



# Katalog wsparcia rodzin

opracowany przez

**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Pieckach**

**zgodnie z wytycznymi ustawy z dnia 4 listopada 2016r. o wsparciu kobiet w ciąży i rodzin „Za życiem” oraz programu kompleksowego wsparcia dla rodzin „Za Życiem”**

**Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej**



**Piecki 2017**

## Wstęp

Zgodnie z wytycznymi ustawy z dnia 4 listopada 2016r. o wsparciu kobiet w ciąży i rodzin „Za życiem” katalog został opracowany przez asystenta rodziny Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Pieckach zatrudnionego w ramach „Programu asystent rodziny i koordynator pieczy zastępczej na rok 2017” (Umowa Nr PS-I.946.13.96.2017 pomiędzy Wojewodą Warmińsko- Mazurskim, a Gminą Piecki). Poradnik zawiera informacje dotyczące rozwiązań wspierających kobiety w ciąży i ich rodziny w ramach realizacji zadań wynikających z w/w ustawy.

Informator jest bezpłatny, sfinansowany z budżetu Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Pieckach.

Informacje zebrane zostały przy współpracy z:

- Poradnią Psychologiczno- Pedagogiczną w Mrągowie, Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Mrągowie, Gminnym Ośrodkiem Kultury, Sportu i Rekreacji „PEGAZ” w Pieckach, Młodzieżowym Domem Kultury w Mrągowie, Centrum Kultury i Turystyki w Mrągowie, Przychodnią Zdrowia „TROSKA” w Pieckach, Praktyką Lekarza Rodzinnego Zygmunt Ziemia w Pieckach, Przychodnią Lekarską SANUS w Pieckach, Gabinet masażu i fizjoterapii Ł. Żemejko „Xenium Alfa” w Pieckach.

### Jeśli jesteś:

- ✓ kobietą w ciąży, zwłaszcza w ciąży z powikłaniami, która z dużym prawdopodobieństwem urodzi dziecko obarczone poważnymi problemami zdrowotnymi
- ✓ kobietą, której dziecko nie przeżyło ciąży lub porodu albo zmarło wkrótce po urodzeniu
- ✓ matką wychowującą dziecko niepełnosprawne
- ✓ lub członkiem jej rodziny

### Masz prawo do:

- ✓ pomocy i wsparcia asystenta rodziny

- ✓ łatwiejszego dostępu do świadczeń opieki zdrowotnej
- ✓ pełnej informacji dotyczącej świadczeń medycznych i rehabilitacyjnych
- ✓ pomocy prawnej i psychologicznej
- ✓ wsparcia finansowego, w tym jednorazowego świadczenia 4000 zł (w przypadku urodzenia dziecka z ciężkim i nieodwracalnym upośledzeniem albo nieuleczalną chorobą zagrażającą jego życiu)
- ✓ oraz innych usług w zakresie kompleksowego wsparcia

#### **I. NUMERY ALARMOWE:**

999- pogotowie ratunkowe

998- straż pożarna

997- posterunek policji

800-120-002- niebieska linia- ogólnopolski telefon dla ofiar przemocy w rodzinie

## II. POMOC SOCJALNA:

	<b>Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Pieckach</b>	<b>Ul. Zwycięstwa 35/2</b>	<b>89 741-38-90</b>
<b>1</b>	<b>Świadczenia:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zasiłek rodzinny oraz dodatki do zasiłku rodzinnego</li> <li>- świadczenia wychowawcze „Program Rodzina 500+”</li> <li>- świadczenia opiekuńcze</li> <li>- zapomoga z tytułu urodzenia się dziecka</li> <li>- świadczenia z pomocy społecznej</li> <li>- świadczenia z funduszu alimentacyjnego</li> </ul>		89 742-22-78 89 742-22-78 89 742-22-78 89 742-22-78 89 613-26-02 89 613-26-01
<b>2</b>	<b>Usługi opiekuńcze</b>		89 742-11-26
<b>3</b>	<b>Asystenci rodzin</b>		665 769 888, 665 621 888
<b>4</b>	<b>Pracownicy socjalni</b>		89 742-22-76, 89 613-26-02
<b>5</b>	<b>Karta Dużej Rodziny</b>		89 613-26-03
<b>6</b>	<b>Punkt Konsultacyjno- Informacyjny-</b> poradnictwo specjalistyczne: <ul style="list-style-type: none"> <li>- psycholog</li> <li>- radca prawny</li> <li>- mediator rodzinny</li> </ul>		89 613-26-03
<b>7</b>	<b>Klub Integracji Społecznej-</b> aktywizacja społeczna i zawodowa osób bezrobotnych, integracja społeczna		89 613-26-03
<b>8</b>	<b>Grupa samopomocowa-</b> grupa AA „Nadzieja”, AI- anon i inne		89 613-26-03
<b>9</b>	<b>Grupa Zabawowa</b> dla dzieci w wieku 0-3 lat- bezpłatne zajęcia i zabawy dla dzieci i rodziców. Zajęcia organizowane są w Przedszkolu Samorządowym „Słoneczny Zakątek” w Pieckach.		89 613-26-03
<b>10</b>	<b>Placówki wsparcia dziennego</b> działające w formie opiekuńczej: świetlice, koła zainteresowań, praca podwórkowa	Więcej informacji w załączniku nr 1	89 742-22-76

### III. OPIEKA ZDROWOTNA

L.P.	NAZWA INSTYTUCJI	ADRES	TELEFON
1	Przychodnia lekarska SANUS - lekarz rodzinny - stomatolog	Ul. Zwycięstwa 18a Piecki	89 742-10-11
2	Przychodnia zdrowia „TROSKA” M. Paprocha, A. Paprocha	Ul. Zwycięstwa 21 Piecki	89 742-11-43
3	Praktyka lekarza rodzinnego Zygmunt Ziemia	Ul. Zwycięstwa 21 Piecki	89 742-11-43
4	Pielęgniarki środowiskowe	Ul. Zwycięstwa 18a Piecki - zabiegi lecznicze na zlecenie lekarza - porady dietetyczne - promocja zdrowia - pielęgnacja obłożnie chorych	89 672-51-97 Zalewska Barbara- 605 215 146 Nadolna Elżbieta- 605 215 147 Niedźwiecka Bogumiła- 605 215 148
5	Gabinet masażu i fizjoterapii Ł. Żemejko „Xenium Alfa”	Ul. Zwycięstwa 18a Piecki	506 133 796
	Powiatowy szpital im. M. Kajki w Mrągowie	Ul. Wolności 12	89 741-94-00

### IV. OFERTA KULTURALNO- OŚWIATOWA

1. Gminny Ośrodek Kultury Sportu i Rekreacji „PEGAZ” Piecki, ul. Zwycięstwa 6, tel. 89 742 22 71

Oferta zajęć dla dzieci i młodzieży:

L.P.	ZAJĘCIA	DZIEŃ	GODZINA
1	Bajko- baśnie- zajęcia dla dzieci 3-12 lat	poniedziałek	17.00-19.00

2	Zajęcia animacyjne dla dzieci i młodzieży	środa	17.00-19.00
3	Zajęcia czytelnicze	wtorek	13.00-14.00
4	Zajęcia artystyczne dla dzieci 6-10 lat	czwartek	13.30-15.30
5	Zajęcia instrumentalno- wokalne	Poniedziałek- piątek	14.00-18.00
6	Taniec współczesny	środa	14.00-16.00
		sobota	12.00-14.00

- |    |  |                   |                           |
|----|--|-------------------|---------------------------|
| 2. | Zespół Szkół w Pieckach  | Ul. Zwycięstwa 23 | 89 742-10-12              |
|    | - Świetlica szkolna 7.00-9.00 oraz 11.50-15.30   |                   |                           |
|    | - dyżur psychologa z Punktu Konsultacyjno- Informacyjnego GOPS wtorek 13.00-15.00        |                   |                           |
| 3. | Szkoła Podstawowa w Nawiadach  | Nawiady 31        | 89 742-00-55              |
|    | - dyżur psychologa z Punktu Konsultacyjno- Informacyjnego GOPS piątek 12.30-15.30        |                   |                           |
| 4. | Szkoła Podstawowa w Krutyńi  | Krutyń 23         | 89 742-13-61              |
| 5. | Szkoła Podstawowa w Dłużcu   | Dłużec 17         | 89 742-10-99              |
| 6. | Przedszkole Samorządowe Słoneczny Zakątek  | Os. Lawendowe 18  | 89 742-10-34, 500-283-170 |
|    | - Świetlica Środowiskowa dla dzieci w wieku 3-8 lat- wtorki i czwartki godz. 17.00-19.00 |                   |                           |
|    | - Grupa Zabawowa organizowana przez GOPS Piecki dla dzieci w wieku 0-3 lata-             |                   | 89 741-38-90              |
|    | wtorki, godz.16.00-18.00   |                   |                           |

**V. WAŻNE TELEFONY:**

1	Posterunek Policji w Pieckach	Ul. Zwycięstwa 4	89 742-16-84
2	Urząd Gminy w Pieckach	89 742-10-11	89 742-20-29
3	Środowiskowy Dom Samopomocy w Pieckach - Warsztaty Terapii Zajęciowej	Ul. Zwycięstwa 20/4	89 741 09 99
4	Parafia pw. Matki Bożej Różańcowej - Parafialny Zespół Caritas w Pieckach	Ul. Zwycięstwa 16	89 742-11-46 602 622 452

**VI. OPIEKA MEDYCZNA NA TERENIE POWIATU I WOJEWÓDZTWA- poradnictwo i pomoc specjalistyczna**

L.P	REJON	NAZWA INSTYTUCJI	ADRES	TELEFON
1	MRĄGOWO	<ul style="list-style-type: none"><li>Przychodnia lekarska Grunwaldzka</li><li>Przychodnia Specjalistyczna</li></ul>	Ul. Grunwaldzka 1 Ul. Królewiecka 58	89 741-74-20 89 741-02-52
		psychiatra		89 741-02-50; 741 02-67
		laryngolog		89 741-02-62
		endokrynolog		89 741-02-57
		okulista		89 741-02-50
		nefrolog		89 741-93-90
		chirurg		89 741-02-50
		ginekolog		89 741-02-59
		stomatolog		664-273-010

		dermatolog		89 741-02-56
		Poradnia zaopatrzenia ortopedycznego		89 741-02-66
		Poradnia leczenia uzależnień		89 741-02-50
		Terapeuta ds. uzależnień Agnieszka Sosnowska-Krzynówek		607 651 926
	<b>Poradnia Mazur Med</b> <b>Os. Mazurskie 33a</b> <b>Mragowo</b>	<b>Lekarze specjaliści</b>	<b>Telefon</b>	
		urolog	89 741-74-10	
		alergolog		
		onkolog		
		USG		
	<b>Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Mragowie</b> <b>Ul. Warszawska 53</b>	Psycholog- Bożena Alicka - Katarzyna Wiszniewska - Iwona Jończyk - Ewa Bartyzel	89 741-29-63	- opieka psychologiczna i pedagogiczna - profilaktyka trudności i niepowodzeń szkolnych - doradztwo zawodowe - opieka logopedyczna  Więcej informacji na stronie <a href="http://www.poradnia-mragowo.pl">www.poradnia-mragowo.pl</a>
		Pedagog-Barbara Nowińska- Zera - Krystyna Leśniak - Ewa Baczewska - Anna Sienkiewicz		
		Logopeda- Marta Wywigacz - Marta Kulbacka		
	<b>Powiatowy szpital</b>	kardiolog		89 741-94-54



	im. M. Kajki w Mrągowie	diabetolog		89 741-94-54	
		rehabilitacja		89 741-94-67; 741-94-69	
	Hospicjum Domowe im. Św. Wojciecha ul. Królewiecka 32 W Mrągowie	Opieka paliatywna		665-023-397	
2		BISKUPIEC	ortodonta	ul. Moniuszki 3	89 715-49-64
	Szpital Powiatowy im. J. Mikulicza w Biskupcu ul. Armii Krajowej 8		89 715-17-91 89 715-63-02		
3	OLSZTYN	Wojewódzki Szpital Specjalistyczny		89 53-86-532	Badania prenatalne
		Ul. Żołnierska 18		89 53-86-356	
		Wojewódzki Szpital Specjalistyczny Dziecięcý ul. Żołnierska 18a		89 539-33-05 89 539 32 00	
		Poliklinika MSWiA: Aleja Wojska Polskiego 37		89 539-84-28 89 539-82-45	
		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie ul. Warszawska 30		89 524-53-50 89 524-53-95- poradnie specjalistyczne	
4	GIŻYCKO	Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnienia od alkoholu ul. Warszawska 41a		87 428-40-30	

VII. PLACÓWKI WSPARCIA DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

**Baza placówek, instytucji, ośrodków wsparcia i organizacji pozarządowych zajmujących się pomocą i rehabilitacją osób niepełnosprawnych w powiecie mrągowskim**

Lp.	Nazwa placówki/instytucji/ośrodka	Adres	Telefon, faks
1	Ośrodek Rehabilitacyjno – Edukacyjno – Wychowawczy OREW Ośrodek dziennego pobytu dla osób z niepełnosprawnością intelektualną, ruchową, słabowidzących, słabosłyszących i autystów w wieku 3-25 lat - realizacja obowiązku szkolnego - wczesne wspomaganie rozwoju - rehabilitacja - integracja sensoryczna - terapia: psychologiczna, logopedyczna, zajęciowa - Sala Doświadczania Świata	ul. Kolejowa 13 11-731 Mikołajki	tel. (087)421-99-81 faks (087) 421-99-80
2	Warsztaty Terapii Zajęciowej- prowadzone przez Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym	ul. Kolejowa 13 11-731 Mikołajki	tel. (087)421-50-75 faks (087) 421-99-80
3	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie  - Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Stopniu Niepełnosprawności  - Stanowisko ds. rehabilitacji społecznej i zawodowej osób niepełnosprawnych	11-700 Mrągowo ul. Warszawska 53	tel. (089) 743-33-60  faks. (089) 743-33-70  tel.(089) 743- 33-63  tel. (089)743- 33-67
4	Zespół Szkół Specjalnych w Mrągowie	11-700 Mrągowo ul. Królewiecka 42	tel. (089) 741 20 – 24
5	Warsztaty Terapii Zajęciowej prowadzone przez Fundację „ELF”	Ul. Olsztyńska 16 11-700 Mrągowo	tel. 724 860 777 <a href="http://www.fundacjaelf.pl">www.fundacjaelf.pl</a>

6	Ewangelicki Dom Opieki „Arka”, przy placówce działa Środowiskowy Dom Samopomocy	Pl. Kościelny 5a 11-730 Mikołajki	tel. (087)421-68-11 Faks (087) 421-66-64
7	Dom Pomocy Społecznej dla Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnych w Mrągowie	ul. Młodkowskiego 19 11-700 Mrągowo	tel. (089)741-60-66 fax. (089) 741-26-06
8	Środowiskowy Dom Samopomocy w Mrągowie	11-700 Mrągowo ul. Królewiecka 34	tel. (089)741 -22-12
9	Środowiskowy Dom Samopomocy w Pieckach	Ul. Zwycięstwa 20/4 11-710 Piecki	Tel. (89) 741 09 99
10	Hospicjum Domowe im. Św. Wojciecha	ul. Wyspiańskiego 1 Dni i godziny funkcjonowania: poniedziałek w godz. 10.00-11.00 (Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej); czwartek w godz. 10.00-12.00 (Dom Parafialny przy ul. Królewieckiej 32)	0-665 023 397
11	Polski Czerwony Krzyż – Zarząd Rejonowy	ul. Królewiecka 34 11-700 Mrągowo	tel. (089)741-72-01
12	Polski Związek Niewidomych –Koło Terenowe	ul. Wyspiańskiego 1 11-700 Mrągowo (budynek MOPS)	tel. (089)741-34-42  tel. (089) 741-37-32
13	Polskie Stowarzyszenie Diabetyków – Zarząd Powiatowy	ul . Warszawska 53 ( budynek PCPR) tylko w piątki w godz. 13-15	tel. 0 504006192
14	Stacja Pomocy Brata Gerarda	Przy parafii Św. Wojciecha ul. Królewiecka 32 11-700 Mrągowo	897413020 ( wtorki i czwartki w godz.: 16.00 – 18.00 )
15	Stacja Diakonijna przy Parafii Ewangelicko - Augsburskiej	11-731 Sorkwity, ul. Plażowa 3	tel. (0-89) 742-81-78
16	Stowarzyszenie na Rzecz Pomocy Rodzinie i Poradnictwa Specjalistycznego „SYNAPSA”	11-700 Mrągowo os. Mazurskie 37/2	tel.(089) 741-20-20 692 894 540
17	Stowarzyszenie Wielokierunkowej Pomocy „REMEDIUM”	11-700 Mrągowo Królewiecka 34	tel. 0-602 328 323, 0-512 386 712

18	Stowarzyszenie Przyjaciół Osób Niepełnosprawnych, Chorych „Amicus”	11-700 Mrągowo Młodkowskiego 19	tel. 089 741-26-06
19	Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów – Koło w Mrągowie	11-700 Mrągowo ul. Warszawska 26 (siedziba w CKiT)	tel. (089)741-34-61
20	Projekt DAJEMY SIŁĘ- bezpłatne porady psychologiczne dla rodziców osób z autyzmem, zespołem Aspergera, niepełnosprawnością- projekt finansowany ze środków Wojewody Warmińsko- Mazurskiego	Olsztyn, ul. Górna 9/5	605-160-004 www.ftnt.pl

### VIII. WYKAZ INSTYTUCJI I PLACÓWEK ŚWIADCZĄCYCH POMOC RODZINIE NA TERENIE POWIATU MRĄGOWSKIEGO ORAZ WOJEWÓDZTWA

L.p.	Wyszczególnienie	Adres	Telefon	Forma pomocy
I.	<b>PLACÓWKI OPIEKUŃCZO-WYCHOWAWCZE SOCJALIZACYJNE</b>	<p>Domy dla Dzieci Towarzystwa „Nasz Dom” Biuro ul. Mrongowiusza 65B, 11-700 Mrągowo e-mail: <a href="mailto:biurodomydladzieci@op.pl">biurodomydladzieci@op.pl</a></p> <p>w/w placówka funkcjonuje w formie tzw. 3 samodzielnych grup mieszkaniowych (całodobowa opieka wychowawców)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Warszawska 53</li> <li>➤ Warszawska 8</li> <li>➤ Spacerowa 3a</li> </ul>	<p>(89) 741 24 22</p> <p>(89) 741 2231 (89) 750 5050 (89) 741 3812</p>	Placówka opiekuńczo – wychowawcza typu socjalizacyjnego, zapewniająca dziecku całodobową, ciągłą opiekę i wychowanie, oraz zaspokajanie jego potrzeb bytowych, rozwojowych, emocjonalnych, społecznych, religijnych.
II.	<b>ZAWODOWA RODZINA ZASTĘPCZA O CHARAKTERZE POGOTOWIA RODZINNEGO W PIEKACH</b>	Dariusz i Adrianna Podolak ul. Wolności 14 11-710 Piecki	691 272 006	

<b>III.</b>	<b>POMOC W ZAKRESIE INTERWENCJI KRYZYSOWEJ</b>	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Mrągowie ul. Warszawska 53 11-700 Mrągowo e-mail: <a href="mailto:pcpr@powiat.mragowo.pl">pcpr@powiat.mragowo.pl</a>	( 89) 743 33 60 fax (89) 743 33 70	Punkt Interwencji Kryzysowej ( brak bazy lokalowej na usługi hostelowe) punkt oferuje: -usługi doradcze, interwencyjne ( diagnoza kryzysu), prawne, psychologiczne.
		ul. Kolejowa 7 11-730 Mikołajki przy Urzędzie Miasta i Gminy	(87) 42190 64	
		ul. Królewiecka 34 11-700 Mrągowo	(89) 741 21 82	
		ul. Wojska Polskiego 5A 11-700 Mrągowo	(89) 741 33 07	
		Ul. Zwycięstwa 35/2 11-710 Piecki	89 741 38 90	
	ul Olsztyńska 16 A 11-731 Sorkwity	( 89) 742 85 38		Poradnictwo specjalistyczne w tym:  -porady psychologiczne, - prawne, - mediacje rodzinne - terapia
<b>IV.</b>	<b>PLACÓWKI PORADNICTWA SPECJALISTYCZNEGO, W TYM RODZINNEGO</b>	Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna ul. Warszawska 53 11-700 Mrągowo  Więcej informacji w załączniku nr 2	(89) 741 29 43	Formy pomocy: psychologiczno – pedagogiczna, logopedyczna, wydawanie wniosków (na prośbę rodziców) dzieciom i młodzieży z problemami rozwojowymi i zdrowotnymi orzeczeń o potrzebie kształcenia specjalnego
		Rodzinny Ośrodek Diagnostyczno – Konsultacyjny ul. M.C. Skłodowskiej 1a 11-700 Mrągowo	(89) 741 21-43	Ośrodek podejmuje działania na zlecenie Sądu: przeprowadza badania psychologiczne, pedagogiczne, diagnozy, wydaje opinie na zlecenie sądu w sprawach nieletnich, opiekuńczych i rozwodowych
		Katolicka Poradnia Rodzinna ul. Królewiecka 32 11-700 Mrągowo	(89) 741-21-66	przedmałżeńskie, małżeńskie doradztwo w zakresie NPR i komunikacji międzyosobowej

		Poradnia Rodzinna Parafia Rzymskokatolicka p.w. Matki Bożej Saletyńskiej ul. Słoneczna 1 B 11-700 Mrągowo	(89) 741 40 41	przedmałżeńskie, małżeńskie doradztwo w zakresie NPR i komunikacji międzyosobowej
V.	<b>PORADNIA UZALEŻNIEŃ – DOT. ALKOHOLU</b>	Poradnia Odwykowa ul. Królewiecka 58 11-700 Mrągowo	(89) 741 02 50	lecznictwo specjalistyczne, poradnictwo psychologiczne, profilaktyka uzależnień, detoksykacja.
VI.	<b>PUNKT KONSULTACYJNY DLA OSÓB I RODZIN DOTKNIĘTYCH PROBLEMEM ALKOHOLOWYM</b>	11-710 Piecki Ul. Zwycięstwa 35/2 przy GOPS	(89) 613 26 03	motywacja do podjęcia terapii pomoc psychologiczna pomoc prawna, mediacja rodzinna i poradnictwo
		ul. Wojska Polskiego 5A 11-700 Mrągowo przy GOPS	(89) 741 83 92	
VII.	<b>GRUPY SAMOPOMOCOWE</b>	Grupa AA „Arka” – parafia Bł. H. Kozmińskiego Ul. Olsztyńska 16 11-700 Mrągowo	(89) 741 30-20	Grupy wsparcia, spotkania , mityngi.
		Grupa Al.-Anon „Poziomka” - grupa dla kobiet – parafia M. B. Saletyńskiej Ul. Słoneczna 1b 11-00 Mrągowo		
		Grupa AA „Iskra” – parafia Św. Wojciecha Ul. Królewiecka 32	(89) 741 21-66	

		Grupa AA (kobieca) „Marina” przy parafii Św. Wojciecha Ul. Królewiecka 32 11-700 Mrągowo	(89) 741 21-66	
		Grupa AA- „Nadzieja” GOPS Piecki	(89) 741 38 90	
<b>VIII.</b>	<b>WSPARCIE DLA OSÓB I RODZIN DOTKNIĘTYCH PROBLEMEM NARKOMANII</b>	Punkt Informacyjno- Konsultacyjny przy Burmistrzu miasta Mrągowo ul. Królewiecka 34 Środowiskowy Dom Samopomocy	(89) 74121 82	Dyżur konsultacyjny w zakresie problematyki narkomanii
<b>IX.</b>	<b>WSPARCIE DLA KOBIET WCIĄŻY</b> Program „Szkoły Rodzenia” przy Szpitalu Powiatowym w Mrągowie  Program „Szkoły Rodzenia” przy przedszkolu w Pieckach	ul. Wolności 3 11-700 Mrągowo  os. Lawendowe 18 11-710 Piecki	centrala szpitala (89) 741 94 00 lub 741 94 19 741 94 06  (89) 741 38 90 665621888	poniedziałki czwartki w godz. 17.00 – 19.00 zajęcia dotyczące świadomego macierzyństwa, ćwiczenia, przygotowanie do porodu, opieki i pielęgnacji noworodka
<b>X.</b>	<b>INNE</b>	Hospicjum Domowe im. Św. Wojciecha ul. Wyspiańskiego 1 11-700 Mrągowo Hospicjum Domowe ul. Królewiecka 58 11-700 Mrągowo	(89) 74134 42  (89) 741 06 61	opieka wolontariuszy nad chorym w domu oraz jego rodziną  świadczenie usług pielęgniarских i lekarskich
		Pielęgniarki środowiskowe „Vena”	(89) 741 02 68	usługi pielęgniarские
		Poradnia Zdrowia Psychicznego ul. Królewiecka 58 11-700 Mrągowo Poradnia Opieki Paliatywnej Leczenia Bólu	(89) 741 02 67	lekarska opieka psychiatryczna  opieka medyczna

		Stacja Diakonijna Parafii Ewangelicko – Augsburgska ul. Plażowa 3 11-731 Sorkwity	(89) 741 8178	wypożyczalnia sprzętu ortopedycznego
		Stowarzyszenie na Rzecz Pomocy Rodzinie „SYNAPSA” Ośrodek mediacji przy Stowarzyszeniu „SYNAPSA” Ul. Wojska Polskiego 22/2 11-700 Mrągowo	(89)741 20 20	Poradnictwo rodzinne Mediacje rodzinne, cywilne, karne. Podejmowanie działań na rzecz dobra dziecka i rodziny
		Stowarzyszenie Wielokierunkowej Pomocy „REMEDIUM” 11-700 Mrągowo ul. Królewiecka 34 remedium.mragowo@op.pl	tel. grzech. ( 89) 741 22-12 Środowiskowy Dom Samopomocy	Lokalny system pomocy psychokorekcyjnej osobom dotkniętym problemem uzależnień. Psycholog, prawnik, grupy wsparcia dla osób uzależnionych i współuzależnionych DDA
<b>XI.</b>	<b>Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie</b>	Ul. Bałtycka 37a 10-144 Olsztyn	Tel. 89 527 57 11	Działania ośrodka służą bezpieczeństwu i ochronie, a także czasowej izolacji od źródeł kryzysu oraz skutecznej i intensywnej pomocy interwencyjnej
<b>XII.</b>	<b>Ośrodek interwencji Kryzysowej dla Kobiet i Dzieci Ofiar Przemocy w Rodzinie- Caritas Archidiecezji Warmińskiej</b>	Ul. Grunwaldzka 45 10-125 Olsztyn	Tel. 89 535 01 66	Pomoc udzielana jest w przypadku: - konfliktów rodzinnych - przemocy domowej - agresji - przemocy seksualnej - wykorzystywania seksualnego dzieci

## IX. ZAJĘCIA POZASZKOLNE DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

**Młodzieżowy Dom Kultury Mrągowo, ul. Kopernika 2c, tel. 89 741 25 32**

ROZKŁAD ZAJĘĆ POZASZKOLNYCH W MDK NA ROK SZKOLNY 2017/18- w załączniku nr 3



Centrum Kultury i Turystyki Mrągowo, ul. Warszawska 26, tel. 89 743 34 50

Rozkład zajęć w CKiT na rok szkolny 2017/2018 w załączniku nr 4

## Oferta partnerów Mrągowskiej Rodziny Trzy Plus

Nazwa podmiotu	Oferta
<b>Centrum Kultury i Turystyki</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• zniżki w postaci 20 % upustu dla posiadaczy karty przy zakupie biletów na imprezy, których wyłącznym i głównym organizatorem jest CKiT ( w tym: koncerty, spektakle, pokazy) w miejscach organizacji imprez, tj. Centrum Kultury i Turystyki w Mrągowie oraz w amfiteatrze nad jez. Czos.</li><li>• bilety ulgowe na filmy 2 D w kwocie 10 zł oraz filmy 3 D w kwocie 12 zł.</li></ul>
<b>Sala zabaw „Stokropek” w Mrągowie, ul. Wojska Polskiego 4B</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 30 % zniżki na pobyt w sali zabaw dla każdego z dzieci w rodzinie trzy plus,</li><li>• 30 % zniżki za organizację imprezy urodzinowej w sali zabaw,</li><li>• 30 % zniżki na uczestnictwo w zajęciach artystycznych dla każdego z dzieci rodziny trzy plus,</li><li>• 30 % zniżki na imprezy i bale okolicznościowe organizowane w sali zabaw dla każdego z dzieci rodzin trzy plus.</li></ul>
<b>Car4parts –Części samochodowe ul. Olsztyńska 22</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 30% zniżki na cały asortyment</li><li>• 20% zniżki na usługi mechaniczne</li></ul>
<b>Klub Kasyno W. D. Piórkowska ul. Wojska Polskiego 6A</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 20% na całe menu restauracji</li></ul>
<b>Alicja Jakubiak ul. Królewiecka 51A/9</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 20 % zniżki na zajęcia ZUMBA KIDS dla dzieci</li><li>• 10% zniżki na zajęcia ZUMBA FITNESS dla osób dorosłych</li></ul>
<b>Sklep odzieżowy „Wrzos” ul. Warszawska 16A</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 20% zniżki na zakup całego asortymentu</li></ul>

<b>Klub Sportowy HUSARIA Mrągowo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• darmowy wstęp na zajęcia BJJ (brazylijskiego jiu-jitsu) - grupa otwarta,</li> <li>• darmowe korzystanie z siłowni, maty, sprzętu do fitness oraz maty w soboty i niedzielę w określonych na naszym fanpage'u godzinach,</li> <li>• nieodpłatne porady dotyczące żywienia dla osób, które zdecydują się na udział w zajęciach,</li> </ul>
<b>Muzeum Sprzętu Wojskowego w Mrągowie ul. Przemysłowa 11C</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wstęp gratis dla dzieci poniżej 10 roku życia</li> <li>• bilety ulgowe dla wszystkich członków rodziny powyżej 10 roku życia</li> </ul>
<b>AUTO NAPRAWA Sławomir Trzeciakiewicz ul. Przemysłowa 11C</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rabat w wysokości 15% na robociznę w warsztacie</li> <li>• rabat w wysokości 10% na obsługę klimatyzacji</li> </ul>
<b>Centrum Budowlane Mrągowo Sp. z o.o. (Mrówka)  ul. Olsztyńska 11</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10% zniżki na zakupy w markecie „Mrówka” (zniżka nie obejmuje promocji)</li> </ul>
<b>Fight Club Mrągowo  ul. Piaskowa 4 A</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• darmowe zajęcia dla dzieci (grupy 10-12 osób)</li> <li>• 50 % zniżki na treningi dla osób dorosłych</li> <li>• 20% zniżki na treningi indywidualne</li> <li>• pomoc w doborze sprzętu</li> <li>• porady dietetyka i ustalenie odpowiedniej diety</li> </ul>
<b>Stowarzyszenie KALINIAK TEAM MRĄGOWO  ul. Bohaterów Warszawy 21</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• darmowe zajęcia dla dzieci (7-12 lat) i młodzieży (13-17 lat), w tym udostępnienie sprzętu sportowego</li> <li>• 20 % zniżki dla kobiet i mężczyzn na zajęcia CROSS TRAINING,</li> <li>• 50 % zniżki na zajęcia sztuk walki.</li> </ul>
<b>Mrągowskie Stowarzyszenie Aikido i Samoobrony</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• obniżenie składki dla uczestników zajęć posiadających kartę do 50 zł</li> </ul>
<b>Przedsiębiorstwo Handlowo – Usługowe „Panda” ul. Moniuszki</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• od 5% do 15 % (nie obejmuje promocji, przecen i usług)</li> </ul>

56, ul. Moniuszki 42	
"Dobry Smak", Marzena Olejniczak, ul. Wolności 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10% zniżki na obiady lub zestaw obiadowy z dowozem do domu od poniedziałku do piątku w godz. 9.00 - 17.00</li> </ul>
Bit Komputer s.j. Iwona Lisowska Krzysztof Płudowski ul. M.C.Skłodowskiej 1B	<ul style="list-style-type: none"> <li>• - 15 % na serwis sprzętu komputerowego</li> <li>• - 5 % na asortyment</li> </ul>
WNM Group Sp. z o.o. Sprzedaż internetowa poprzez stronę <a href="http://www.wnm-group.pl">www.wnm-group.pl</a>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• - 5 % na cały asortyment (meble, dywany, materace)</li> </ul>
Ośrodek Szkolenia Kierowców „Dwójka” Natalia Żyrkowska Ul. Królewiecka 17	<ul style="list-style-type: none"> <li>• -10% na kurs prawa jazdy kategorii B</li> <li>• gratis w postaci materiałów dydaktycznych</li> </ul>

Więcej informacji na stronie: [www.rodzina.gov.pl](http://www.rodzina.gov.pl)

## Załącznik nr 1

### Harmonogram zajęć w Placówkach Wsparcia Dziennego w Gminie Piecki prowadzonych przez Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Pieckach na rok 2017/2018

#### 1. Świetlica opiekuńcza „Mrowisko” przy Szkole Podstawowej w Nawiadach

Dzień tygodnia	Godziny	Rodzaj zajęć	Sala
Poniedziałek	12.30- 13.30	Zajęcia profilaktyczne, korekcyjno- kompensacyjne	Duża sala
	13.30- 15.30	Zajęcia harcerskie	Mała sala
	12.30- 16.00	Zajęcia opiekuńczo- wychowawcze	Mała sala
Wtorek	12.30-16.00	Zajęcia opiekuńczo- wychowawcze, zajęcia artystyczne Nauka gry na gitarze	Duża sala
	13.30- 14.30	Zajęcia profilaktyczne, korekcyjno- kompensacyjne	Duża sala
Środa	12.30- 16.00	Spotkania z ciekawymi ludźmi, zajęcia kulinarne i z tematyki zdrowia, pomoc w nauce	Mała sala/stołówka
Czwartek	12.30- 13.30	Zajęcia profilaktyczne, korekcyjno- kompensacyjne	Duża sala
	12.30- 16.00	Zajęcia opiekuńczo- wychowawcze, zajęcia sportowe	Mała sala/hala sportowa
Piątek	12.30- 13.30	Zajęcia Gromady Zuchowej	Duża sala
	12.30- 16.00	Zajęcia opiekuńczo- wychowawcze Rozwój zainteresowań	Mała sala

Codziennie dzieci mają możliwość korzystania z dożywiania oraz pomocy w nauce.

#### 2. Kółka zainteresowań w świetlicach wiejskich prowadzone w ramach placówki wsparcia dziennego GOPS Piecki.

<b>Miejscowość</b>	<b>Dzień tygodnia</b>	<b>Godziny</b>	<b>Rodzaj zajęć</b>	<b>Miejsce</b>
<b>Brejdyny</b>	wtorek	14.00-16.00	Zajęcia opiekuńcze i animacyjne, rozwój zainteresowań-koło teatralne	Świetlica wiejska
<b>Lipowo</b>	wtorek czwartek	16.00-18.00	Zajęcia opiekuńcze i animacyjne, rozwój zainteresowań-koło ekologiczno- przyrodnicze	Świetlica wiejska
<b>Głogno</b>	piątek	16.00- 18.00	Zajęcia opiekuńcze i animacyjne, rozwój zainteresowań-rękodzieło	Świetlica wiejska

### 3. Klubik profilaktyczny dla dzieci i młodzieży „Pomocna Dłoń”

<b>Miejscowość</b>	<b>Dzień tygodnia</b>	<b>Godziny</b>	<b>Rodzaj zajęć</b>	<b>Miejsce</b>
<b>Piecki</b>	wtorek	14.00- 15.30	Kółko zainteresowań dla dzieci „Gram sam”	Świetlica KIS w GOPS Piecki
<b>Piecki</b>	Piątek	13.00-15.00	Kółko zainteresowań dla dzieci „Zrób to sam”	Świetlica KIS w GOPS Piecki
<b>Piecki</b>	Piątek	15.00- 16.00	wolontariat	Świetlica KIS w GOPS Piecki

Zajęcia w/w organizowane są przez Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Pieckach, finansowane w ramach Gminnego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w 2017.

Więcej informacji dostępnych jest na stronie [www.gopspiecki.strefa.pl](http://www.gopspiecki.strefa.pl)

## Załącznik nr 2

### Godziny pracy pracowników pedagogicznych zatrudnionych w Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej w Mrągowie w roku szkolnym 2017/2018

<b>IMIĘ I NAZWISKO</b>	<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>	<b>PIĄTEK</b>
mgr Bożena Alicka psycholog	14.00-17.00	8.00-12.00	8.00-12.00	12.30-15.30	8.00-14.00
mgr Krystyna Leśniak pedagog	13.00-15.00	8.00-12.00	8.00-12.00	8.00-13.00	8.00-13.00
mgr Iwona Jończyk psycholog	14.00-17.00	8.00-12.00	8.00-12.00	8.00-14.00	14.00-17.00
mgr Ewa Baczewska pedagog	8.00-13.30	8.00-12.00	8.00-13.30	13.30-15.30	8.00-11.00
mgr Ewa Bartyzel psycholog	8.00-13.30	8.00-12.00	8.00-13.30	14.00-17.00	14.00-16.00
mgr Katarzyna Wiszniewska psycholog	13.30-16.30	8.00-12.00	14.30-16.30	8.00-13.30	8.00-13.30
mgr Anna Sienikiewicz pedagog	12.00-15.00	8.00-12.00	14.00-16.00	8.00-13.30	8.00-13.30
mgr Marta Wywigacz logopeda	14.00-18.00	8.00-12.00 praca w terenie	8.00-12.00	13.00-17.00	8.00-12.00
mgr Marta Kulbacka logopeda	8.00-12.00	13.00-17.00	14.00-18.00	8.00-12.00	13.00-17.00

### Załącznik nr 3

<b>ROZKŁAD ZAJĘĆ</b>	<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>	<b>PIĄTEK</b>	<b>SOBOTA</b>
<b>GRUPY TANECZNE HIP HOP</b>	-	14.30-16.00 SMYKI 16.15-17.45 NTP CREW P. EWA GNOZA	15.30- 17.00 ZAJĘCIA UMUZYKALNIAJĄCE GRUPA HIP HOP KIDS P. AGATA GOSZCZYŃSKA	14.30-16.00 SMYKI 16.05- 17.35 NTP KIDS P. EWA GNOZA	15.00- 16.30 NTP KIDS P. EWA GNOZA	11.30- 13.00 NTP CREW P. EWA GNOZA
<b>Zajęcia plastyczne P. Hanna Mrzygłód</b>	13.00 – 15.15 15.20 – 16.50	16.00-18.25	15.15 – 16.45	14.00 – 16.15 16.20 – 17.50	13.00 – 15.15	
<b>Kreatywne Dziecko P. Barbara Dziewiałowska - Gintowt</b>	-	13.30 – 15.45	13.30 – 15.00	-	15.30 – 17.00	
<b>Mały Einstein P. Karolina Kodz- Wichowska</b>			15.30 – 17.00 17.00 – 18.00		15.30 - 17.00	
<b>Tenis stołowy Sala – ul. Bohaterów Warszawy P. Tadeusz Mierzejewski Krzysztof Pawłowski</b>	16.00- 18.15	16.00- 18.15	16.00- 18.15	16.00- 18.15	16.00- 18.15	
<b>Akademia przedszkolaka</b>	10.00 -13.00	10.00 -13.00	10.00 -13.00	10.00 -13.00		
<b>Zajęcia gitarowe p. Zbigniew Krajczyński</b>		14.30.18.30	18.10-18.55	14.00-17.45	15.00 – 17.15	
<b>Zajęcia fotograficzne P. Zbigniew Krajczyński</b>	15.00-18.00					
<b>Zajęcia teatralne P. Agata Goszczyńska</b>					15.00-18.00	

## Załącznik nr 4

### MRĄGOWSKA SCENA TAŃCA WSPÓŁCZESNEGO

instruktor - Marta Szymborska /sala baletowa

grupa 7-9 lat - środa godz. 15.30-16.30 (pierwsze spotkanie - 27 września),

grupa 10-13 lat – poniedziałek godz. 15.30-16.30, czwartek godz. 15.00-16.00 (pierwsze spotkanie - 25 września),

grupa zaawansowana powyżej 14 lat - poniedziałek, środa godz. 16.30-18.00 (od 18 września)

### BREAKING MRĄGOWO (od października)

instruktor - Robert Grynis / sala baletowa

grupa dziecięca - piątek 17.00

grupa młodzieżowa - środa, piątek godz. 18.00

### TEATR ŚWIATŁA (pierwsze spotkanie - 26 września)

instruktor - Justyna Zapała / sala widowiskowa

wtorek godz. 16.00-18.00 (młodzież)

### TEATR INSANIA (od października)

instruktor - Paweł Kisiel / sala widowiskowa lub teatralna

sobota godz. 10.00 - 14.00 (młodzież)

### PRACOWNIA MALARSTWA (od października)

instruktor - Dorota Kruszewska / sala plastyczna / opłata - 50 zł miesięcznie

poniedziałek godz. 17.00 - 20.00 (młodzież, dorośli)

### PRACOWNIA WITRAŻU (od października)

instruktor - Dorota Kruszewska / sala plastyczna / opłata - 60 zł miesięcznie

środa godz. 17.00 - 21.00 (młodzież, dorośli)

### ZAJĘCIA PLASTYCZNE (od października)

instruktor - Dorota Kruszewska / sala plastyczna

czwartek godz. 16.00 - 18.00 (dzieci, młodzież)

### ORKIESTRA DĘTA MRONGOVIA (od września)

instruktor - Andrzej Regiec / sala Orbita



dzieci, młodzież, dorośli

[STUDIO WOKALNE SUKCES](#) (od września)

instruktorzy: Agata Dowhań, Mariusz Garnowski / sala teatralna i kameralna

wtorek, czwartek godz. 17.00-19.00 (dzieci, młodzież)

[CHÓR KAMERTON](#) (od października)

instruktor - Justyna Zapała / sala kameralna

poniedziałek, środa godz. 14.00 - 15.30

[PRACOWNIA MUZYCZNA](#) (od października)

zapisy i informacje - opiekun Justyna Zapała, tel. 89 743 34 65

poniedziałek - sobota godz. 14.00 - 21.00

zajęcia rekreacyjne:

[AEROBIK i BÓLE KRĘGOSŁUPA](#) (od września)

instruktor - Agnieszka Sędłak / sala baletowa / opłata - 70 zł miesięcznie

poniedziałek, czwartek godz. 19.00 - 20.00 - aerobik

poniedziałek, czwartek godz. 18.00 - 19.00 - profilaktyka bólów kręgosłupa

[PILATES](#) (od października)

instruktor - Małgorzata Duszak / sala baletowa / opłata - 60 zł miesięcznie

wtorek godz. 18.00 - 19.30