a, 96-512 Młodzieszyn, tel./fax 46-862-41-59, www.gops.mlodzieszyn.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Nowa Sucha, Nowa Sucha 50a, 96-513 Nowa Sucha, tel./fax 46-861-23-15,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Rybno, ul. Parkowa 1/3, 96-514 Rybno tel. 46-861-16-14, www.rybno.e-sochaczew.pl,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Sochaczew, ul. 600-Lecia 90, 96-500 Sochaczew, tel./fax 46-863-14-81, www.mops.sochaczew.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Sochaczew, ul. Warszawska 115, 96-500 Sochaczew, tel./fax 46-864-26-20, www.gmina.e-sochaczew.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Teresin, ul. Zielona 18, 96-515 Teresin, tel./fax 46-861-30-45, 46-864-41-36,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Piłsudskiego 65, 96-500 Sochaczew, tel. 46-864-18-05, fax 46-864-18-07, www.pcpr.e-sochaczew.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Sochaczewie (typ: dla osób psychicznie chorych i niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Zamkowa 4a, 96-500 Sochaczew, tel. 46-863-55-80, www.sds.sochaczew.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie sochaczewskim:

- ZUS Inspektorat w Sochaczewie (zasięg terytorialny: Sochaczew, Brochów, Iłów, Młodzieszyn, Nowa Sucha, Rybno, Sochaczew, Teresin) ul. Reymonta 20, 96-500 Sochaczew, tel. 46-862-64-33 do 37. Centrum obsługi telefonicznej(COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie sochaczewskim:

- Właściwy terenowo Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności mieści się w Żyrardowie, ul. Moniuszki 40, 96-300 Żyrardów, tel. 46-854-20-82.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie sochaczewskim:

- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej "MEDICAMED", ul. Hanki Sawickiej 3a, 96-500 Sochaczew, tel. 46-861-00-65, www.sochaczew.medicamed.pl,
- Zespół Opieki Zdrowotnej „Szpitala Powiatowego” w Sochaczewie, ul. Batalionów Chłopskich 3/7, 96-500 Sochaczew, tel. 48-864-98-20, www.szpitalsochaczew.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Chodakowska 10, 96-500 Sochaczew, tel. 46-863-26-39.

Powiat sokołowski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie sokołowskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Bielany, ul. Słoneczna 2, 08-311 Bielany, tel. 25-787-80-98, www.gminabielany.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Ceranów, Ceranów 25, 08-322 Ceranów, tel. 25-787-08-15, fax 25-787-09-29,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Jabłonna Lacka, ul. Kubusia Puchatka 1, 08-304 Jabłonna Lacka, tel./fax 25-787-10-63,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Kosów Lacki, ul. Kościelna 20, 08-330 Kosów Lacki, tel. 25-787-96-27,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Repki, ul. Parkowa 7, 08-307 Repki, tel. 25-787-50-23,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Sabnie, ul. Główna 75, 08-331 Sabnie, tel./fax 25-787-41-60,
- Centrum Pomocy Socjalnej, w Sokołowie Podlaskim, ul. Wolności 26, 08-300 Sokołów Podlaski, tel./fax 25-781-65-99, www.cps.sokolowpodl.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Sokołów Podlaski, ul. Lipowa 53, 08-300 Sokołów Podlaski, tel. 25-787-73-50, 781-60-74,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Sterdyń, ul. Wojska Polskiego 1, 08-320 Sterdyń, tel. 25-787-04-11,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Armii Krajowej 4, 08-300 Sokołów Podlaski, tel./fax 41-787-22-02,
- Dom Pomocy Społecznej w Wirowie (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie), al. Jana Pawła II 2, 08-304 Jabłonna Lacka, tel. 25-781-10-66, www.dpswirow.com.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób psychicznie chorych i niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Kosowska 83, 08-300 Sokołów Podlaski, tel. 25-787-60-13.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie sokołowskim:

- ZUS Inspektorat w Sokołowie Podlaskim (zasięg terytorialny: Sokołów Podlaski, Bielany, Ceranów, Jabłonna Lacka, Kosów Lacki, Repki, Sabnie, Sokołów Podlaski, Sterdyń) ul. Piłsudskiego 2, 08-300 Sokołów Podlaski, tel.25-787-60-32. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie sokołowskim:

- Właściwy terenowo Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności mieści się w Siedlcach, ul. Sienkiewicza 32, 08-110 Siedlce, tel. 25-633-15-21.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie sokołowskim:

- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Sokołowie Podlaskim, ul. ks. J. Bosko 5, 08-300 Sokołów Podlaski tel. 25-781-72-00, www.spozsookolow.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Lipowa 84, 08-300 Sokołów Podlaski, tel. 25-787-37-40.

Powiat szydłowiecki



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie szydłowskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Chlewiska, ul. Szkolna 9, 26-510 Chlewiska, tel. 48-628-70-54, fax 48-61-74-803,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Jastrzęb, pl. Niepodległości 5, 26-502 Jastrzęb, tel./fax 48-628-48-77,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Mirów, Mirów 27, 26-503 Mirów, tel. 48-628-36-62, 48-628-30-13, 48-628-36-62,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Orońsko, ul. Szkolna 8, 26-505 Orońsko, tel. 48-618-59-23, 48-618-59-16, fax 48-618-59-59,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Szydłowiec, ul. Kilińskiego 2, 26-500 Szydłowiec, tel. 48-617-64-89, 48-617-64-87, 48-617-18-12, 48-617-64-81, 48-617-64-82, fax 48-617-62-01, www.mopsszydlowiec.pl,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Metalowa 7, 26-500 Szydłowiec, tel. 48-617-47-13, tel./fax 617-47-14, www.pcpr.szydlowiecpowiat.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie szydłowskim:

- ZUS Inspektorat w Szydłowcu (zasięg terytorialny: Chlewiska, Jastrzęb, Mirów, Orońsko, Szydłowiec), ul. Sowińskiego 6, 26-500 Szydłowiec, tel. 48-617-18-97. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie szydłowskim:

- Właściwy terenowo Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności mieści się w Radomiu, ul. Domagalskiego 7, 26-600 Radom, tel. 48-381-50-67, 48-381-50-59, fax 48-381-50-68.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie szydłowieckim:

- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej – Centrum Medyczne Wschodnia 66, ul. Wschodnia 66, 26-500 Szydłowiec, tel. 793-700-866,
- Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Szydłowcu, ul. Wschodnia 23, 26-500, Szydłowiec, tel. 48-617-10-38, www.zoz-szydlowiec.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej ul. Zamkowa 9, 26-500 Szydłowiec tel. 48-617-02-97.

Miasto Stołeczne Warszawa



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w mieście Warszawa:

- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Bemowo m. st. Warszawy, ul. Rozłogi 10, 01-381 Warszawa – Bemowo, tel. 22-487-13-00, www.opsbemowo.waw.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Białołęka m. st. Warszawy, ul. Marywilska 44C, 03-042 Warszawa – Białołęka, tel. 22-614-70-00, 22-300-20-40, 22-300-20-41 fax 22-614-70-00, www.opsbialoleka.waw.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Bielany m. st. Warszawy, ul. Przybyszewskiego 80/82, 01-824 Warszawa – Bielany, tel. 22-568-91-00, fax 22-864-59-52, www.opsbielany.waw.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Mokotów m. st. Warszawy, ul. Fałęcka 10, 02-545 Warszawa – Mokotów, tel. 29-849-44-66, 22-849-44-68, fax 22-849-44-68, www.opsmokotw.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Mokotów Filia, ul. Iwicka 19, 00-736 Warszawa – Mokotów, tel. 22-841-83 61, 22-841-23-63, www.opsmokotow.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Mokotów Filia 2, ul. Bałuckiego 5, 02-557 Warszawa – Mokotów, tel. 22-844-74-43, 22-844-15-38, www.opsmokotow.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Ochota m. st. Warszawy, ul. Przemyska 11, 02-361 Warszawa – Ochota, tel. 22-822-11-24, 22-822-29-62, 22-822-23-36, fax 22-817-64-63, www.opsochota.waw.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Praga Południe m. st. Warszawy, ul. Wiatraczna 11, 04-366 Warszawa tel. 22-277-33-00, 22-277-33-01, www.ops-pragapoludnie.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Praga Północ m. st. Warszawy, ul. K. Szymanowskiego 6/61, 03-477 Warszawa – Praga Północ, tel. 22-511-24-00, www.opspragapolnoc.waw.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Praga Północ Filia 1, ul. Groszkowskiego 5, 03-475 Warszawa – Praga Północ, tel. 22-518-59-00, fax 22-619-33-95, www.opspragapolnoc.waw.pl,

- Ośrodek Pomocy Społecznej Praga Północ Filia 2, ul. Brechta 15/31, 03-473 Warszawa – Praga Północ, tel. 22-518-91-20, fax 22-670-10-71, www.opspragapolnoc.waw.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Rembertów m. st. Warszawy, ul. Plutonowych 10, 04-404 Warszawa – Rembertów, tel. 22-673-54-12, fax. 22-611-99-94, www.opsrembertow.waw.pl,
- Centrum Pomocy Społecznej Dzielnicy Śródmieście m. st. Warszawy, ul. Konwiktorska 3/5, 00-217 Warszawa – Śródmieście, tel. 22-628-07-12, 22-621-95-26, 22-745-02-18, 22-821-97-16, fax. 22-626-91-32, www.cps.srodmiescie.warszawa.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Targówek m. st. Warszawy, ul. Św. Wincentego 87, 03-291 Warszawa – Targówek, www.ops-targowek.waw.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Targówek Filia 1, ul. Św. Wincentego 87, 03-291 Warszawa – Targówek, tel. 22-277-02-00, fax 22-370-25-33, www.ops-targowek.waw.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Targówek Filia 2, ul. Stojanowska 12/14, 03-558 Warszawa – Targówek, tel./fax 22-679-51-57, 22-679-61-28, www.ops-targowek.waw.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Ursus m. st. Warszawy, Plac Czerwca 1976 r. nr 1, 02-495 Warszawa – Ursus, tel. 22-478-41-11, fax 22-478-41-01, www.ops-ursus.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Ursynów m. st. Warszawy, ul. Jana Cybisa 7, 02-784 Warszawa – Ursynów, tel. 22-544-12-00, fax. 22-544-12-01, www.ops-ursynow.civ.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Wawer m. st. Warszawy, ul. Korkowa 119/123, 04-519 Warszawa – Wawer, tel./fax 22-872-20-71, www.opswawer.waw.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Wilanów m. st. Warszawy, ul. Przyczółkowa 27A, 02-968 Warszawa – Wilanów, tel. 22-648-22-26, www.opswilanow.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Włochy m. st. Warszawy, ul. Czereśniowa 35, 02-457 Warszawa – Włochy, tel./fax 22-863-98-37, www.opswlochy.waw.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Wola m. st. Warszawy, ul. Gen. J. Bema 91, 01-233 Warszawa – Wola, tel. 22-571-50-00, fax 22-571-50-50, www.ops-wola.waw.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Żoliborz m. st. Warszawy, ul. Dembińskiego 3, 01-644 Warszawa – Żoliborz, tel. 22-569-28-00, fax 22-833-64-24, www.ops-zoliborz.waw.pl,
- Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Lipińska 2, 01-833 Warszawa, tel. 22-599-71-00, fax 22-599-71-01, www.wcpr.pl,
- Dom Pomocy Społecznej „Na Przedwiośniu” (typ: dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Przedwiośnie 1, 04-748 Warszawa – Międzyzlesie, tel. 22-815-20-50, 22-815-20-59, fax 22-815-21-04, www.napredwiosniu.waw.pl,
- Dom Pomocy Społecznej dla Dzieci i Młodzieży Zgromadzenia Sióstr Franciszkanek Rodziny Maryi (typ: dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Żagańska 34, 04-713 Warszawa – Międzyzlesie, tel. 22-812-07-72,
- Dom Pomocy Społecznej „Leśny” (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych) ul. Tułowiecka 3, 01-974 Warszawa – Bielany tel. 22-834-20-17, 22-834-37-72, 22-834-37-74, www.dps-lesny.waw.pl,

- Dom Pomocy Społecznej Fundacji „Pomocna Dłoń”, ul. Odrębna 10, 04-867 Warszawa – Wawer, tel. 22-612-79-72, www.dpspomocnadlon.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy dla Osób z Zaburzeniami Psychicznymi (typ: dla osób psychicznie chorych) ul. Wrocławska 19, 01-493 Warszawa, tel. 22-638-59-43,
- Środowiskowy Dom Samopomocy Nr 1 (typ: dla osób psychicznie chorych) ul. Grębałowska 14, 01-808 Warszawa – Bielany, tel. 22-865-15-81, tel./fax 22-865-15-80, www.bsdsbielany.waw.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy Nr 2 (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie), ul. Grębałowska 14, 01-808 Warszawa – Bielany, tel. 22-865-15-40, tel./fax 22-865-15-41, www.bdsbielany.waw.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: ośrodek wsparcia dziennego dla osób z niepełnosprawnością intelektualną) ul. Górska 7, 00-740 Warszawa – Mokotów tel. 22-851-05-95, www.gorska7.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy dla osób psychicznie chorych „Pod Skrzydłami” (typ: dla osób psychicznie chorych) ul. Grójecka 109, 02-120 Warszawa – Ochota, tel. 22-895-27-61, www.podskrzydlami.waw.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy Warszawskiego Towarzystwa Pomocy Lekarskiej i Opieki nad Psychicznymi i Nerwowo Chorymi (typ: dla osób psychicznie chorych) ul. Grochowska 259 a, 03-844 Warszawa – Praga Południe, tel. 22-810-92-87, tel./fax 22-870-67-22, www.wtplio.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy Warszawskiego Koła Polskiego Stowarzyszenia Na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Grochowska 259a, 03-844 Warszawa – Praga Południe tel. 22-810-94-81, www.psouu.warszawa.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy Warszawskiego Koła Polskiego Stowarzyszenia na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Wilcza 9a, 00-521 Warszawa – Śródmieście, tel. 22-628-60-43, www.psouu.warszawa.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie, ul. Suwalska 11, 03-252 Warszawa – Targówek, tel. 22-814-16-79,
- Środowiskowy Dom Samopomocy dla osób z zaburzeniami psychicznymi (typ: dla osób psychicznie chorych) ul. św. Wincentego 85, 03-291 Warszawa tel. 22-614-21-33,
- Środowiskowy Dom Samopomocy „Słoneczny Dom” (typ: dla osób psychicznie chorych), ul. Prawnicza 54, 02-495 Warszawa, tel. 22-867-65-54,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób psychicznie chorych) ul. Służby Polsce 4, 02-784 Warszawa – Ursynów, tel. 22-855-02-73,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób psychicznie chorych) ul. Zalipie 17, 04-612 Warszawa – Wawer, tel. 22-499-12-42, www.st-azaliowa.org.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy „Chata z pomysłami” (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Rzeźbiarska 46, 04-620 Warszawa – Wawer, tel. 22-812-08-66, www.chatazpomyslami.org,

- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie), ul. Kubickiego 17/13, 02-954 Warszawa – Wilanów, tel. 22-550-61-84, www.opswilanow.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób psychicznie chorych) ul. Przyczółkowa 27a, 02-968 Warszawa – Wilanów, tel. 22-649-45-66, www.sds-wilanow.otwartedrzwi.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy „Pod Wierzbami” (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Astronautów 17, 02-154 Warszawa – Włochy, tel. 22-868-00-05, www.opswlochy.waw.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób psychicznie chorych) ul. Żytnia 75/77, 01-149 Warszawa – Wola, tel. 22-631-10-96,
- Środowiskowy Dom Samopomocy 1 (typ: dla psychicznie chorych) ul. Rydygiera 3, 01-793 Warszawa – Żoliborz, tel. 22-839-66-23, www.sds-zoliborz.waw.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy 2 (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Rydygiera 3, 01-793 Warszawa Żoliborz, tel. 22-839-56-95, www.sds-zoliborz.waw.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w mieście Warszawa:

- ZUS I Oddział w Warszawie (zasięg terytorialny dzielnice: Śródmieście) ul. Senatorska 6/8, 00-917 Warszawa – Śródmieście, tel. 22-538-21-11 do 14, 538-29-34, fax 22-827-25-55. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00,
- ZUS II Oddział w Warszawie (zasięg terytorialny dzielnice: Praga-Południe, Rembertów, Wawer, Wesoła) ul. Podskarbińska 25, 03-829 Warszawa – Praga Południe, tel. 22-590-20-00, 22-590-27-82, fax 22-590-21-07. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00,
- ZUS III Oddział w Warszawie (zasięg terytorialny dzielnice: Mokotów, Wilanów) ul. Czerniakowska 16, 00-701 Warszawa – Mokotów, tel. 22-890-40-00, 22-623-30-00, fax 22-840-22-41. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00,
- ZUS Inspektorat Warszawa-Ochota (zasięg terytorialny dzielnice: Ochota, Włochy, Ursus), ul. E. Orzeszkowej 14, 02-374 Warszawa–Ochota. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00,
- ZUS Inspektorat Warszawa Praga-Północ (zasięg terytorialny dzielnice: Praga-Północ, Targówek, Białołęka) ul. 11-go Listopada 15 a, 02-801 Warszawa – Praga Północ, tel. 22-714-20-00 fax 22-818-19-06. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.
- ZUS Biuro Terenowe Warszawa-Ursynów (zasięg terytorialny dzielnica: Ursynów) ul. Dembego 23B, 02-796 Warszawa – Ursynów. Centrum obsługi telefonicznej(COT): 22-560-16-00,
- ZUS Inspektorat Warszawa-Wola (zasięg terytorialny: Wola, Bemowo) ul. Wrocławska 20, 01-493 Warszawa – Wola, tel. 22-533-39-98, 22-538-29-34, fax 22-665-56-68. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w mieście Warszawa:

- Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie Stołeczne Centrum Osób Niepełnosprawnych, ul. Gen. Andersa 5, 00-147 Warszawa – Śródmieście, tel. 22-50-97-116, 22-50-97-117, 22-50-97-118, 22-50-97-119, fax 22-831-44-00, www.wcpr.pl.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w mieście Warszawa:

- Centrum Zdrowia Psychicznego Sp. z o.o., Aleja Wilanowska 43 a, 02-765 Warszawa, tel. 22-857-90-81, 22-857-90-82, www.centrum-psych.pl,
- Grupa Medyczna VERTIMED Zakrzewscy Spółka Jawna, ul. Bronikowskiego 55, 02-796 Warszawa – Ursynów, tel. 22-405-63-75, 22-403-54-42, www.vertimed.pl,
- Instytut “Pomnik - Centrum Zdrowia Dziecka” w Warszawie, Aleja Dzieci Polskich 20, 04-730 Warszawa - Wawer tel. 801-051-000, 22-815-10-00, www.czd.pl,
- Instytut Fizjologii i Patologii Słuchu, ul. Mochnackiego 10, 02-042 Warszawa, tel. 22-356-03-01, 22-356-03-03, www.whc.ifps.org.pl,
- Instytut Matki i Dziecka, ul. Kasprzaka 17 a, 01-211 Warszawa – Wola, tel. 22-327-70-50, www.imid.med.pl,
- Instytut Psychiatrii i Neurologii, ul. Sobieskiego 9, 02-957 Warszawa – Mokotów, tel. 22-45-82-500, 22-45-82-800, www.ipin.edu.pl,
- Instytut Psychosomatyczny Spółka z o.o., ul. Poleczki 40 a, 02-822 Warszawa – Ursynów, tel. 22-332-75-22, www.centrummedyczne.ips.pl,
- Stowarzyszenie MONAR Izba Chorych w Warszawie, ul. Marywilska 44 a, 03-042 Warszawa – Białołęka, tel. 22-676-99-97,
- MEDI-SYSTEM Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej, ul. Kijowska 11, 00-838 Warszawa – Praga Północ, tel. 22-518-91-60, www.medisystem.pl/kijowska,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej VICTI, ul. Plac Czerwca 1976 roku 3, 02-495 Warszawa – Ursus, tel. 22-468-33-00, 669-200-600,
- Centrum Medyczne Medicenter, ul. Wołoska 88, 02-507 Warszawa – Mokotów, 22-646-86-08, 22-646-86-09, www.medicenter.pl,
- Centrum Leczenia Uzależnień PPL „MAŁY RYCERZ”, ul. Brzeska 13, 03-737 Warszawa – Praga Północ, tel. 22-670-02-26, 22-741-29-95, 516-022-402, www.detoks.pl,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej OŚRODEK POMOCY ZDROWIU Żanna Kiesner, ul. Bellottiego 1, 01-022 Warszawa – Wola, tel. 22-838-86-30, 22-838-73-64, 794-692-762, www.opz.waw.pl,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Centralna Przychodnia Rehabilitacyjno-Lecznicza Jednostka Polskiego Związku Niewidomych ul. Karmelicka 26, 00-181 Warszawa – Śródmieście, tel. 22-635-67-33, 22-606-329-143, www.przychodniapzn.pl,
- Stowarzyszenie MONAR Krótkoterminowy Ośrodek Leczenia, Terapii i Rehabilitacji Uzależnień w Warszawie, ul. Wenedów 2, 00-223 Warszawa – Śródmieście, tel. 22-425-58-06,

- Przychodnia VITA MED Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością Spółka komandytowa, ul. Meissnera 7, 03-982 Warszawa – Praga Południe, tel. 22-266-88-93, 22-671-31-10, www.vita-med.pl,
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ośrodek Zdrowia Psychicznego i Problemów Rodziny SYNAPSIS, ul. Dembowskiego 3/32, 00-784 Warszawa – Ursynów, tel. 22-643-98-61, 22-641-70-51, www.synapsis.pl,
- NZOZ Poradnia Rehabilitacyjna dla Dzieci „KRASNAL”, ul. Pancera Feliksa 10, 03-187 Warszawa – Białołęka, tel. 22-670-30-86, tel./ fax 22-126-36-94, www.krasnal.org.pl,
- Ośrodek Wczesnej Interwencji ul. Pilicka 21, 02-613 Warszawa, tel. 22-844-44-29, 22-844-06-37, www.owi.itp.net.pl,
- Ośrodek Psychoterapii i Promocji Zdrowia Instytutu Psychologii Zdrowia, ul Olbrachta 118A lok. 2,12,13, 01-373 Warszawa – Wola, tel. 22-665-77-17, 22-665-77-49, www.psychologia.edu.pl,
- Przychodnia Lekarska Wojskowej Akademii Technicznej Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej ul. Kartezjusza 2, 01-480 Warszawa – Bemowo, tel. 261-83-82-71, www.plwat.pl,
- „MEDICERS” Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością, ul. Tużycka 31, 03-683 Warszawa – Targówek, tel. 22-744-31-50, www.przychodniazaczisze.home.pl,
- Samodzielny Zespół Publicznych Zakładów Lecznictwa Otwartego Warszawa – Targówek, ul. Tykocińska 34, 03-545 Warszawa – Targówek, tel. 22-518-26-66, www.zoztargowek.waw.pl,
- Samodzielny Publiczny Dziecięcy Szpital Kliniczny, ul. Żwirki i Wigury 63 A, 02-091 Warszawa, tel. 22-317-91-88, 22-317-91-64, www.spdsk.edu.pl,
- Samodzielny Publiczny Szpital Kliniczny im. prof. Witolda Orłowskiego Centrum Medycznego Kształcenia Podyplomowego, w Warszawie, ul. Czerniakowska 231, 00-416 Warszawa – Śródmieście, tel. 22-584-12-27, www.szpital-orlowskiego.pl,
- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Warszawa-Białołęka ul. Milenijna 4, 03-125 Warszawa – Białołęka, tel. 22-519-33-03, www.zozbialoleka.waw.pl,
- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Warszawa-Ursynów ul. Zamiany 13, 02-786 Warszawa - Ursynów tel. 22-644-83-18, www.zozursynow.pl,
- Wojewódzki Szpital Zakaźny w Warszawie ul. Wolska 37, 01-201 Warszawa – Wola, tel. 22-33-55-225, www.zakazny.pl,
- Zespół Lecznictwa Ambulatoryjnego Żoliborze, Bielani i Łomianek, ul. Szajnochy 8, 01-637 Warszawa – Żoliborz, tel. 22-833-14-70 do 76, www.spzlo.pl,
- Zakład Opieki Zdrowotnej Warszawa Bemowo – Włochy, ul. Wrocławska 19, 01-493 Warszawa Bemowo, tel. 22-638-23-33, 22-250-82-44, www.zozbemowo.pl,
- Samodzielny Wojewódzki Zespół Publicznych Zakładów Psychiatrycznej Opieki Zdrowotnej w Warszawie, ul. Nowowiejska 27, 00-665 Warszawa – Śródmieście, tel. 22-825-20-31, www.szpitalnowowiejski.pl,
- Samodzielny Zespół Publicznych Zakładów Lecznictwa Otwartego Warszawa Ochota, ul. Szczęśliwicka 36, 02-353 Warszawa – Ochota, tel. 22-823-60-38, www.spzlo-ochota.pl,

- Samodzielny Zespół Publicznych Zakładów Lecznictwa Otwartego Warszawa Praga Południe, ul. Krypska 39, 04-082 Warszawa – Praga Południe, tel. 22-211-80-01, spzlo.praga-pld.pl,
- Samodzielny Zespół Publicznych Zakładów Lecznictwa Otwartego Warszawa Praga-Północ, ul. Jagiellońska 34, 03-719 Warszawa – Praga Północ, tel. 22-619-42-31, www.szplo.pl,
- Samodzielny Zespół Publicznych Zakładów Lecznictwa Otwartego Warszawa-Wawer, ul. Dr J. Strusia 4/8, 04-564 Warszawa – Wawer, tel. 22-590-09-70, www.zoz-wawer.waw.pl,
- Samodzielny Zespół Publicznych Zakładów Lecznictwa Otwartego Warszawa-Mokotów, ul. Belgijska 4, 02-511 Warszawa – Mokotów, tel. 22-845-46-49, www.zozmokotow.pl,
- Samodzielny Zespół Publicznych Zakładów Lecznictwa Otwartego Warszawa-Targówek, ul. Tykocińska 34, 03-545 Warszawa – Targówek, tel. 22-518-26-40, www.zoztargowek.waw.pl,
- Specjalistyczna Przychodnia Lekarska dla Pracowników Wojska SPZOZ w Warszawie, ul. Nowowiejska 10, 00-653 Warszawa Śródmieście, tel. 22-526-42-55, www.spl.pl,
- Specjalistyczna Przychodnia Lekarska VITAMED ul. Wileńska 18, 03-416 Warszawa – Praga Północ, tel. 22-473-89-37, 22-473-87-94, www.splvitamed.pl,
- Specjalistyczne Centrum Diagnostyczno–Terapeutyczne PRO AUTISM ul. Wiktorska 67 lokal 2, 02-582 Warszawa – Mokotów, tel. 602-787-584, www.leczeniesrodowiskowe.pl,
- Stowarzyszenie „ELEUTERIA” ul. Dzielna 7, 00-154 Warszawa – Śródmieście, tel. 22-831-78-43, www.eleuteria.org.pl,
- Szpital Bielański im. ks. Jerzego Popiełuszki Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej, ul. Cegłowska 80, 01-809 Warszawa – Bielany, tel. 22-569-05-00, www.bielanski.med.pl,
- Szpital Dziecięcy im. prof. dr med. Jana Bogdanowicza, Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej, ul. Niekłańska 4/24, 03-924 Warszawa – Praga Południe, tel. 22-509-83-90, www.nieklasnska.pl,
- Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej ul. Karowa 2, 00-315 Warszawa – Śródmieście, tel. 22-596-61-60, www.szpitalkarowa.pl,
- Szpital Praski p.w. Przemienienia Pańskiego, al. Solidarności 67, 03-401 Warszawa – Praga Północ, tel. 22-818-50-61, 22-555-11-85, www.szpitalpraski.pl,
- Wojskowy Instytut Medyczny ul. Szaserów 128, 04-141 Warszawa – Praga Południe, tel. 261-817-666, 22-810-80-89, www.wim.mil.pl,
- Szpital Wolski im. dr Anny Gostyńskiej Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej, ul. Kasprzaka 17, 01-210 Warszawa Wola, tel. 22-38-94-880, www.wolski.med.pl,
- Poradnia Profilaktyczno-Rehabilitacyjna dla osób uzależnionych i współuzależnionych m.st. Warszawy i Województwa, ul. Nowogrodzka62a, 02-002 Warszawa, tel. 22-474-41-10,
- Centralny Szpital Kliniczny MSWIA w Warszawie, ul. Wołoska 37, 02-507 Warszawa tel. 22-508-20-00, www.cskmswia.pl,

- VALMED Grzegorz Aderek, Adam Muszyński Spółka Jawna, ul. Grójecka 126, 02-383 Warszawa, tel. 22-659-46-27,
- Centralna Wojskowa Przychodnia Lekarska „CEPELEK” SP ZOZ, ul. Koszykowa 78, 00-911 Warszawa, tel. 22-42-91-277, www.cepelek.mil.pl,
- Specjalistyczna Przychodnia Lekarska dla pracowników Wojska SPZOZ, ul. Nowowiejska 31, 00-911 Warszawa, tel. 22-526-44-44,
- Przychodnia VITA MED Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością Spółka komandytowa, ul. J. Meissnera 7, 03-982 Warszawa, tel. 22-266-88-90, www.vita-med.pl,
- Samodzielny Zespół Publicznych Zakładów Lecznictwa Otwartego Warszawa-Mokotów, ul. Antoniego Józefa Madalińskiego 13, 02-513 Warszawa, tel. 22-541-72-70, www.zozmokatow.pl,
- Centrum Onkologii – Instytut im. Marii Skłodowskiej-Curie ul. Wawelska 15b, 02-034 Warszawa, tel. 22-546-20-00, www.coi.pl,
- Centrum Medyczne Polskiego Związku Głuchych Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością, ul. Białostocka 4, 03-741 Warszawa,
- Stowarzyszenie MONAR Poradnia Profilaktyki, Leczenia i Terapii Uzależnień w Warszawie – Hoża 57, ul. Hoża 57, 00-681 Warszawa, tel. 22-621-13-59, www.monar.pl,
- Mazowiecki Szpital Bródnowski Sp. z o.o. ul. Kondratowicza 8, 03-242 Warszawa, tel. 22-326-52-59, www.szpital-brodnowski.waw.pl,
- Fundacja SYNAPSIS Ośrodek dla dzieci i osób dorosłych z autyzmem oraz innymi zaburzeniami rozwojowymi Podmiot leczniczy, ul. Ondraszka 3, 02-085 Warszawa, tel. 22-825-87-42, www.synapsis.org.pl,
- Centrum Odwykowe Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej, ul. Zgierksa 18a, 04-092 Warszawa, tel. 22-813-27-65, centrumodwykowe.waw.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. 29 Listopada 10, 00-465 Warszawa Śródmieście, tel. 22-559-09-28 www.wtz.npn.com.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Sobieskiego 9, 02-957 Warszawa, tel. 22-458-28-00, 22-458-25-00, www.ipin.edu.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Katolickim Stowarzyszeniu Niepełnosprawnych Archidiecezji Warszawskiej, ul. Deotymy 41, 01-441 Warszawa Wola, tel. 22-837-92-34, www.wtzdeotymy.ksnaw.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Katolickim Stowarzyszeniu Niepełnosprawnych Archidiecezji Warszawskiej, ul. Karolkowa 71, 01-197 Warszawa – Wola, tel. 22-862-41-06, www.karolkowa.ksnaw.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Fundacji Pomocy Osobom Upośledzonym Umysłowo, ul. Wólczyńska 64, 01-908 Warszawa – Bielany, tel. 22-835-40-87, www.fundacijadom.webs.com,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Polskim Stowarzyszeniu Rodziców i Opiekunów Upośledzonych Umysłowo „Wiara i Nadzieja”, ul. Bohaterów Września 7/9, 02-389 Warszawa – Ochota, tel. 22-823-58-73, www.wtz-wiarainadzieja.pl,

- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Przedwiośnie 1, 04-748 Warszawa – Międzyzlesie, tel. 22-815-20-50, www.napředwiosniu.waw.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Polskim Stowarzyszeniu na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym, ul. Głogowa 2b, 02-639 Warszawa – Mokotów, tel. 22-848-82-60,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy TBS Selenu Przychodnia Lekarska „Ader”, ul. Marii Dąbrowskiej 15, 01-903 Warszawa – Bielany, tel. 22-669-79-55,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Bródnowskim Stowarzyszeniu Przyjaciół i Rodzin Osób z Zaburzeniami Psychicznymi „Pomost”, ul. św. Wincentego 85, 03-291 Warszawa – Targówek, tel. 22-614-16-49, www.pomost.info.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej – Warszawski Oddział Terenowy Krajowego Towarzystwa Autyzmu, ul. Orzycka 20, 02-695 Warszawa – Mokotów, tel. 22-647-08-66, www.wotkta.waw.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Stowarzyszeniu „Otwarte Drzwi”, ul. Równa 10/3, 03-448 Warszawa – Praga Północ, tel. 22-670-21-23 www.wtz.otwartedrzwi.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Fundacji Pomocy Ludziom Niepełnosprawnym, ul. Konarskiego 60, 01-355 Warszawa – Bemowo, tel. 22-665-87-04, www.wtzkonar.org,
- Warsztat Terapii Zajęciowej przy Fundacji Perpetuum Mobile ul. Broniewskiego 9, 01-780 Warszawa – Żoliborz, tel. 22-633-99-19.

Powiat warszawski zachodni



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie warszawskim zachodnim:

- Ośrodek Pomocy Społecznej Błonie, ul. Kard. St. Wyszyńskiego 13, 05-870 Błonie, tel. 22-721-11-31, 22-721-04-88, www.swiadczenia-rodzinne.blonie.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Izabelin, ul. 3-go Maja 42, 05-080 Izabelin, tel. 22-722-79-95, fax 22-721-85-51, www.gops.izabelin.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Kampinos, ul. Szkolna 2A, 05-085 Kampinos, tel. 22-725-00-05, 22-725-00-40, www.opskampinos.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Leszno, Aleja Wojska Polskiego 21, 05-084 Leszno, tel./fax 22-725-81-55, www.opsleszno.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Łomianki, ul. Szpitalna 7, 05-092 Łomianki, tel. 22-751-90-57, 22-751-40-89, fax 22-751-90-57 w. 13, www.opslomianki.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Ożarów Mazowiecki, ul. Poznańska 165, 05-850 Ożarów Mazowiecki tel./fax 722-26-73, www.ops.ozarow-mazowiecki.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Stare Babice, ul. Rynek 11, 05-082 Stare Babice, tel./fax 22-722-90-11, 22-752-83-85, www.gops-starebabice.waw.pl,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Poznańska 129/133, 05-850 Ożarów Mazowiecki, tel. 22-733-72-50, www.pcpr.pwz.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Bramkach (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie), Bramki, ul. Północna 18, 05-870 Błonie tel. 22-725-61-27, www.bramki.dps.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Sadowej (typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie), Sadowa, ul. Jagodowa 2, 05-092 Łomianki, tel. 22-751-27-50, 22-751-26-25, www.sadowa.dps.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Łubcu (typ: dla osób psychicznie chorych), ul. Łubiec 45, 05-084 Leszno, tel. 22-725-80-34, www.sdslubiec.kswi.org.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie warszawskim zachodnim:

- ZUS Inspektorat Warszawa - Wola (zasięg terytorialny: Izabelin, Stare Babice) ul. Wrocławska 20, 01-493 Warszawa – Wola, tel. 22-533-39-98, 22-538-29-34. Centrum obsługi telefonicznej(COT): 22-560-16-00,
- ZUS Inspektorat w Pruszkowie zasięg terytorialny: Błonie, Kampinos, Leszno, Ożarów Mazowiecki, ul. Ołówkowa 38, 05-800 Pruszków, tel. 22-77-05-300 lub 301. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie warszawskim zachodnim:

- Właściwy terenowo Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności mieści się w Grodzisku Mazowieckim, ul. Daleka 11, 05-825 Grodzisk Mazowiecki, tel. 22-724-07-09, 22-724-15-70, fax 22-724-15-70 wew. 21.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie warszawskim zachodnim:

- Samodzielny Gminny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Błoniu, ul. Piłsudskiego 2/4, 05-870 Błonie, tel. 22-731-97-77,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, Bramki, ul. Północna 18, 05-870 Błonie tel. 503-091-666,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, Sadowa ul. Jagodowa 2, 05-092 Łomianki.

Powiat węgrowski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie węgrowskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Grębków, ul. Wspólna 5, 07-110 Grębków, tel. 25-793-00-40,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Korytnica, ul. Małkowskiego 20, 07-120 Korytnica, tel. 25-661-21-30,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Liw, ul. Mickiewicza 2, 07-100 Liw, tel. 25-792-28-05, fax 25-792-28-21,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Łochów, Aleja Pokoju 75, 07-130 Łochów, tel. 25-675-13-60, fax 25-675-12-35,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Miedzna, Plac Wolności 8, 07-106 Miedzna, tel./fax 25-691-83-34, www.gopsmiedzna.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Sadowne, ul. Kuźnica 1, 07-140 Sadowne, tel. 25-675-32-34, 25-631-22-99, fax 25-675-32-34,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Stoczek, ul. Węgrowska 22, 07-104 Stoczek, tel. 25-691-91-60, 25-691-92-56 www.stoczek.net.pl,
- Centrum Pomocy Społecznej w Węgrowie, ul. Gdańska 69, 07-100 Węgrów, tel. 25-792-20-57, 25-792-64-18, fax. 25-792-20-57, www.cps.wegrow.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Wierzbno, Wierzbno 88, 07-111 Wierzbno, tel. 25-793-45-91, fax 25-793-45-91,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Piłsudskiego 23, 07-100 Węgrów, tel. 25-792-49-07, www.pcpr.wegrow.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Węgrowska 5, 07-106 Miedzna tel. 25-691-83-20.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie węgrowskim:

- ZUS Biuro Terenowe w Węgrowie (zasięg terytorialny: Węgrów, Grębków, Korytnica, Liw, Łochów, Miedzna, Sadowne, Stoczek, Wierzbno) ul. Wieniawskiego 15, 07-100 Węgrów, tel. 25-792-04-30. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie węgrowskim:

- Właściwy terenowo Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Piłsudskiego 23, 07-100 Węgrów tel. 25-792-42-10.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie węgrowskim:

- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Węgrowie, ul. Kościuszki 15, 07-100 Węgrów, tel. 25-792-28-23, www.spzoz.wegrow.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, Jaworek 32, 07-111 Wierzbno, tel. 25-793-45-19.

Powiat wołomiński



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie wołomińskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Dąbrówka, ul. Kościuszki 14, 05-252 Dąbrówka, tel./fax 29-757-80-25,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Jadów, ul. Jana Pawła 17, 05-280 Jadów, tel. 25-675-41-09, www.jadow.az.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Klembów, ul. Gen. F. Żymirskiego 38, 05-205 Klembów, tel./fax 29-777-92-40, www.gops.klembow.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Kobyłka, ul. Gen. F. Żymirskiego 2, 05-230 Kobyłka, tel. 22-763-47-72, 22-763-42-63, 22-763-42-61, 22-763-42-62, fax 22-763-42-73, www.opskobyłka.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Marki, ul. Lisa Kuli 3a, 05-270 Marki, tel. 22-761-30-23, 22-761-91-77, fax 22-771-43-03, www.marki.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Poświętne, ul. Krótka 1, 05-326 Poświętne, tel./fax 25-752-03-15, tel. 25-752-03-90,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Radzymin, ul. Konstytucji 3 Maja 19, 05-250 Radzymin, tel./fax 22-786-54-86, www.ops.radzymin.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Strachówka, ul. Norwida 6, 05-282 Strachówka, tel./fax 25-676-06-73, www.strachowka.com.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Tłuszcz, ul. Warszawska 10, 05-240 Tłuszcz, tel. 29-777-52-90, www.opstluszcz.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Wołomin, Aleja Armii Krajowej 34, 05-200 Wołomin, tel./fax 22-787-27-01, 22-776-50-23, www.ops.wolomin.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Ząbki, ul. Wojska Polskiego 12, 05-091 Ząbki, tel. 22-781-64-57, fax 22-781-64-57, www.zabki.pl,

- Ośrodek Pomocy Społecznej Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Zielonka, ul. Literacka 20, 05-220 Zielonka, tel. 22-761-00-47 fax 22-781-03-51, www.zielonka.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy Wołomin (typ: dla osób psychicznie chorych) ul. Warszawska 5 a, 05-200 Wołomin, tel. 22-787-09-76, www.sds-wolomin.blog.onet.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Polskiej Organizacji Wojskowej 1, 05-250 Radzymin, tel. 22-786-54-74, www.cdwp.caritas.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie, ul. 3 Maja 14, 05-091 Ząbki, tel. 22-781-72-45, www.kolotpd-zabki.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Szkolna 4, 05-240 Tłuszcz, tel. 508-050-407.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie wołomińskim:

- ZUS Inspektorat w Wołominie (zasięg terytorialny: Kobyłka, Marki, Ząbki, Zielonka, Dąbrówka, Jadów, Klembów, Poświętne, Radzymin, Strachówka, Tłuszcz, Wołomin) ul. Reja 20, 05-200 Wołomin, tel. 22-787-30-81 do 86, 787-02-04/06. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie wołomińskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Prądyńskiego 1, 05-200 Wołomin, tel./fax 22-787-43-01 w. 142/143.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie wołomińskim:

- Mazowieckie Centrum Psychiatrii „DREWNICA” Sp. z o. o., ul. Rychlińskiego 1, 05-091 Ząbki, tel. 22-781-62-12, 22-781-62-13, 22-781-68-43, 22-781-68-44, www.drewnica.pl,
- Centrum Medyczne PRO – MED., al. Armii Krajowej 64/13, 05-200 Wołomin, tel. 22-499-80-70, www.promed.net.pl,
- „ESCULAP” sp. z o.o., ul. Fabryczna 1, 05-270 Marki, tel. 22-761-90-35, www.esculap-przychodnia.pl,
- Ośrodek Profilaktyki i Terapii Uzależnień Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Wołominie, ul. Powstańców 12, 05-200 Wołomin, tel. 22-776-44-88, www.optu-wolomin.pl,
- Centrum Medyczne im. Bitwy Warszawskiej 1920 r. w Radzyminie – Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej, ul. Konstytucji 3 Maja 17, 05-250 Radzymin, tel. 22-760-72-00, www.cmradzymin.pl,
- Centrum Medyczne na Reymonta dr Elżbieta Głównka, ul. Władysława Reymonta 12, 05-250 Radzymin, tel. 22-760-72-00, www.cmradzymin.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej – Drewnickie Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Osób z Zaburzeniami Psychicznymi „Empatia”, ul. Rychlińskiego 1, 05-091 Ząbki, tel. 22 762 40 58, www.empatia.net.pl.

Powiat wyszkowski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie wyszkowskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Brańszczyk, ul. Jana Pawła II 45, 07-221 Brańszczyk, tel. 29-592-93-26,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Długosiodło, ul. Kościuszki 2, 07-210 Długosiodło, tel. 29-741-21-58, 29-642-36-68, fax 29-741-21-58, www.gops.dlugosiodlo.pl,
- Ośrodek Pomocy Społecznej Rząśnik, Jesionowa 3, 07-205 Rząśnik, tel. 29-592-92-72, 29-592-92-73, 29-592-92-78, fax 29-592-92-87, www.rzasnik.naszops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Somianka, Somianka 25b, 07-203 Somianka, tel./fax 29-741-83-46, 29-741-88-79, www.somianka.pl,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Wyszków, ul. 3 Maja 16, 07-200 Wyszków, tel. 29-742-49-02, 29-742-40-97, 22-742-96-16, fax 29-742-49-02, www.ops.wyszkow.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Zabrodzie, ul. Reymonta 45, 07-230 Zabrodzie, tel./fax 29-757-12-62, www.zabrodzie.pl,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. I Armii Wojska Polskiego 82A, 07-200 Wyszków, tel./fax 29-742-85-22, tel./fax 29-742-85-23 www.pccpr-wyszkow.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Brańszczyku (typ: dla osób przewlekle somatycznie chorych oraz dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Jana Pawła II 65, 07-221 Brańszczyk, tel. 29-679-42-40, 29-679-42-21, fax 29-742-14-14, www.dpsbranszczyk.pl,
- Dom Pomocy Społecznej dla Dzieci „Fiszor” w Gaju (typ: dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Matki W. Jaroszewskiej 5, 07-230 Zabrodzie, tel. 29-758-25-35, fax 29-758-28-26, www.fiszor1.blogspot.com,
- Dom Pomocy Społecznej w Niegowie typ: dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie, ul. Wierzbowa 4, 07-230 Zabrodzie tel. 29-757-12-16, www.dpsniegow.pl,

- Środowiskowy Dom Samopomocy "Soteria" przy OPS w Wyszkanie, ul. KEN 2, 07-200 Wyszaków, tel. 29-742-79-90,
- Środowiskowy Dom Samopomocy Towarzystwa „Ważna Róża” (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie) Deskurów 40, 07 – 201 Wyszaków, tel. 511-942-258, www.waznarozza.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie wyszkowskim:

- ZUS Inspektorat w Wyszkanie zasięg terytorialny: Brańszczyk, Długosiodło, Rząśnik, Somianka, Wyszaków, Zabrodzie, ul. Sowińskiego 83, 07-200 Wyszaków, tel. 29-742-24-77, 742-42-97, 742-76-89. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie wyszkowskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Zakolejowa 15A, 07-200 Wyszaków, tel. 29-743-59-40, fax 29-742-25-10.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie wyszkowski:

- Stowarzyszenie „MONAR” Ośrodek Leczenia, Terapii i Rehabilitacji Uzależnień w Wyszkanie, ul. 3 Maja 65, 07-200 Wyszaków, tel. 29-742-97-97, www.monarwyszkow.pl,
- Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Wyszkanie ul. Komisji Edukacji Narodowej 1, 07-200 Wyszaków, tel. 29-743-76-00, www.szpital-wyszkow.com.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. I Armii Wojska Polskiego, 89A, 07-200 Wyszaków, tel. 29-743-37-37, www.psouuwyszkow.pl/wtz.

Powiat zwoleński



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie zwoleńskim:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Kazanów, ul. Plac Partyzantów 28, 26-713 Kazanów, tel. 48-676-63-05, 48-676-60-33 w. 12,22, fax 48-676-60-33,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Policzna, ul. B. Prusa 11, 26-720 Policzna, tel. 48-677-00-42, fax 48-677-00-51, www.policzna.naszops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Przyłek, Przyłek, 26-704 Przyłek, tel. 48-677-30-40, fax 48-677-31-76,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Tczów, Tczów 124, 26-706 Tczów, tel. 48-676-82-97, fax 48-676-80-22,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Zwolen, Plac J. Kochanowskiego 1, 26-700 Zwolen, tel./fax 48-676-23-30, www.zwolen.naszops.pl,
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Jagiełły 4, 26-700 Zwolen, tel./fax 48-676-36-23, www.pcprzwolen.pl,
- Dom Pomocy Społecznej w Gródku (typ: dla osób przewlekle psychicznie chorych) Gródek 26, 26-720 Policzna, tel. 48-677-00-29.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie zwoleńskim:

- ZUS Inspektorat w Zwoleniu (zasięg terytorialny: Kazanów, Policzna, Przyłek, Tczów, Zwolen), ul. Bogusza 20, 26-700 Zwolen, tel. 48-676-38-45. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie zwoleńskim:

- Właściwy terenowo Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności mieści się w Radomiu, ul. Domagalskiego 7, 26-600 Radom, tel. 48-381-50-67, 48-381-50-59, fax 48-381-50-68.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie zwoleńskim:

- Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Zwoleniu, Aleje Pokoju 5, 26-700 Zwoleń, tel. 48-677-91-28, www.zoz.zwolen.net,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, Wilczowola 12, 26-700 Policzna, tel. 48-677-63-59, www.wtzwilczowola.republika.pl.

Powiat żuromiński



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie żuromińskim:

- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Biezuń, ul. Warszawska 2, 09-320 Biezuń, tel. 23-657-82-56 w. 18, fax 23-657-80-39,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Kuczbork-Osada, ul. A. Mickiewicza 7B, 09-310 Kuczbork-Osada, tel./fax 23-657-63-92, www.kuczbork.naszops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Lubowidz, ul. Zielona 10, 09-304 Lubowidz, tel./fax 23-658-20-05,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Lutocin, ul. Poniatowskiego 1, 09-317 Lutocin, tel./fax 23-658-10-01, www.lutocin.i-gmina.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Siemiątkowo Koziebrodzkie, ul. Władysława Reymonta 2, 09-135 Siemiątkowo Koziebrodzkie, tel./fax 23-679-60-27,
- Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Żuromin, ul. Olszewska 9/11, 09-300 Żuromin, tel./fax 23-657-22-39, 657-46-51,
- Dom Pomocy Społecznej w Bądzynie typ: dla dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie, 09-304 Lubowidz, tel. 23-659-39-97, www.dps.zuromin-powiat.pl,
- Środowiskowy Dom Samopomocy (typ: dla osób niepełnosprawnych intelektualnie) ul. Kościuszki 2, 09-300 Żuromin, tel./fax 23-657-41-99, www.sds-zuromin.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie żuromińskim:

- ZUS Biuro terenowe w Żurominie (zasięg terytorialny: Gminy: Biezuń, Kuczbork-Osada, Lubowidz, Lutocin, Siemiątkowo, Żuromin) ul. Szpitalna 89/93, 09-300 Żuromin, tel. 23-657-27-00, 22-657-39-73. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie żuromińskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Szpitalna 56, 09-300 Żuromin, tel. 23-657-22-01 w. 323.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie żuromińskim:

- Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Żurominie, ul. Szpitalna 56, 09-300 Żuromin, tel. 23-657-22-01, www.szpital-zuromin.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Kościuszki 2, 09-300 Żuromin, tel. 23-657-09-29, www.wtzzuromin.pl.

Powiat żyrardowski



Informacje dotyczące usług opiekuńczych, zasiłków i rodzajów pomocy poza miejscem zamieszkania w powiecie żyrardowskim:

- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Mszczonów, ul. Grójecka 45, 96-320 Mszczonów, tel. 46-857-12-73, tel./fax 46-857-27-82, www.mops.mszczonow.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Puszcza Mariańska, Plac Tadeusza Kościuszki 2, 96-330 Puszcza Mariańska, tel. 46-831-81-51 w. 18, 46-831-87-49, fax 46-831-87-49, www.puszcza-marianska.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Radziejowice, ul. Kubickiego 3, 96-325 Radziejowice, tel./fax 46-857-71-22, www.radziejowice.ops.pl,
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Wiskitki, ul. Kościuszki 1, 96-315 Wiskitki, tel. 46-855-47-58, www.wiskitki.pl/gops,
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Żyrardów, ul. Armii Krajowej 3, 96-300 Żyrardów, tel./fax 46-855-31-26, 46-855-36-59,
- Dom Pomocy Społecznej w Hamerni Tartak ul. Mszczonowska 1, 96-325 Radziejowice, tel. 46-857-71-02, www.dpshamernia.com.pl.

Informacje o podmiotach przyznających rentę w powiecie żyrardowskim:

- ZUS Inspektorat w Żyrardowie zasięg terytorialny: Żyrardów, Mszczonów, Puszcza Mariańska, Radziejowice, Wiskitki, ul. Bankowa 1, 96-300 Żyrardów, tel. 46-855-20-01 do 05. Centrum obsługi telefonicznej (COT): 22-560-16-00.

Informacje dotyczące orzecznictwa pozarentowego w powiecie żyrardowskim:

- Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności, ul. Moniuszki 40, 96-300 Żyrardów, tel. 46-854-20-82.

Informacje dotyczące świadczonych usług medycznych i terapii zajęciowej w powiecie żyrardowskim:

- NZOZ NEUROMEDYKA Przychodnia Lekarska ul. Okrzei 51 c, 96-300 Żyrardów, tel. 46-855-84-84, 46-855-80-81, www.neuromedyka.pl,
- Neo-Medica A. Wyszyńska – Rokoszevska, K. Jakubczak s.j., ul. 1-go Maja 17/21, 96-300 Żyrardów, tel. 46-854-29-70, www.neo-medica.pl,
- Centrum Zdrowia Mazowska Zachodniego Sp. z o. o., ul. B. Limanowskiego 30, 96-300 Żyrardów, tel. 46-855-20-11, fax: 46-855-35-27, www.czmz.szpitalzyrardow.pl,
- Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. 1 Maja 43 a, 96-300 Żyrardów, tel. 48-855-30-45.

Zakłady pracy chronionej

Powiat białobrzeski

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie białobrzeskim:

- FIRMA LUKA, ul. 1000-lecia 8/3, 26-811 Wyśmierzyce, tel. 48-483-757-930.

Powiat gostyniński

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie gostynińskim:

- Przedsiębiorstwo Robót Instalacyjno – Budowlanych „HYDROPOL” Krzysztof Sobaszek, ul. Zamkowa 53, Gostynin 24, tel. 235-34-64.

Powiat grodziski

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie grodziskim:

- Andrea Spółka jawna, ul. Pasieczna 8 A, 05-822 Milanówek, tel. 22-758-39-78, 724-76-39,
- Budokrusz Sp. z o.o., Odrano Wola, ul. Osowiecka 47, 05-825 Grodzisk Mazowiecki, tel. 22-755-54-40,
- Selen Spółka jawna, ul. Batorego 23 lok. 5, 05-825 Grodzisk Mazowiecki, tel. 46-832-58-49,
- Wzorek F.P.H.U., ul. Myśliwska 11, 05-825 Grodzisk Mazowiecki, tel. 22-724-09-78,
- Malwa Dziew. S.I., ul. Traugutta 40, 05-825 Grodzisk Mazowiecki, tel. 25-632-84-21.

Powiat kozienicki

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie kozienickim:

- Zygmunta Starego S.I., ul. Lubelska 69 A, 26-900 Kozienice, 48-614-25-77.

Powiat makowski

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie makowskim:

- Narew Styl Sp. z o.o., ul. Polna 67, 06-230 Różan, tel. 28-766-95-95.

Powiat nowodworski

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie nowodworskim:

- Cholewiński Z. P.H.U., Cząstków Mazowiecki 28, 05-152 Czosnów, tel. 22-785-02-17,

- Sanibud Sp. z o.o., ul. Warszawska 47, 05-190 Nasielsk, tel. 23-693-06-31.

Powiat ostrołęcki

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie ostrołęckim:

- Agromasz P.H.U., Kolonie 3, 07-411 Rzekuń, tel. 29-762-75-39.

Miasto Ostrołęka

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w mieście Ostrołęka:

- Waldemar Gnatowski Zakład Poligraficzny, ul. Głowackiego 15, 07-400 Ostrołęka, tel. 29-764-26-39.

Powiat otwocki

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie otwockim:

- Agro-Chemat Zakład Wytwarzania, ul. Turystyczna 8/1, 05-462 Wiązowna, tel. 22-789-03-16,
- Tabit Sp. z o.o. P.P.H., ul. Radosna 4, 05-400 Otwock, tel. 22-779-44-78,
- Techniczna S.I., ul. Słoneczna 15, 05-410 Józefów k/Otwocka, tel. 812-10-41.

Powiat piaseczyński

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie piaseczyńskim:

- „Vimex” Spółka akcyjna, ul. Puławska 45B/15, 05-500 Piaseczno.

Miasto Płock

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w mieście Płock:

- Rolpot Spółka Jawna P.P.H.U., ul. Wyszogrodzka 21 c, 09-402 Płock, tel. 24-262-00-83.

Powiat płoński

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie płońskim:

- Ka-Maj Zakład Prod. Cukier. Sp. z o.o., ul. Spółdzielcza 4, 09-100 Płońsk, tel. 23-662-67-61/92.

Powiat pruszkowski

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie pruszkowskim:

- MCR Corporation Sp. z o. o., ul. Kościuszki 37, 05-816 Michałowice, tel. 22-723-80-40.

Miasto Radom

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w mieście Radom:

- Art.-Clean P.P.H.U., ul. Wrocławska 8, 26-600 Radom, tel. 48-629-55-15,
- Auto-SERVICE R. Prasek, ul. Kozienicka 1, 26-600 Radom, tel. 48-344-14-99,
- CRL P.P.H.U., ul. Raclawicka 8/10, 26-600 Radom, tel. 48-331-23-60,
- Kat-Pol P.W.H.U. Ireneusz Lachowicz, ul. Wodna 9, 26-600 Radom, tel. 48-363-49-62,
- Kova-Tex P.P-H-U sp. z o.o., Pl. Stare Miasto 11, 26-600 Radom, tel. 48-363-06-81,
- Mera Spółka jawna P.W., ul. Limanowskiego 73/75 lok. 11, 26-600 Radom, tel. 48-381-54-08,
- Rzemiosło – Hurtownia Zaopatrzenia i Zbytu, ul. Okulickiego 39, 26-600 Radom, tel. 48-369-90-61/70,
- Trimet-August Bąk Spółka jawna ZPCh, ul. Tartaczna 14, 26-600 Radom, tel. 48-362-51-89.

Powiat radomski

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie radomskim:

- Zakład Pracy Inwalidów Niewidomych Spółka Jawna, ul. Leśna 17a, 26-670 Pionki, tel. 48-612-34-24.

Powiat sierpecki

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie sierpeckim:

- Hollywood Textile Service Sp. z o. o., ul. Bojanowska 2a, 09-200 Sierpc, tel. 605-408-071,
- Wiepol Zakład Produkcji Czekolady, ul. Przemysłowa 6a, 09-200 Sierpc, tel. 24-275-22-29.

Powiat sochaczewski

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie sochaczewskim:

- Argus Sp. z o.o. Agen Ochrony, ul. Piłsudskiego 16 B/5, 96-500 Sochaczew, tel. 46-862-10-31,
- Polonia Serwis Zbigniew Papierowski, ul. Księcia Janusza 3, 06-500 Sochaczew, tel. 46-862-26-52,
- TUTOR Sp. z o.o., ul. Reymonta 32, 96-500 Sochaczew, tel. 48-862-26-06,
- Jutrzenka S.I., ul. Reymonta 28, 96-500 Sochaczew, tel. 48-664-20-81.

Powiat sokołowski

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie sokołowskim:

- OLG-MAR Zakład P.U.H., ul. Tartaczna 12, 08-300 Sokołów Podlaski, tel. 25-787-37-33.

Powiat szydłowiecki

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie szydłowieckim:

- Komeks Sp. Z o.o. P.H.U.P., ul. Metalowa 1, 26-500 Szydłowiec, tel. 48-617-03-11,
- Met-bud P.W., ul. Polna 26, 26-500 Szydłowiec, tel. 45-251-01-35,
- Elektron S.I., ul. Garbarska 9, 26-500 Szydłowiec, tel. 633-55-22,
- MAR-ROM Marian Janiszek i Wspólnicy Sp. J., Dobrut 18b, 26-505 Orońsko, tel. 48-618-41-91,
- MAR-ROM Roman Janiszek, Dobrut 18 b, 26-505 Orońsko, tel. 48-618-48-39/40.

Miasto Warszawa

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w mieście Warszawa:

- Agroleasing Sp. z o.o., ul. Bruzdowa 118 K, 02-991 Warszawa, tel. 22-885-15-57/59,
- AMLUX Sp. z o.o., ul. Grójecka 77, 02-904 Warszawa, tel. 22-646-06-15,
- Arna Sp. z o.o., ul. Jana Pawła II 80 lok. 5, 00-175 Warszawa, tel. 22-637-30-36,
- ASISTNET Sp. z o.o., ul. Chełmska 19/21, 00-724 Warszawa,
- Atlas Pop-ko P.P., Al. Słowiańska 19, 01-695 Warszawa, tel. 22-833-65-62,
- Blue Line Sp. z o. o., ul. Heroldów 5A, 01-991 Warszawa, tel. 17-225-70-12,
- Biuro Ochrony i Mienia ALKON Sp. z o.o., ul. Nowogrodzka 50 lok. 515, 00-695 Warszawa,
- BN Nieruchomości Sp. z o.o., ul. Piękna 20, 00-549 Warszawa,
- CHABER S.A., Al. Prymasa 1000-lecia 83, 01-242 Warszawa, tel. 48-661-13-56,
- D.H.M. Sp. z o.o., Al. Witosa 31, 00-710 Warszawa, tel. 22-640-15-00,
- Dąb - Wel Sp. J. J. Grou-Brzóska, K. Kiszkiel, ul. Literacka 19, 01-864 Warszawa tel. 23-696-11-19,
- Dekor Media Sp. z o.o., ul. Ludna 4, 00-406 Warszawa, tel. 25-757-70-10,
- Drukarnia Art., ul. Fortuny 5, 01-339 Warszawa, tel. 22-664-75-75,
- EKO-BHL Sp. z o.o., ul. Połczyńska 89, 01-301 Warszawa, tel. 22-664-54-24,
- „ERAM” Adam Ożóg, ul. Dembowskiego 16 m 10, 02-784 Warszawa, tel. 22-811-50-85,
- Ever Grupa Sp. z o.o., ul. Arkuszowa 39, 01-934 Warszawa, tel. 22-834-65-54, 864-06-74,
- EVERTEAN Sp. z o.o., ul. Arkuszowa 39, 01-934 Warszawa,
- Instal Czudec Fąfara Sp. Jawna, ul. Domaniewska 47/10, 02-672 Warszawa, tel. 722-102-518,
- INWEMER SYSTEM Sp. z o.o., ul. Św. Jacka Odrowąża 15, 03-310 Warszawa, tel. 44-732-16-52,

- ISS MS Sp. z o.o., ul. Flisa 2, 02-247 Warszawa, tel. 22-577-42-00,
- Konsalnet Ochrona Sp. z o.o., ul. Przasnyska 6a, 01-756 Warszawa, tel. 22-560-51-00,
- Laam Sp. z o.o., ul. Jana Kazimierza 55, 01-267 Warszawa,
- Lemarpol Sp. z o.o. (Dinozaterland), ul. Połczyńska 106 B, 01-304 Warszawa,
- Lemarpol - Wózki Widłowe Sp. z o.o., ul. Połczyńska 106 B, 01-304 Warszawa, tel. 22-664-12-71,
- Locum S.A., Al. W. Witosa 31, 00-710 Warszawa, tel. 52-343-06-11,
- Mada Kosiec i Wspólnicy Sp. Jawna P.W., ul. Słowicza 17, 02-170 Warszawa, tel. 22-832-44-00,
- M.H.S.I. Sp. z o.o., ul. Wolności 2a, 01-018 Warszawa, tel. 46-862-34-41,
- Mazowianka S.I., ul. Koszykowa 33, 00-553 Warszawa, tel. 22-755-60-51,
- Metal-Incar S.I., ul. Kasprowicza 119, 01-949 Warszawa, tel. 22-837-00-20 wew. 239,
- Mieszko S.A. Zakłady Przemysłu Cukierniczego, ul. Chrzanowskiego 8 B, 04-392 Warszawa, tel. 22-810-21-96,
- MTM - Wytwórnia Artykułów z tworzyw sztucznych, ul. Mechaników 10, 03-684 Warszawa, tel. 22-678-54-10,
- Muza S.A., ul. Marszałkowska 8, 00-590 Warszawa, tel. 22-621-17-75,
- Nasz Sklep S.A. Polska Sieć Handlowa, ul. Jana Pawła II 80 lok.5, 00-175 Warszawa, tel. 22-637-30-36,
- Patron Service Spółka z o.o., ul. Postępu 2, 02-676 Warszawa, tel. 22-319-88-39, 22-841-46-96,
- PZN Instytut Tyfologiczny, ul. Konwiktorska 9, 00-216 Warszawa, tel. 22-831-33-83, 22-831-22-71,
- Polpatron Sp. z o.o., Pl. Bankowy 2, 00-095 Warszawa, tel. 22-531-23-49, 22-642-45-90,
- Property expres Sp. z o.o., ul. Arkuszowa 39, 01-934 Warszawa, tel. 22-834-65-54,
- Proscan Sp. z o.o., ul. Arkuszowa 39, 01-934 Warszawa, tel. 22-329-25-00,
- Przedsiębiorstwo Cargo Sp. z o.o., Al. Róż 6 lok.21, 00-556 Warszawa, tel. 721-939-400, 669-250-140,
- RAV Sp. z o.o., ul. Narwik 17 lok.38, 01-471 Warszawa, tel. 447-144-441,
- S.M.A. System Monitorowania Alarmów Sp. z o.o., ul. Rzymowskiego 30, 02-697 Warszawa, tel. 22-651-88-61,
- Specjał Sp. z o.o. P.P.H.U., ul. Jana Pawła II 80 lok. 5, 00-175 Warszawa, tel. 22-637-30-36,
- Spółdzielnia Pracy „Nowa Praca Niewidomych” - Cepelia(ZPCHR), ul. 29 listopada 10, 00-465 Warszawa, tel. 22-559-09-26,
- „Stekop” Spółka Akcyjna, ul. Mołdawska 9, 02-127 Warszawa tel. 85-748-90-08, 85-748-90-65,
- Świt S.I., ul. Taśmowa 1, 02-677 Warszawa, tel. 22-620-80-87, 22-620-90-68, 22-654-77-22,
- Uniwersum Usł. S.I., ul. Kasprzaka 24, 01-211 Warszawa, tel. 22-843-70-21,
- Warsen S.P.N., ul. Sapieżyńska 10, 00-215 Warszawa, tel. 22-789-31-46,
- Warszawskie Zakłady Kaletnicze Noma S.I., ul. Korkowa 167, 04-549 Warszawa, tel. 22-635-39-93,
- TOR-KAR-SSON Zbigniew Kargul, ul. Marymoncka 42, 01-977 Warszawa,
- WSI Warszawska Sp. z o. o., ul. Nocznickiego 29, 01-918 Warszawa, tel. 22-632-33-09,
- WŁOZAMOT, Panel Sp. z o.o., ul. Inflancka 5/81, 00-189 Warszawa, tel. 54-413-20-00,

- Zakłady Elektromechaniczne Elektra S.I., ul. Przasnyska 6 a, 01-756 Warszawa, tel. 23-654-30-06/07.

Powiat warszawski zachodni

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie warszawskim zachodnim:

- Słodkie Hawo Hawopol, ul. Łąkowa 18, 05-092 Łomianki, tel. 22-751-30-99.

Powiat węgrowski

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie węgrowskim:

- Knap F.H.U., ul. Szarnoty 42a, 07-100 Węgrów, tel. 25-792-25-15.

Powiat żyrardowski

Informacje dotyczące zakładów pracy chronionej w powiecie żyrardowskim:

- Flisan Zakład Produkcji Cukierniczej, Kuranów 12a, 96-325 Radziejowice, tel. 46-857-20-57,
- Musi Novum Sp. z o.o., ul. 1-go Maja 43A, 96-300 Żyrardów, tel. 46-855-31-03,
- Pomona Company LTD Sp. z o.o., ul. Limanowskiego 49A, 96-300 Żyrardów, tel. 46-855-40-31,
- Przedsiębiorstwo Usługowo Produkcyjne "NOVUM" Sp. z o.o., ul. 1-go Maja 43A, 96-300 Żyrardów, tel. 46-855-31-03,
- Walmag P.P.H.U. Kuranów 12, 96-325 Radziejowice, tel. 46-857-10-03,
- Przedsiębiorstwo Usługowo Produkcyjne "NOVUM" Spółka z o.o., ul. 1-go Maja 43A, 96-300 Żyrardów, tel. 46-855-31-03.

Spółdzielnie Pracy Chronionej

- Chegos S.I., ul. Lipowa 52, 08-300 Sokołów Podlaski, tel. 25-781-20-24,
- Elektron S.I., ul. Grabarska 9, 26-500 Szydłowiec, tel. 48-633-55-22,
- Jedność Cuk. S.I., ul. Piłsudskiego 32, 05-600 Grójec, tel. 22-621-30-81,
- Jutrzenka S.I., ul. Reymonta 28, 96-500 Sochaczew, tel. 48-664-20-81,
- M.U.S.I., ul. Brzeska 87 A, 08-110 Siedlce, tel. 25-838-24-80,
- Malwa Dziew. S.I., ul. Traugutta 40, 05-825 Grodzisk Mazowiecki, tel. 25-632-84-21,
- Metal-Incar S.I., ul. Kasprowicza 119, 01-949 Warszawa, tel. 22-837-00-20 wew. 239,
- Spółdzielnia Pracy "Nowa praca Niewidomych" Cepelia (ZPCHR), ul. 29 Listopada 10, 00-465 Warszawa, tel. 22-559-09-26,
- PSI Spółdzielnia Producent Sprężyn, ul. Brzeska 72, 08-110 Siedlce, tel. 29-766-69-91,

- Świt S.I., ul. Taśmowa 1, 02-677 Warszawa, tel. 22 620 80 87, 620-90-88,
- Techniczna S.I., ul. Słoneczna 15, 05-410 Józefów k/Otwocka,
- Uniwersum USŁ. S.I., ul. Kasprzaka 24, 01-211 Warszawa, tel. 22-843-70-21,
- Warsen S.P.N., ul. Sapieżyńska 10, 00-215 Warszawa, tel. 22-789-31-46,
- Warszawskie Zakłady Kaletnicze Noma S.I., ul. Korkowa 167, 04-549 Warszawa tel. 22-635-39-93,
- Elektromechaniczne Elektra S.I., ul. Przasnyska 6a, 01-756 Warszawa, tel. 23-654-30-06/07,
- Zygmunta Starego S.I., ul. Lubelska 69 a, 26-900 Kozienice, tel. 48-614-25-77.

Centra Integracji Społecznej

- Centrum Integracji Społecznej w Siedlcach, podmiot prowadzący: Caritas Diecezji Siedleckiej, ul. Budowlana 1, 08-110 Siedlce, tel. 25-640-71-32,
- Centrum Integracji Społecznej w Markach, podmiot prowadzący: Fundacja „Otwarte Serce”, ul. Spokojna 9, 05-270 Marki, tel. 22-799-073-723,
- Powiatowe Centrum Integracji Społecznej w Legionowie, podmiot prowadzący: Starosta Legionowski, ul. Piłsudskiego 3, 05-120 Legionowo, tel. 22-732-15-58,
- Centrum Integracji Społecznej w Legionowie, ul. Długa 3, 05-119 Legionowo, podmiot prowadzący: Fundacja „Pasja Życia”, ul. Modzelewskiego 98a, 02-679 Warszawa,
- Centrum Integracji Społecznej w Legionowie, ul. Łowicka 17, 05-120 Legionowo, podmiot prowadzący: Stowarzyszenie „Pro Vobis”, ul. Łowicka 17, 05-120 Legionowo,
- Centrum Integracji Społecznej w Płocku, ul. Kościuszki 5, 09-402 Płock, podmiot prowadzący: Katolickie Stowarzyszenie Pomocy im. Św. Br. Alberta, ul. Kościuszki 5, 09-402 Płock,
- Centrum Integracji Społecznej w Płocku, ul. Królowej Jadwigi 2 lok. 27, 09-402 Płock, podmiot prowadzący: Stowarzyszenie Centrum Innowacji Społeczeństwa Informacyjnego w Płocku,
- Centrum Integracji Społecznej w m. Sarnaki, Nowe Litewniki 40, 08-220 Sarnaki, podmiot prowadzący: Wójt Gminy Sarnaki, ul. Joselewicza 3, 08-220 Sarnaki,
- Centrum Integracji Społecznej w Warszawie, ul. Mostowa 13/15/17 lok. 9, 00-260 Warszawa, podmiot prowadzący: Stowarzyszenie Centrum Społecznego Wsparcia, ul. Mostowa 13/15/17 lok. 9, 00-260 Warszawa,
- Centrum Integracji Społecznej w Warszawie, ul. Sierpińskiego 3, 02-122 Warszawa, podmiot prowadzący: Fundacja „Hominem”, ul. Kochanowskiego 33/5, 03-864 Warszawa,
- Centrum Integracji Społecznej w Warszawie, ul. Targowa 82/5, 03-448 Warszawa, podmiot prowadzący: „Otwarte Drzwi”, ul. Równa 10/3, 03-418 Warszawa,
- Centrum Integracji Społecznej w Warszawie, ul. Paca 40, 04-386 Warszawa, podmiot prowadzący: Stowarzyszenie Centrum Wspierania Aktywności Lokalnej CAL, ul. Paca 40, 04-386 Warszawa,
- Centrum Integracji Społecznej w Długosiodle, Plewki 19 07-210, podmiot prowadzący: Stowarzyszenie Tradycyjnie Nowoczesnych dla Wsi, Plewki 19, 07-210 Długosiodło,

- Żuromin Centrum Integracji Społecznej w Żurominie, ul. Wyzwolenia 59 J, 09-300 Żuromin, podmiot prowadzący: Stowarzyszenie Praca - Rozwój - Edukacja, ul. Wyzwolenia 59 J, 09-300 Żuromin.

Kluby Integracji Społecznej

- Klub Integracji Społecznej "Aktywni i samodzielni", ul. Pokorna 2 lok. 608, 00-199 Warszawa, tel. 660-402-545,
- Klub Integracji Społecznej w Gminie Wiązowna "Wiązowskie ścieżki do kariery", Radiówek 25, 05-462 Wiązowna, tel. 22-780-46-59,
- Klub Integracji Społecznej i Samopomocy, ul. 17 Sierpnia 58, 06-100 Pułtusk,
- Klub Integracji Społecznej i Samopomocy "Aktywni zawodowo i społecznie", ul. Stary Rynek 13, 09-530 Gąbin, tel. 24-231-18-78,
- Klub Integracji Społecznej, ul. Krasieńskiego 4, 06-406 Opinogóra Górna, tel. 23-671-70-78,
- Klub Integracji Społecznej Stowarzyszenia "Otwarte Drzwi", ul. Równa 10/3, 03-418 Warszawa, tel. 22-619-85-01,
- Klub Integracji Społecznej "Aktywni razem", Osiedle Staszica 13, 27-100 Iłża, tel. 519-323-395,
- Klub Integracji Społecznej "Aktywni", ul. Kościuszki 25a, 05-300 Mińsk Mazowiecki,
- Klub Integracji Społecznej "Progres", ul. Hallera 12, 07-410 Ostrołęka, tel. 29-760-74-74,
- Klub Integracji Społecznej przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej, ul. Św. Stanisława Kostki 5, 06-300 Przasnysz, tel. 29-752-28-83,
- Klub Integracji Społecznej, ul. Warszawska 2, 05-240 Tłuszcz, tel. 694-674-086.

Zakłady aktywności zawodowej

- Zakład Aktywności Zawodowej osób Niepełnosprawnych galeria "Apteka Sztuki", Al. Wyzwolenia 3/5, 00-572 Warszawa, tel. 22-622-04-21,
- Rolniczy Zakład Aktywności Zawodowej dla Osób Niewidomych, Stanisławowo 9, 09-210 Drobin, tel. 24-260-23-46,
- Fundacja na Rzecz Umacniania Więzi Rodzinnych i Społecznych „Synapsis”, ul. Ondraszka 3, 02-085 Warszawa, tel. 22-825-87-22,
- Zakład Aktywności Zawodowej, ul. Chopina 10, 08-110 Siedlce, tel. 25-631-09-55,
- Zakład Aktywności Zawodowej w Klwowie, ul. Opoczyńska 45, Klwów, tel. 48-671-60-02,
- Zakład Aktywności Zawodowej "Fundacji Ekonomii Społecznej Przyszań", ul. Tumska 13/6, 09-402 Płock, tel. 602-338-468.

Wykaz wybranych Organizacji Pozarządowych Działających na Rzecz Osób z Zaburzeniami Psychicznymi

- Baza danych zawierająca listę organizacji pozarządowych działających na terenie Mazowsza znajduje się na stronie internetowej Samorządowego Forum Dialogu Obywatelskiego, www.dialog.mazovia.pl .