

POWIAT POLKOWICKI

OŚRODKI POMOCY SPOŁECZNEJ	
Gmina	Dane kontaktowe ośrodka
Chocianów	Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Odrodzenia 31 59-141 Chocianów tel./fax 76 818 51 51 e-mail: sekretariat@opschocianow.pl
Gaworzyce	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Dworcowa 95 59-180 Gaworzyce tel./fax 76 831 62 67 e-mail: gops@gaworzyce.com.pl
Grębocice	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Głogowska 3 59-150 Grębocice tel./fax 76 831 50 98 e-mail: ops@opsgrebocice.pl
Polkowice	Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Lipowa 2 59-100 Polkowice tel. 76 724 67 00, fax 76 724 67 03 e-mail: sekretariat@ops.polkowice.pl
Przemków	Ośrodek Pomocy Społecznej ul. 10 Lutego 7 59-170 Przemków tel./fax 76 831 92 00 e-mail: ops@przemkow.pl
Radwanice	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Przemysłowa 17 59-160 Radwanice tel./fax 76 831 13 68 e-mail: gops@gops.radwanice.pl

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA	
Dane adresowe punktu pomocy	Godziny otwarcia
ul. 3 Maja 2 59-141 Chocianów (Chocianowskie Centrum Profilaktyki)	WT, ŚR, godz. 10.00-14.00 CZW, godz. 14.00-18.00
ul. Okrężna 85 59-180 Gaworzyce (Urząd Gminy)	PN, ŚR, godz. 11.00-15.00
ul. Głogowska 3 59-150 Grębocice (Urząd Gminy)	WT, godz. 13.00-17.00 PT, godz. 12.00-16.00
ul. św. Sebastiana 1a 59-100 Polkowice (Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie)	- radca prawny udziela pomocy we wtorki - obowiązuje rejestracja telefoniczna tel. 76 729 92 24
ul. Lipowa 1	WT, godz. 09.00-11.00, 15.00-17.00

59-100 Polkowice (Ośrodek Pomocy Społecznej, pok. nr 101)	tel. 76 724 67 19 e-mail: sekretariat@ops.polkowice.pl ŚR, godz. 15.30-17.00
Plac Kościelny 2 59-100 Polkowice (Stowarzyszenie „Pro Familia”)	tel. 535 854 255 e-mail: profamilia.polkowice@interia.pl PN-PT, godz. 09.00-13.00
ul. Górna 3 59-100 Polkowice	- radca prawny udziela pomocy w czwartki - obowiązuje rejestracja telefoniczna tel. 76 729 92 24
Plac Targowy 1 59-170 Przemków (Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna)	tel. 76 831 90 19 PN, godz. 14.00-18.00 ŚR, godz. 10.00-14.00 PT, godz. 11.00-15.00
ul. Przemysłowa 17 59-160 Radwanice (Urząd Gminy)	pierwszy czwartek miesiąca, godz. 14.00-18.00

INNE PUNKTY POMOCY (wypożyczalnie sprzętu rehabilitacyjnego, punkty i ośrodki interwencji kryzysowej, punkty pomocy psychologicznej)	
Adres punktu pomocy	Dane kontaktowe
Poradnia Rodzinna Chocianowskie Centrum Profilaktyki ul. 3 Maja 2 59-141 Chocianów	WT, godz. 15.00-19.00
Punkt Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie Chocianowskie Centrum Profilaktyki ul. 3 Maja 2 59-141 Chocianów	ŚR, godz. 16.00-18.00
Wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjnego Ośrodek Pomocy Społecznej, pok. 1a ul. Lipowa 2 59-100 Polkowice	tel. 76 724 67 72 e-mail: sekretariat@ops.polkowice.pl e-mail: m.domagala@ops.polkowice.pl PN-PT, godz. 07.00-15.00
Punkt Pomocy Psychologicznej Ośrodek Pomocy Społecznej, pok. 209 ul. Lipowa 1 59-100 Polkowice	- rejestracja, tel. 76 724 67 00 e-mail: sekretariat@ops.polkowice.pl PN-PT, godz. 08.00-15.30
Ośrodek Pomocy Psychologicznej Polkowickie Centrum Usług Zdrowotnych ZOZ S.A. ul. Kardynała B. Kominka 7 59-101 Polkowice	- rejestracja, tel. 76 746 08 60; 76 746 08 63 e-mail: pcuz@pzuz.pl PN-PT, godz. 07.30-18.00
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie ul. św. Sebastiana 1a 59-100 Polkowice	- psycholog PN-ŚR, godz. 07.30-15.30 CZW-PT, godz. 09.30-17.30

	<p>- każdy 3 tydzień miesiąca w czwartek, godz. 11.30-19.30</p> <p>- obowiązuje rejestracja telefoniczna tel. 694 793 265</p>
<p>Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie ul. św. Sebastiana 1a 59-100 Polkowice</p>	<p>Ośrodek Interwencji Kryzysowej: zajmuje się pomocą doraźną (natychmiastową). Udziela wsparcia osobom pozostającym w sytuacji przemocy domowej – ofiarom przemocy lub osobom znajdującym się w innej sytuacji kryzysowej. W zależności od sytuacji i potrzeb świadczona jest pomoc:</p> <ul style="list-style-type: none"> - doradcza, - informacyjna, - psychologiczna, - terapeutyczna, - socjalna, - prawna, - lokalowa w formie Domu Interwencji Kryzysowej w Chocianowie. <p>tel. 767 299 224 telefon interwencyjny 24 h: 728 940 452 e-mail: beata.falkiewicz@pcpr.polkowice.pl</p>
<p>COR-MED NZOZ Diallo w Przemkowie – pomoc psychologiczna ul. Długa 4 59-170 Przemków</p>	<p>tel. 76 831 94 09 e-mail: corm@wp.pl godz. 07.00-15.00</p>

PLACÓWKI OPIEKI ZDROWOTNEJ	
Adres placówki	Dane kontaktowe
<p>CDT Medicus ul. 3-go Maja 2 59-140 Chocianów</p>	<p>tel. 76 819 50 57</p>
<p>CDT Medicus Trzebnice 65 59-140 Chocianów</p>	<p>tel. 76 817 40 66</p>
<p>CDT Medicus Parchów 98 59-140 Chocianów</p>	<p>tel. 76 817 11 28</p>
<p>Polkowickie Centrum Usług Zdrowotnych ZOZ S.A. ul. Kardynała B. Kominka 7 59-101 Polkowice</p>	<p>tel. 76 746 08 00 e-mail: pcuz@pzuz.pl</p>
<p>COR-MED NZOZ Diallo w Przemkowie ul. Długa 4 59-170 Przemków</p>	<p>tel. 76 831 94 09 e-mail: corm@wp.pl godz. 07.00-18.00</p>
<p>NZOZ Eskulap ul. Głogowska 43 59-160 Radwanice</p>	<p>tel. 76 831 14 71 godz. 08.00-18.00, środa 08.00-16.00</p>

ZESPÓŁ DS. ORZEKANIA O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

Polkowice	Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności ul. Św. Sebastiana 1 59-100 Polkowice tel. 76 729 92 36-39
------------------	---

ORGANY EMERYTALNO-RENTOWE		
Nazwa	Dane kontaktowe	Zakres terytorialny działania
Biuro Terenowe ZUS w Polkowicach	ul. Górna 4 59-100 Polkowice	gminy: Chocianów, Gaworzycze, Grębocice, Polkowice, Przemków, Radwanice
Placówka Terenowa KRUS w Polkowicach	ul. Kilińskiego 1 59-101 Polkowice tel. 76 845 24 71 e-mail: polkowice@krus.gov.pl	gminy: Chocianów, Gaworzycze, Grębocice, Polkowice, Przemków, Radwanice,

MIEJSCA PRZYJAZNE SENIOROM ORAZ STOWARZYSZENIA DZIAŁAJĄCE NA RZECZ SENIORÓW	
<i>Uniwersytety Trzeciego Wieku</i>	
Nazwa i siedziba	Dane kontaktowe
Uniwersytet Trzeciego Wieku ul. Kościelna 21 59-150 Grębocice	tel. 503 901 148 e-mail: kustoszutw@grebocickie.pl PN-PT, godz. 09.00-17.00
Uczelnia Jana Wyżykowskiego ul. Skalników 6b 59-100 Polkowice	tel. 76 746 53 35 e-mail: m.kicaj@ujw.pl PN-CZW, godz. 09.00-14.00
Przemkowski Uniwersytet Trzeciego Wieku Plac Targowy 1a 59-170 Przemków	tel. 606 329 607 e-mail: utw-przemkow@o2.pl

<i>Kluby seniora/kluby emeryta</i>	
Nazwa i siedziba	Dane kontaktowe
Związek Kombatanów RPiBWP Koło Miejsko-Gminne w Chocianowie	tel. 76 818 30 99
Związek Rencistów, Emerytów i Inwalidów w Chocianowie pl. Wolności 23 59-310 Chocianów	tel. 608 884 219
Klub Seniora przy Domu Kultury „Jowisz” w Gaworzycach Ul. Dworcowa 95	tel. 781 316 100 e-mail: dk-jowisz@wp.pl
Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów Oddział Rejonowy w Przemkowie Plac Targowy 5 59-170 Przemków	tel. 76 831 94 94 WT, godz. 15.00-17.45 CZW, godz. 11.00-13.00
Klub Seniora „Optymiści” ul. Szkolna 5a 59-160 Radwanice	tel. 76 831 15 33 e-mail: gok@radwanice.pl www.gok.radwanice.pl

Stowarzyszenia prowadzące działalność na rzecz seniorów	
Nazwa i siedziba	Dane kontaktowe
Stowarzyszenie Rękodzieła Ziemi Chocianowskiej ul. Kościuszki 21 59-140 Chocianów	tel. 509 927 448
Parafialny Zespół Caritas przy Parafii p. w. Wniebowzięcia Najświętszej Panny w Chocianowie ul. Głogowska 2 59-140 Chocianów	tel. 78 262 61 16
Klub Seniora „WRZOS” w Retkowie	tel. 785 966 732
Klub Seniora Babie lato w Krzwdłowicach	tel. 669 110 749
Klub Seniora „Złota Jesień” w Grębolicach	tel. 781 964 723
Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów Oddział Rejonowy w Polkowicach ul. Lipowa 1 59-100 Polkowice	tel. 76 724 67 26 PN-CZW, godz. 08.00-13.00
Stowarzyszenie Charytatywne „Polkowicka Złota Jesień” ul. Kominka 7 59-100 Polkowice	tel. 608 478 501; 604 258 946 WT, godz. 13.00-14.00
Polski Związek Niewidomych Okręg Dolnośląski Koło w Polkowicach ul. Lipowa 1 59-100 Polkowice	tel. 76 724 67 28; 607 123 734 ŚR, godz. 09.00-14.00
Stowarzyszenie Chorych na Cukrzycę ul. Lipowa 1 59-100 Polkowice	tel. 606 855 247; 76 724 67 28 WT, godz. 10.00-14.00
Polkowicki Związek Inwalidów Narządu Ruchu ul. Lipowa 1 59-100 Polkowice	tel. 76 724 67 27 PN-PT, godz. 10.00-12.00
Stowarzyszenie Emerytów i Rencistów Byłych Pracowników KGHM Polska Miedź S.A. Koło w Polkowicach ul. Kominka 7 59-100 Polkowice	tel. 607 080 293 WT, CZW, godz. 10.00-12.00
Związek Kombatanów RP i Byłych Więźniów Politycznych Koło Miejsko Gminne w Polkowicach ul. Lipowa 1 59-100 Polkowice	tel. 76 746 15 21 PN-PT, godz. 08.00-14.00
Stowarzyszenie Dzieci Wojny w Polsce oddział w Przemkowie ul. Długa 4 59-170 Przemków	tel. 512 527 041 e-mail: pawelewandowski@gmail.com

Kluby i koła zainteresowań zrzeszające seniorów (zespoły muzyczne, zespoły śpiewacze, zespoły pieśni i tańca, koła gospodyń itp.)

Nazwa i siedziba	Dane kontaktowe
Zespół Folklorystyczny „Echo” Chocianowiec 154 59-140 Chocianów	tel. 76 817 51 11
Chór Kościelny „Soli Deo” przy Parafii pw. Wniebowzięcia Najświętszej Panny w Chocianowie ul. Głogowska 2 59-140 Chocianów	e-mail: solideochocianow@wp.pl
Koło Gospodyń Wiejskich w Chocianowcu Chocianowiec 101A 59-140 Chocianów	- kontakt przez Chocianowski Ośrodek Kultury tel. 76 818 55 80 e-mail: chok5@wp.pl
Koło Gospodyń Wiejskich w Trzebnicach Trzebnice 91 59-140 Chocianów	
Zespół Wokalny przy Klubie Seniora ul. Dworcowa 95 Gaworzyce	tel. 781 316 100 e-mail: dk-jowisz@wp.pl
Zespół „Polne Maki” w Grębolicach	tel. 600 830 545
Zespół „Jarzębina” w Rzeczycy i „Złota jesień” w Grębolicach	tel. 602 531 856
Zespół „Echo” w Kwielicach	tel. 665 010 393
Koło „Słowianki” w Żabicach	tel. 723 903 194
Koło Gospodyń Wiejskich w Rzeczycy	tel. 606 196 463
Koło Gospodyń Wiejskich w Buczu	tel. 691 536 881
Koło Gospodyń Wiejskich w Grębolicach	tel. 661 618 319
Koło Gospodyń Wiejskich w Starej Rzece	tel. 669 735 361
Koło Gospodyń Wiejskich w Grodziszczu	tel. 601 996 640
Zespół folklorystyczny „Marzenie” ze Szklarek w gminie Przemków. Siedziba zespołu mieści się w świetlicy wiejskiej w Szklarkach .	- w repertuarze zespołu znajdują się pieśni ludowe, kościelne, patriotyczne, kolędy oraz piosenki okazjonalne, np. z okazji dożynek, wesel oraz utwory mniejszości narodowych - zespół prowadzi również różnego rodzaju kursy (gotowania, rękodzielnictwa)

OŚRODKI KULTURY, OŚRODKI SPORTU I REKREACJI, BIBLIOTEKI ORAZ INNE INSTYTUCJE I PLACÓWKI POSIADAJĄCE SPECJALNĄ OFERTĘ ADRESOWANĄ DO SENIORÓW LUB OFERUJĄCE DZIAŁANIA, W KTÓRYCH MOGĄ UCZESTNICZYĆ SENIORZY		
Nazwa i siedziba	Dane kontaktowe	Rodzaj oferty adresowanej dla seniorów (specjalne zajęcia, rabaty itp.)
Chocianowski Ośrodek Kultury ul. Kościuszki 5 59-140 Chocianów	tel. 76 818 55 80 e-mail: chok5@wp.pl	- organizacja imprez okolicznościowych podyktowanych kalendarzem świąt - warsztaty tematyczne
Biblioteka Publiczna Miasta i Gminy Chocianów ul. Kościuszki 3 59-140 Chocianów	tel. 76 818 51 24	- organizacja imprez czytelniczych: spotkania autorskie, okolicznościowe folkowe, zajęcia warsztatowe

Gminny Ośrodek Kultury i Biblioteka ul. Kościelna 21 59-150 Grębocice	tel. 76 831 50 89; 501 288 783 e-mail: dyrektor@grebocickie.pl e-mail: kierownik@grebocickie.pl tel. 76 831 51 82, 503 901 148	- warsztaty - spotkania autorskie - koncerty - imprezy plenerowe - Dyskusyjny klub książki
Gminna Biblioteka Publiczna ul. Szkolna 11 Gaworzyce	tel. 76 831 62 90 e-mail: biblioteka@gaworzyce.com.pl PN, WT, CZW, PT, godz. 8.00-16.00	- warsztaty - spotkania autorskie - koncerty - imprezy plenerowe - konkurs komputerowy - udział seniorów w narodowym czytaniu
Dom Kultury „Jowisz” ul. Dworcowa 95 Gaworzyce	tel. 781 316 100 e-mail: dk-jowisz@wp.pl	- warsztaty artystyczne i rękodzielnicze - spotkania autorskie i artystyczne - koncerty - imprezy plenerowe - spotkania integracyjne
Polkowickie Centrum Animacji Kino ul. Dąbrowskiego 1 59-100 Polkowice	tel. 76 845 16 77 CZW-ND, godz. 14.00-22.00	- seanse kinowe - na zlecenie Rad Osiedlowych projekcje filmowe z repertuaru bieżącego miesiąca
Polkowickie Centrum Animacji, ul Skalników 4 59-100 Polkowice	tel. 76 746 88 10 e-mail: poczta@pca.pl PN-PT, lipiec-sierpień, godz. 07.00-15.00 Wrzesień-czerwiec, godz. 08.00-16.00	- popołudniowe warsztaty: malarstwa sztalugowego, ceramiki, rysunku, szkła artystycznego (w tym fusing i witraż) - zajęcia wokalne - sekcja szachowa - koncerty, spektakle teatralne i muzyczne, kabarety - wieczory z kuchnią - spotkania tematyczne - wystawy i wernisaże - przy współpracy z radami osiedlowymi organizowane są: wycieczki krajoznawcze, wyjazdy na spektakle teatralne i koncerty, pikniki plenerowe, kursy z zakresu profilaktyki schorzeń kręgosłupa, fitness, taneczne, łyżwiarskie, warsztaty florystyczne o różnej tematyce.
Wiejski Ośrodek Kultury w Sobinie Sobin ul. Polkowicka 69a	tel. 76 844 04 40, tel. 76 845 96 56 e-mail: wok@wok.sobin.pl	- organizacja corocznego koncertu z okazji Dnia Seniora dla grupy 420 osób - wyjazdy do teatru i opery

59-100 Polkowice	sekretariat@wok.sobin.pl PN-PT, godz. 07.30-16.00	<ul style="list-style-type: none"> - występy zespołów ludowych „Sobinianie” i „Podolanki” w trakcie spotkań na świetlicach wiejskich, świąt okolicznościowych - „Kreatywny senior” – zajęcia kulinarne, krawieckie oraz plastyczno-techniczne organizowane w świetlicy wiejskiej w Komornikach - wspólne kolędowanie w świetlicach wiejskich - obchody Dnia Babci i Dziadka w świetlicach wiejskich - obchody Dnia Seniora w świetlicach wiejskich - warsztaty pieczenia chleba - warsztaty o tematyce świątecznej: tworzenie stroików, palmy wielkanocnej, choinek, bombek itp.
Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna w Polkowicach ul. Skalników 6 59-100 Polkowice	tel. 76 723 96 70 PN, WT, CZ, PT, godz. 08.00-18.00 ŚR, SB, godz. 08.00-16.00	<ul style="list-style-type: none"> - muzyka instrumentalna dla seniora na żywo - rozwijanie zainteresowań muzycznych wśród seniorów Częstotliwość spotkań: 2 razy w roku - kolędowanie dla seniorów Promowanie muzyki świątecznej. Częstotliwość spotkań: raz w roku - Akademia umysłu Ćwiczenie pamięci oraz koncentracji poprzez wykorzystanie programu interaktywnego. Częstotliwość spotkań: raz na kwartał - Dyskusyjny Klub Książki Spotkania skierowane również do seniorów, na których omawiana jest dana lektura. Częstotliwość spotkań: raz w miesiącu - Klub szaradzisty Spotkania dla seniorów, na których rozwiązywane są łamigłówki umysłowe. Częstotliwość spotkań: raz w miesiącu
Przemkowski Ośrodek Kultury i Biblioteka w Przemkowie	tel. 76 831 94 93 e-mail: pok.przemkow@wp.pl	- spotkania opłatkowe osób starszych i samotnych

<p>ul. Głogowska 17 59-170 Przemków</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Dzień Babci i Dziadka - Dzień Kobiet - koncerty noworoczne
<p>Stowarzyszenie Dzieci Wojny w Polsce oddział w Przemkowie ul. Długa 4 59-170 Przemków</p>	<p>tel. 512 527 041 e-mail: pawelewandowski@gmail.com</p>	<ul style="list-style-type: none"> - zajęcia - turnusy wczasowo-rehabilitacyjne - wycieczki krajoznawcze - spotkania na Dzień Kobiet - spotkania opłatkowe
<p>Gminny Ośrodek Kultury w Radwanicach ul. Szkolna 5a 59-160 Radwanice</p>	<p>tel. 76 831 15 33 email: gok@radwanice.pl www.gok.radwanice.pl</p> <p>PN, godz. 08.00-20.00 WT, CZW, godz. 08.00-17.00 ŚR, godz. 08.00-18.00 PT, godz. 08.00-20.00</p>	<ul style="list-style-type: none"> - miejsce spotkań klubu seniora „Optymiści”, który prowadzi cykliczne spotkania towarzyskie dwa razy w miesiącu - wycieczki turystyczno-krajoznawcze - wyjazdy na imprezy kulturalne i rozrywkowe