

POWIAT TRZEBNICKI

OŚRODKI POMOCY SPOŁECZNEJ	
Gmina	Dane kontaktowe ośrodka
Oborniki Śląskie	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Trzebnicka 1 55-120 Oborniki Śląskie tel./fax 71 310 34 22 e-mail: mgopsoborniki@poczta.onet.pl
Prusice	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Powstańców Śląskich 17 55-110 Prusice tel./fax 71 312 50 97 e-mail: mgopsprusice@poczta.onet.pl
Trzebnica	Ośrodek Pomocy Społecznej pl. Piłsudskiego 1 55-100 Trzebnica tel./fax 71 312 05 27 e-mail: ops@ops.trzebnica.pl
Wisznia Mała	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Wrocławska 2 55-114 Wisznia Mała tel. 71 310 68 32, fax 71 310 53 59 e-mail: gops@wiszniamala.pl
Zawonia	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Trzebnicka 11 55-106 Zawonia tel. 71 312 71 01, fax 71 312 81 03 e-mail: zawonia_gops@pro.onet.pl
Żmigród	Ośrodek Pomocy Społecznej pl. Wojska Polskiego 5 55-140 Żmigród tel. 71 385 36 72, fax 71 385 35 32 e-mail: opszmigrod@poczta.onet.pl

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA	
Dane adresowe punktu pomocy	Godziny otwarcia
ul. Parkowa 9 55-120 Oborniki Śląskie (Biuro Pełnomocnika Burmistrza ds. Przeciwdziałania Uzależnieniom)	tel. 71 310 14 55 e-mail: biuobo@wp.pl - harmonogram pracy obsługi prawnej aktualizowany jest co miesiąc i podawany do publicznej wiadomości
ul. Poprzeczna 18 55-120 Pęgów (Ochotnicza Straż Pożarna)	tel. 604 383 421 e-mail: elzbru@wp.pl PN, SB, godz. 10.00-14.00 WT, godz. 14.00-16.00
pl. Piłsudskiego 1 55-100 Trzebnica	tel. 71 312 06 11; 71 312 06 12; 71 312 01 45 PN-PT, godz. 08.00-12.00

(Urząd Miejski)	
Punkt Interwencyjno- Konsultacyjny ul. Wrocławska 2 Wisznia Mała	drugi i czwarty wtorek m-ca, godz. 14.00-17.00
pl. Wrocławska 12 55-140 Żmigród (Gminne Centrum Informacji)	tel. 71 385 27 58 e-mail: gci-zmigrod@o2.pl

INNE PUNKTY POMOCY (wypożyczalnie sprzętu rehabilitacyjnego, punkty i ośrodki interwencji kryzysowej, punkty pomocy psychologicznej)	
Adres punktu pomocy	Dane kontaktowe
Biuro Pełnomocnika Burmistrza ds. Przeciwdziałania Uzależnieniom ul. Parkowa 9 55-120 Oborniki Śląskie	tel. 71 310 14 55 e-mail: biuobo@wp.pl Psycholog, psychiatra, specjalista ds. przeciwdziałania przemocy, psychoedukacja dla osób stosujących przemoc - harmonogram prac specjalistów aktualizowany jest co miesiąc i podawany do publicznej wiadomości.
„Alwamed” Sklep medyczno-rehabilitacyjny Jarosław Warneńczyk ul. Skłodowskiej-Curie 14 55-120 Oborniki Śląskie	- artykuły medyczne, rehabilitacyjne i pomocowe dla osób dorosłych, dzieci, seniorów i osób niepełnosprawnych, do wypożyczenia oraz zakupu
„Akson” Sklep medyczny ul. Henryka Pobożnego 15/10h 55-100 Trzebnica	tel. 71 312 06 95
Sklep medyczny MEDICA ul. Kościuszki 10 55-100 Trzebnica	tel. 511 056 459
Poradnia Zdrowia Psychicznego ul. Kościuszki 10 55-100 Trzebnica	tel. 71 312 05 10 e-mail: sekretariat@gcm.trzebnica.pl
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie ul. Kościuszki 10 55-100 Trzebnica	tel. 71 387 05 96; 71 387 06 70 e-mail: pcprtrzebnica@wp.pl
NZOZ Centrum Zdrowia Psychicznego i Leczenia Uzależnień „SELF” ul. Roosvelta 3 55-100 Trzebnica	tel. 71 287 29 87
Mini Med Sklep Medyczny i Wypożyczalnia ul. Kościelna 27a 55-100 Trzebnica	tel. 533 415 508
Fabryka wózków inwalidzkich i sprzętu rehabilitacyjnego „Vermeiren” ul. Łączna 1 55-100 Trzebnica	tel. 71 387 42 00 e-mail: info@vermeiren.pl

Sprzęt medyczny i rehabilitacyjny „AR-system” Anna Ligęza ul. ks. Bochenka 25 55-100 Trzebnica	tel. 728 945 874; 693 925 835 e-mail: biuro@tlenoterapia-domowa.pl
Punkt Interwencyjno-Konsultacyjny ul. Wrocławska 2 Wisznia Mała	tel. 508 320 480; 71 312 70 80 e-mail: profilaktyka.wiszniamala@wp.pl - psychologiczna i terapeutyczna pomoc dla osób współuzależnionych, doznających przemocy oraz w trudnej sytuacji życiowej - bezpłatne porady prawne, w tym pomoc w pisaniu podań i wniosków - informacja o możliwościach leczenia uzależnień, grupach wsparcia AA, Al-Anon, Alateen, DDA, działaniach profilaktycznych w świetlicach środowiskowych

PLACÓWKI OPIEKI ZDROWOTNEJ	
Adres placówki	Dane kontaktowe
„Elderis” Zakład Opiekuńczo-Lecznicy Centrum Rehabilitacji Zakład Opiekuńczo-Lecznicy „Biały Dom” ul. Trzebnicka 49 55-120 Oborniki Śląskie	tel. 71 310 14 13 (biuro) tel. 535 524 484 (sprzedaż usług/pobyty)
Dolnośląskie Centrum Chorób Płuc Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy ul. Trzebnicka 3 55-120 Oborniki Śląskie	tel. 71 310 17 26
„Słoneczniki” Ośrodek Opiekuńczo-Rehabilitacyjny ul. Trzebnicka 43 55-120 Oborniki Śląskie	tel. 71 310 11 94; 519 541 951
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Specjalistyczne Centrum Pielęgnacyjno-Rehabilitacyjne „EWA-MED” Przychodnia wielospecjalistyczna ul. Trzebnicka 49 55-120 Oborniki Śląskie	tel. 71 310 68 09; 71 711 15 10; 71 310 14 13; 797 027 674; 608 410 197 e-mail: ewa-gryza@wp.pl
Szpital im. Świętej Jadwigi Śląskiej w Trzebnicy ul. Prusicka 53-55 55-100 Trzebnica	tel. 71 312 09 20 e-mail: sekretariat@szpital-trzebnica.pl
Gminne Centrum Medyczne TRZEBNICA-ZDRÓJ sp. z o. o. ul. Kościuszki 10 55-100 Trzebnica	tel. 71 312 05 10 e-mail: sekretariat@gcm.trzebnica.pl
Przychodnia Pro Vita ul. św. Jadwigi 27A-B 55-100 Trzebnica	tel. 71 711 15 70; 603 246 712 e-mail: provita.medcenter@gmail.com
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej MEDYK ul. Kościelna 31 55-100 Trzebnica	tel. 71 387 26 75

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej ATENA Ujeździec Wielki 37b 55-100 Trzebnica	tel. 71 312 77 13
Poradnia Psychologiczno Pedagogiczna ul. Nowa 1 55-100 Trzebnica	tel. 71 738 10 00 e-mail: ppp-trzebnica@wp.pl
Poradnia Psychologiczno Pedagogiczna ul. Rybacka 55-140 Żmigród	tel. 71 385 30 02 e-mail: poradniazmigrod@poczta.onet.pl
Publiczny Zespół Zakładów Lecznictwa Ambulatoryjnego ul. Lipowa 4 55-140 Żmigród	tel. 71 385 35 14 e-mail: pzzla@pzzla.pl

ZESPÓŁ DS. ORZEKANIA O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI	
Trzebnica	Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności ul. Kościuszki 10 55-100 Trzebnica tel. 71 387 05 96, 71 387 06 70

ORGANY EMERYTALNO-RENTOWE		
Nazwa	Dane kontaktowe	Zakres terytorialny działania
Inspektorat ZUS w Trzebnicy	ul. Wojska Polskiego 1B 55-100 Trzebnica	gminy: Oborniki Śląskie, Prusice, Trzebnica, Wisznia Mała, Zawonia, Żmigród
Placówka Terenowa KRUS w Trzebnicy	ul. Witosa 4/6 55-100 Trzebnica tel. 71 387 21 59 e-mail: trzebnica@krus.gov.pl	gminy: Oborniki Śląskie, Prusice, Trzebnica, Wisznia Mała, Zawonia, Żmigród

DOMY POMOCY SPOŁECZNEJ ORAZ INNE PLACÓWKI ZAPEWNIAJĄCE CAŁODOBOWĄ OPIEKĘ OSOBOM NIEPEŁNOSPRAWNYM, OSOBOM PRZEWLEKLE CHORYM LUB OSOBOM W STARSZYM WIEKU	
Nazwa	Adres i dane kontaktowe
DPS w Obornikach Śląskich	ul. Wyszyńskiego 33 55-120 Oborniki Śląskie tel. 71 310 23 99 wew. 41; 603 133 752 e-mail: pso@dpsoborniki.pl
DPS Rościszawice Filia DPS w Obornikach Śląskich	ul. Polna 43 55-120 Rościszawice tel. 71 310 10 38 wew. 66; 603 133 752 e-mail: pso@dpsoborniki.pl
Prywatny Dom dla Osób Starszych „Maria”	ul. Prusicka 2A 55-110 Skokowa tel. 693 724 464; 660 781 953 e-mail: info@prywatnydommaria.pl
Ośrodek Opiekuńczo-Rehabilitacyjny „Elmed”	Skoroszów 34

	55-100 Trzebnica tel. 603 804 760; 500 065 505; 500 065 615 e-mail: elmed@interia.com
Ośrodek Medycyny Paliatywnej i Hospicyjnej Będkowo	Będkowo 1 55-100 Trzebnica tel. 71 722 29 48 e-mail: hospicjum.bedkowo@wp.pl

MIEJSCA PRZYJAZNE SENIOROM ORAZ STOWARZYSZENIA DZIAŁAJĄCE NA RZECZ SENIORÓW	
<i>Uniwersytety Trzeciego Wieku</i>	
Nazwa i siedziba	Dane kontaktowe
„Atena” Stowarzyszenie Uniwersytetu Trzeciego Wieku ul. Dworcowa 26 55-120 Oborniki Śląskie	Prezes: Ewa Materny tel. 510 409 721; 600 314 195 e-mail: atena@sutwatena.pl www.sutwatena.pl
Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku „Tęcza” w Trzebnicy ul. Prusicka 12 55-100 Trzebnica	tel. 601 060 945; 506 156 270; 71 714 25 20
Żmigrodzki Uniwersytet Trzeciego Wieku ul. Wrocławska 12 55-140 Żmigród	e-mail: zutw.zmigrod@o2.pl

<i>Kluby seniora/kluby emeryta</i>	
Nazwa i siedziba	Dane kontaktowe
Obornicki Ośrodek Kultury – Klub Seniora ul. Dworcowa 26 55-120 Oborniki Śląskie	tel. 71 310 12 51 e-mail: h.muszak@kultura-oborniki.pl e-mail: ook2005@o2.pl
Klub Seniora Rynek 20/6 55-100 Trzebnica	
Klub „Senior+” ul. Wrocławska 2 Wisznia Mała	tel. 71 310 68 32
Prusicki Dzienny Dom Pobytu „Senior-WIGOR” ul. Żmigrodzka 21 55-140 Żmigród	tel. 71 312 50 97
Rada Seniorów Gminy Żmigród ul. Wrocławska 12 55-140 Żmigród	e-mail: arletta10@o2.pl
Klub Seniora „Pałacyk” (działający przy Środowiskowym Domu Samopomocy „Pałacyk”) ul. Rybacka 17 55-140 Żmigród	tel. 71 385 26 65 e-mail: seniorzy.zmigrod@gmail.com e-mail: sdszmigrod@wp.pl

<i>Stowarzyszenia prowadzące działalność na rzecz seniorów</i>

Nazwa i siedziba	Dane kontaktowe
Spółeczne Stowarzyszenie „Wiejskie Okolice” Osolin	Kontakt za pośrednictwem Urzędu Miejskiego w Obornikach Śląskich, tel. 71 310 35 19
Stowarzyszenie Przyjaciół Kuraszkowa „Lipowa Dolina”	Kontakt za pośrednictwem Urzędu Miejskiego w Obornikach Śląskich, tel. 71 310 35 19
Stowarzyszenie Mieszkańców Zajązkowa „Razem”	Kontakt za pośrednictwem Urzędu Miejskiego w Obornikach Śląskich, tel. 71 310 35 19
Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania Kraina Wzgórz Trzebnickich ul. ks. Bochenka 6 55-100 Trzebnica	tel. 71 312 38 09; 695 172 419
Stowarzyszenie Absolwentów i Przyjaciół L.O w Trzebnicy ul. Wojska Polskiego 17 55-100 Trzebnica	tel. 71 310 91 44 e-mail: saplo@pzs1trzebnica.pl
Stowarzyszenie Uniwersytet Dorosłego Człowieka ul. Szkolna 1 55-114 Wisznia Mała	tel. 71 312 70 76 e-mail: marzanna.zietek@wp.pl
Stowarzyszenie Osób Niepełnosprawnych Ich Rodzin i Przyjaciół ul. Rybacka 17 Żmigród	tel. 71 385 36 72; 71 385 26 65; 71 384 49 76 e-mail: sdszmigrod@wp.pl
Lokalna Grupa Działania Wzgórz Trzebnickich, ul. Obrońców Pokoju 1A/1 55-100 Trzebnica	tel. 71 312 38 09 e-mail: lgdkwt@wp.pl
Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju Dzieci, Młodzieży i Dorosłych Gminy Zawonia PRO FUTURO ul. Marii Konopnickiej 18 Czeszów	tel. 71 312 68 47 e-mail: boena58@o2.pl
Stowarzyszenie „Troska” ul. Nowa 1 55-100 Trzebnica	tel. 71 312 07 40 e-mail: soswtrzebnica@wp.pl
Stowarzyszenie Klub Seniora „Humorek” ul. Wrocławska 12 55-140 Żmigród	tel. 71 385 31 34; 71 385 27 45
Stowarzyszenie Emerytów, Rencistów i Inwalidów „Złota Jesień” ul. Wrocławska 12 55-140 Żmigród	e-mail: arletta10@o2.pl

<i>Kluby i koła zainteresowań zrzeszające seniorów (zespoły muzyczne, zespoły śpiewacze, zespoły pieśni i tańca, koła gospodyń itp.)</i>	
Nazwa i siedziba	Dane kontaktowe
Zespół Śpiewaczy „Malwy” z Kuraszkowa Świątlica Wiejska ul. Lipowa 69 55-120 Kuraszków	Kierownik Zespołu, tel. 71 310 17 03 Instruktor, tel. 71 389 97 26; 604 789 247

Ale Babki, ul. Trzebnicka 1 Czeszów	tel. 71 312 68 47
Zespół Ludowy Dyszel ul. Wrocławska 12 Żmigród	tel. 71 385 31 34; 71 385 27 45
Zespół śpiewaczy Malwa Kuraszków	tel. 71 310 17 03
Zielona Łączka ul. Wrocławska 12 Żmigród	tel. 71 385 31 34
Zespół Ludowy Szymanowianie ul. Lipowa 1 Szymanów	tel. 788 635 689
Kapela Ludowa Janka Boduszka ul. Dworcowa 26 Oborniki Śląskie	tel. 71 310 12 51
Zespół Brzykowanie Świetlica Wiejska w Brzykowie	tel. 505 378 072
Koło Gospodyń Wiejskich w Szczytkowicach	www.facebook.com/SzczytkowiceGminaTrzebnica/
Koło Gospodyń Wiejskich w Głuchowie Górnym Głuchów Górny 45 55-100 Trzebnica	tel. 71 312 76 60 e-mail: andrzejkoziara2@wp.pl
Koło gospodyń Wiejskich w Domanowicach Domanowice 50 55-100 Trzebnica	
Koło Gospodyń Wiejskich w Skoroszowie	
Trzebnicka Orkiestra Dęta Gminne Centrum Kultury i Sportu w Trzebnicy ul. Prusicka 12 55-100 Trzebnica	
Koło Gospodyń Wiejskich „Zespół Trzy Dęby” Skansen Rolniczy Borówek	tel. 504 285 872; 600 659 048 e-mail: skansen@borowek.pl
Zespół Ludowy „Szymanowianie” ul. Szkolna 1 Wisznia Mała	tel. 788 635 689
Zespół Ludowy „Strzeszowianie” ul. Szkolna 1 Wisznia Mała	tel. 502 643 520
Zespół Ludowy „Malinianie” ul. Szkolna 1 Wisznia Mała	tel. 795 953 284
Koła Gospodyń Wiejskich „Wisieńki”, Strzeszów i Ozorowice ul. Szkolna 1 Wisznia Mała	tel. 713 127 076

Koła Gospodyń Wiejskich Gminy Żmigród	Kontakt z pracownikami Urzędu Miejskiego w Żmigrodzie
--	---

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.)
Gmina Oborniki Śląskie – Urząd Miejski ul. Trzebnicka 1 55-120 Oborniki Śląskie	Koordinator programu, tel. 71 310 35 19 e-mail: szymanek@obornikislaskie.pl	- program: Oborniki Śląskie Przyjazne Seniorom - Obornicka Karta Seniora http://www.oborniki-slaskie.pl/page/obornicka-karta-seniora https://www.facebook.com/Obornicka-Karta-Seniora-236236990275453
Obornicki Ośrodek Kultury ul. Dworcowa 26 55-120 Oborniki Śląskie	tel. 71 310 12 70; 71 310 11 04 e-mail: osiros@op.pl	- Partner Obornickiej Karty Seniora Zniżka 20% na wszystkie wydarzenia kulturalne organizowane w OOK - Klub Seniora - dla czytelników Biblioteki im. J. Iwazkiewicza przewidziana jest zniżka 50% na usługi reprograficzne.
Obornicki Ośrodek Sportu i Rekreacji ul. Józefa Poniatowskiego 22 55-120 Oborniki Śląskie	tel. 71 310 12 51 e-mail: h.muszak@kultura-oborniki.pl e-mail: ook2005@o2.pl	- partner Obornickiej Karty Seniora 15% zniżki na: kort tenisowy, siłownię, saunę oraz organizację ogniska – camping „Pod Topolą”
Obornicki Ośrodek Kultury, Biblioteka Publiczna im. J. Iwazkiewicza ul. Dworcowa 4 55-120 Oborniki Śląskie	tel. 71 717 22 37	- Partner Obornickiej Karty Seniora Zniżka 50% na usługi reprograficzne w Bibliotece
Salonik Czterech Muz ul. J. Piłsudskiego 13 55-120 Oborniki Śląskie	tel. 71 310 16 20; 669 346 544 e-mail: salonik@kultura-oborniki.pl	- partner Obornickiej Karty Seniora Zniżka 20% na wydarzenia kulturalne
Gminny Ośrodek Kultury i Biblioteka ul. Trzebnicka 11 Zawonia	tel. 71 312 81 18	
Ośrodek Kultury Sportu i Rekreacji ul. Szkolna 1 Wisznia Mała	tel. 713 127 076	

Gminna Biblioteka publiczna przy OKSIR ul. Szkolna 1 Wisznia Mała	tel. 713 127 076	- projekt „O finansach w bibliotece”
Gminne Centrum Kultury i Sportu w Trzebnicy ul. Prusicka 12 55-100 Trzebnica	tel. 71 312 09 47 e-mail: kultura@gckis.trzebnica.pl	- bilety ulgowe: kino, wystawy, koncerty
Biblioteka Gminne Centrum Kultury i Sportu w Trzebnicy ul. Prusicka 12 55-100 Trzebnica	tel. 669 767 871 e-mail: bibliotekatrzebnica@vp.pl	
Gminny Park Wodny Trzebnica-Zdrój ul. Leśna 5 55-100 Trzebnica	tel. 71 312 14 38; 603 152 238 e-mail: biuro@trzebniczdroj.eu	- bilety ulgowe: basen, sauna, kręgielnia, siłownia - dodatkowy rabat 30% do biletu ulgowego – na basen, saunę lub mix
Zespół Placówek Kultury ul. Wrocławska 12 55-140 Żmigród	tel. 71 385 31 34 e-mail: info@zpk-zmigrod.eu	- zajęcia kulturalne, plastyczne, ruchowe - kawiarenki obywatelskie