

Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Lublinie

***Informator – Miejsca przyjazne Seniorom***

Lublin, 2014

Informator jest wynikiem realizacji Wojewódzkiego Programu   
na rzecz Osób Starszych na lata 2013-2015. Uzyskał rekomendację Wojewódzkiej Rady ds. Polityki Senioralnej.

Sfinansowanyze środków Samorządu Województwa Lubelskiego.

**Szanowni Państwo!**

Oddaję w Państwa ręce przygotowany przez Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Lublinie Informator - *Miejsca przyjazne Seniorom*.

Aby dostarczyć Państwu kompleksowej informacji odnośnie miejsc świadczących usługi na rzecz Seniorów wystąpiliśmy do wszystkich gmin i powiatów województwa lubelskiego z prośbą o wskazanie stosownych podmiotów. Na podstawie uzyskanych odpowiedzi została dla Państwa przygotowana niniejsza publikacja zawierająca bazę adresową instytucji, których zadaniem i misją jest udzielanie pomocy i wspieranie seniorów. Znajdą tu Państwo placówki medyczne, jednostki organizacyjne pomocy społecznej, instytucje kulturalne i sportowe, organizacje pozarządowe   
i inne jednostki działające na rzecz osób starszych. Wszystkie instytucje   
i podmioty zostały pogrupowane według powiatów i gmin w taki sposób, aby każdy kto szuka konkretnej pomocy i wsparcia znalazł ją jak najbliżej swojego miejsca zamieszkania.

Mam nadzieję, że niniejszy informator stanie się źródłem wiedzy dotyczącym miejsc „przyjaznych seniorom” dla samych seniorów, jak również wszystkich instytucji i organizacji wspierających osoby starsze. Zachęcam do korzystania.

z wyrazami szacunku

Aleksandra Warmińska

Dyrektor

Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej

w Lublinie

**Spis treści:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Czas wolny i aktywność Seniorów** | …………………………….. | str. 5-105 |
| **Powiat bialski** | …………………………….. | str. 6-10 |
| **Powiat biłgorajski** | …………………………….. | str. 11-17 |
| **Powiat chełmski** | …………………………….. | str. 18-21 |
| **Powiat hrubieszowski** | ……………………………… | str. 22-27 |
| **Powiat janowski** | …………………………….. | str. 28-30 |
| **Powiat krasnostawski** | …………………………….. | str. 31-34 |
| **Powiat kraśnicki** | …………………………….. | str. 35-38 |
| **Powiat lubartowski** | …………………………….. | str. 39-43 |
| **Powiat lubelski** | …………………………….. | str. 44-47 |
| **Powiat łęczyński** | ……………………………… | str. 48-51 |
| **Powiat łukowski** | ……………………………… | str. 52-54 |
| **Powiat opolski** | ……………………………… | str. 55-57 |
| **Powiat parczewski** | ……………………………… | str. 58-62 |
| **Powiat puławski** | ……………………………… | str. 63-65 |
| **Powiat radzyński** | ……………………………… | str. 66-67 |
| **Powiat rycki** | ……………………………… | str. 68-74 |
| **Powiat świdnicki** | ……………………………… | str. 75-76 |
| **Powiat tomaszowski** | ……………………………… | str. 77-80 |
| **Powiat włodawski** | ……………………………… | str. 81-83 |
| **Powiat zamojski** | ……………………………… | str. 84-86 |
| **Miasto Biała Podlaska** | ……………………………… | str. 87-89 |
| **Miasto Chełm** | ……………………………… | str. 90-92 |
| **Miasto Lublin** | ……………………………… | str. 93-102 |
| **Miasto Zamość** | ……………………………… | str. 103-105 |
| **Ośrodki Pomocy Społecznej** | ……………………………… | str. 106-136 |
| **Organy Emerytalno-Rentowe** | ……………………………… | str. 137-145 |
| **Zespoły ds. Orzekania**  **o stopniu niepełnosprawności** | ……………………………… | str. 146-149 |
| **Domy Pomocy Społecznej** | ……………………………… | str. 150-154 |
| **Specjalistyczna Opieka Medyczna** | ……………………………… | str. 155-159 |
| **Telefony alarmowe – Komendy Policji** | ……………………………… | str. 160-163 |

**CZAS WOLNY I AKTYWNOŚĆ SENIORÓW**

Aktywność jest naturalną potrzebą każdego człowieka, niezależnie od liczby przeżytych lat. Prof. Olga Czerniawska twierdzi,   
że *„…aktywność człowieka starszego jest wskaźnikiem jego jakości życia, jego wartości, gdyż aby żyć, trzeba być aktywnym, w innym przypadku życie przekształca się w trwanie i czekanie końca”.*

Ludzie starsi mogą aktywnie i przyjemnie spędzać czas w różnych miejscach, które umożliwiają im nawiązywanie i podtrzymywanie kontaktów społecznych oraz inspirowanie i rozwijanie zainteresowań.Najbardziej rozpowszechnioną instytucjonalną formą edukacji ludzi starszych są uniwersytety trzeciego wieku.Uniwersytety Trzeciego Wiekuto propozycja dla osób, które dysponują wolnym czasem oraz chcą zachować kondycję intelektualną oraz fizyczną. Jest to również miejsce na realizację planów, na które do tej pory nie miało się czasu ze względu na pracę zawodową oraz inne zobowiązania.

Rolę ośrodków życia kulturalnego, oświatowego, towarzyskiego   
i rekreacyjnego dla osób w trzecim wieku odgrywają kluby seniora, domy kultury, biblioteki. Stwarzają one warunki do zaspokojenia potrzeb kulturalno-oświatowych, rozbudzania nowych zainteresowań   
i promowania zdrowego stylu życia, jak również kształtują umiejętność bycia aktywnym przez całe życie.

Seniorzy mogą również angażować się społecznie w inicjatywy organizacji pozarządowych działających zarówno na rzecz samych seniorów jak i w innych obszarach. Oto miejsca, gdzie możecie Państwo nie tylko aktywnie spędzić czas wolny, ale również rozwijać swoje zainteresowania i angażować się społecznie.

Powiat bialski

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat bialski** | |
| **Gmina Biała Podlaska** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Prosta 31  21-500 Biała Podlaska  tel. 83 343 53 27 |
| **Gmina Janów Podlaski** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. 1 Maja 13  21-505 Janów Podlaski  tel. 83 341 30 89  e-mail: [gok@janowpodlaski.pl](mailto:gok@janowpodlaski.pl) |
| Klub Seniora | ul. 1 Maja 13  21-505 Janów Podlaski  tel. 83 341 30 89 |
| Klub Twórców Rękodzieła Artystycznego | ul. 1 Maja 13  21-505 Janów Podlaski  tel. 83 341 30 89 |
| Zespół Ludowy „Pawłowianki” | Nowy Pawłów |
| Zespół Śpiewaczy | Jakówki |
| **Gmina Kodeń** | |
| Gminne Centrum Kultury, Sportu  i Turystyki | ul. Rynek 4  21-509 Kodeń  tel. 83 375 41 37 |
| Stowarzyszenie Inicjatyw Społecznych „Jedność” | ul. 1 Maja 20  21-509 Kodeń  tel. 83 375 41 50 |
| **Gmina Konstantynów** | |
| Gminne Centrum Kultury | ul. Piłsudskiego 4  21-543 Konstantynów  tel. 83 341 50 03  e-mail: [gckkon@op.pl](mailto:gckkon@op.pl) |
| **Miasto Międzyrzec Podlaski** | |
| Miejski Ośrodek Kultury | ul. Warszawska 37  21-560 Międzyrzec Podlaski  tel. 83 371 78 07 |
| Klub Sportowy „MOSiR Huragan” | ul. Zarówie 86  21-560 Międzyrzec Podlaski  tel. 83 371 78 08 |
| Międzyrzecki Uniwersytet III Wieku | ul. Warszawska 37  21-560 Międzyrzec Podlaski  tel. 83 371 78 07 |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów  Oddział Rejonowy | ul. Piłsudskiego 6  21-560 Międzyrzec Podlaski  tel. 83 371 77 97 |
| **Gmina Leśna Podlaska** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Bialska 30  21-542 Leśna Podlaska  tel. 83 345 07 45 |
| Stowarzyszenie „Otwarta Wieś” | Stara Bordziłówka 32  21-542 Leśna Podlaska  tel. 503 147 506 |
| Stowarzyszenie Mieszkańców Wsi Witulin „Razem lepiej” | Witulin 64A  21-542 Leśna Podlaska  tel. 83 345 18 39 |
| Samodzielne Koła Gospodyń Wiejskich | Nosów, Droblin, Worgule |
| **Gmina Piszczac** | |
| Zespół Pieśni i Tańca Ludowego Ziemi Piszczackiej | Piszczac 68  21-530 Piszczac |
| Zespół „Na swojską nutę” | Zaharów 20  21-530 Piszczac |
| Ludowe Stowarzyszenie Sportu, Kultury i Wypoczynku „Korona” | Ortel Królewski I  21-530 Piszczac |
| Koła Gospodyń Wiejskich | w Piszczacu Kolonii,  w Piszczacu,  w Kościeniewiczach,  w Dobrynce, w Chotyłowie,  w Dąbrowicy Małej |
| Stowarzyszenie Twórców Ludowych „Mała Ojczyzna” | ul. Włodawska 8  21-530 Piszczac |
| Stowarzyszenie Promocji i Rozwoju „Nasza Wieś” | Ortel Królewski 86  21-530 Piszczac |
| Koło Emerytów i Rencistów | Chotyłów |
| **Gmina Rokitno** | |
| Gminna Instytucja Kultury | Rokitno 37B  21-504 Rokitno  tel. 83 345 31 20 |
| Zespół Śpiewaczy „Podlasianki” | Rokitno37B  21-504 Rokitno  tel. 83 345 31 20 |
| **Gmina Sławatycze** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Rynek 14  21-515 Sławatycze  tel. 83 378 34 73 |
| Stowarzyszenie Rozwoju Gminy Słowatycze | ul. Rynek 14  21-515 Sławatycze  tel. 83 378 34 73 |
| **Gmina Tuczna** | |
| Stowarzyszenie „Razem” na rzecz rozwoju wsi Tuczna | Tuczna 86  21-523 Tuczna |
| Środowiskowy Dom Samopomocy | Międzyleś 29  21-523 Tuczna  tel. 602 680 474 |

Powiat biłgorajski

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat biłgorajski** | |
| **Gmina Aleksandrów** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna | Aleksandrów III 554  23-408 Aleksandrów  tel. 84 687 50 03 |
| Stowarzyszenie Przyjaciół Aleksandrowa „Przełazek” | Aleksandrów II 209  23-408 Aleksandrów |
| Towarzystwo Krzewienia Kultury Ludowej  im. Kapeli Braci Bździuchów | Aleksandrów III 554  23-408 Aleksandrów  tel. 84 687 50 03 |
| Stowarzyszenie Kombatantów  i Osób Represjonowanych | Aleksandrów II 380  23-408 Aleksandrów |
| **Miasto Biłgoraj** | |
| Miejska Biblioteka Publiczna | ul. Kościuszki 13  23-400 Biłgoraj  tel. 84 686 00 51 |
| Ośrodek Sportu i Rekreacji | ul. Targowa 15  23-400 Biłgoraj  tel. 84 686 26 29 |
| Klub Seniora „Złota Jesień” | ul. Kościuszki 150/49  23-400 Biłgoraj  tel. 84 686 09 47 |
| Stowarzyszenie Biłgorajski Uniwersytet III Wieku | ul. Wita Bartoszewskiego 10  23-400 Biłgoraj  tel. 84 686 23 11 |
| PCK Oddział Rejonowy | ul. 3-go Maja 79  23-400 Biłgoraj  tel. 84 686 26 61 |
| Stowarzyszenie Dzieci Zamojszczyzny Ziemi Biłgorajskiej | ul. Kościuszki 28  23-400 Biłgoraj  tel. 606 207 860 |
| Biłgorajskie Stowarzyszenie Trzeźwości ISKRA | ul. Lubelska 16  23-400 Biłgoraj  tel. 84 686 46 69  e-mail: [bstiskra@poczta.onet.pl](mailto:bstiskra@poczta.onet.pl) |
| Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Koło Biłgoraj | ul. Kościuszki 28  23-400 Biłgoraj  tel. 668 240 081 |
| **Gmina Biszcza** | |
| Gminny Ośrodek Kultury Sportu  i Rekreacji | Biszcza 50  23-425 Biszcza  tel. 84 685 60 67 |
| **Miasto i Gmina Frampol** | |
| Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury | ul. Nowa 5  23-440 Frampol  tel. 84 685 75 59 |
| Klub Seniora „Kwiaty Jesieni” | ul. Nowa 5  23-440 Frampol  tel. 84 685 75 59 |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Bednarska 1  23-450 Goraj  tel. 84 685 80 43  [gok\_goraj@op.pl](mailto:gok_goraj@op.pl) |
| Biblioteka Publiczna | ul. Frampolska 23  23-450 Goraj  tel. 84 685 80 43 |
| Klub Sportowy „Metalowiec” | tel. 515 123 852 |
| Stowarzyszenie Kobiet Goraja „Kobieta Aktywna” | ul. Frampolska 33  23-450 Goraj  tel. 84 685 81 36  e-mail: [malgorzata.duma@op.pl](mailto:malgorzata.duma@op.pl) |
| Stowarzyszenie Inicjatyw Społecznych w Zagrodach „Zagrodzianie” | Zagrody  23-450 Goraj  tel. 602 527 692 |
| Stowarzyszenie Przyjaciół Ziemi Gorajskiej „Gorajszczyzna” | Goraj  23-450 Goraj  tel. 84 6858016 |
| Stowarzyszenie Zwykłe Wędkarzy AMUR | ul. Cmentarna 6  23-450 Goraj  tel. 84 685 80 77  e-mail: [aandre@wp.pl](mailto:aandre@wp.pl) |
| **Miasto i gmina Józefów** | |
| Miejski Ośrodek Kultury | ul. Krótka 9  23-460 Józefów  tel. 84 687 81 22 |
| Miejska Biblioteka Publiczna | ul. Krótka 10  23-460 Józefów  tel. 84 687 82 89 |
| Klub Seniora | ul. Krótka 9  23-460 Józefów  tel. 84 687 81 22 |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Hamernia, 23-460 Józefów |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Majdan Nepryski, 23-460 Józefów |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Górecko Stare, 23-460 Józefów |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Górniki, 23-460 Józefów |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Stanisławów, 23-460 Józefów |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Józefów, 23-460 Józefów |
| Józefowskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Nadzieja” | ul. Miszki Tatara 1/3  23-460 Józefów |
| Stowarzyszenie Rozwoju Wsi Długi Kąt „Roztocze” | Długi Kąt 17  23-460 Józefów |
| Stowarzyszenie Rozwoju Wsi Górecko Stare „Stok” | Górecko Stare  23-460 Józefów |
| Stowarzyszenie na Rzecz Pomocy Rodzinie „Podaj Dłoń” | ul. Górnicza 21a  23-460 Józefów  tel. 84 687 85 31 |
| Caritas Parafii Niepokalanego Poczęcia NMP | ul. Wojska Polskiego 11  23-460 Józefów  tel. 84 687 80 28 |
| Środowiskowy Dom Samopomocy | ul. Miszki Tatara 1  23-460 Józefów  tel. 84 687 93 70 |
| Warsztaty Terapii Zajęciowej | ul. Miszki Tatara 1  23-460 Józefów  tel. 84 687 87 38 |
| Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Podaj Dłoń” Zakład Rehabilitacji w Józefowie | ul. Miszki Tatara 1  23-460 Józefów |
| **Gmina Księżpol** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Biłgorajska 12  23-415 Księżpol  tel. 84 687 71 35 |
| Klub Seniora | ul. Biłgorajska 12  23-415 Księżpol  tel. 84 687 71 35 |
| **Gmina Łukowa** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | Łukowa 569A  23-412 Łukowa |
| Gminna Biblioteka Publiczna | Łukowa 569A  23-412 Łukowa |
| Koło Gospodyń Wiejskich | w Łukowej, Chmielniku, Pisklakach |
| Stowarzyszenie Miłośników Ziemi Łukowskiej | Łukowa 262  23-412 Łukowa |
| Związek Kombatantów RP i Byłych Więźniów Politycznych w Łukowej | Łukowa |
| **Gmina Obsza** | |
| Związek Kombatantów Rzeczypospolitej Polskiej i Byłych Więźniów Politycznych | Obsza 36A  23-413 Obsza  tel. 84 689 10 12 |
| **Gmina Potok Górny** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | Potok Górny 116  23-423 Potok Górny  tel. 84 685 25 48 |
| Stowarzyszenie Kobiet Wiejskich „Dolina” | Lipiny Dolne 55a  23-423 Potok Górny  tel. 503 952 016 |
| Stowarzyszenie Wspierania Tradycji i Kultury „Przedmieście” | Potok Górny 307a  23-423 Potok Górny  tel. 662 660 096 |
| **Miasto i gmina Tarnogród** | |
| Tarnogrodzki Ośrodek Kultury | ul. Rynek 18  23-420 Tarnogród  tel. 84 689 71 43 |
| Klub Seniora | ul. Rynek 18  23-420 Tarnogród  tel. 84 689 71 43 |
| **Gmina Turobin** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna | ul. Piłsudzkiego 30  23-465 Turobin |
| Klub Seniora | ul. Kościelna 2  23-465 Turobin |

Powiat chełmski

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat chełmski** | |
| **Gmina Dubienka** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. I Armii Wojska Polskiego 3  22-145 Dubienka  tel. 82 566 80 67 |
| Klub Seniora | ul. I Armii Wojska Polskiego 3  22-145 Dubienka  tel. 82 566 80 67 |
| Koło Gminne Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów | Dubienka |
| **Gmina Kamień** | |
| Klub Seniora | ul. Diamentowa 15  22-113 Kamień  tel. 501 474 449 |
| **Gmina Leśniowice** | |
| Samorządowy Ośrodek Kultury | Leśniowice 21a  22-122 Leśniowice  tel. 82 567 63 33 |
| **Gmina Rejowiec** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Fabryczna 13  22-360 Rejowiec  tel. 82 568 83 35 |
| Gminna Biblioteka Publiczna | ul. Zwierzyńskiego 8c  22-360 Rejowiec  tel. 82 568 86 88  e-mail: [bpgrejowiec@o2.pl](mailto:bpgrejowiec@o2.pl) |
| **Gmina Rejowiec Fabryczny** | |
| Gminny Ośrodek Kultury im. Ryszarda Kapuścińskiego  w Pawłowie | ul. Lubelska 23a  22-170 Rejowiec Fabryczny |
| Świetlica wiejska w Toruniu | Toruń  22-170 Rejowiec Fabryczny |
| **Miasto Rejowiec Fabryczny** | |
| Miejski Ośrodek Kultury „Dworek” | ul. Lubelska 24A  22-171 Rejowiec Fabryczny  tel. 82 566 31 47 |
| Klub Seniora | ul. Lubelska 24A  22-171 Rejowiec Fabryczny  tel. 82 566 31 47 |
| Stowarzyszenie Inicjatyw Społeczno-Kulturalnych „SZANSA” | ul. Lubelska 24A  22-170 Rejowiec Fabryczny |
| **Gmina Sawin** | |
| Koło Gminne Polskiego Związku Emerytów, Rencistów  i Inwalidów | Sawin |
| **Gmina Wierzbica** | |
| Koło Gminne Polskiego Związku Emerytów, Rencistów  i Inwalidów | Wierzbica |
| Koło Gminne Związku Kombatantów Rzeczpospolitej Polskiej  i Byłych Więźniów Politycznych | Wierzbica |
| **Gmina Żmudź** | |
| Gminne Centrum Kultury | Żmudź 2  22-114 Żmudź  tel. 82 568 01 80 |
| Stowarzyszenie na Rzecz Osób Niepełnosprawnych | Wólka Leszczańska 34A  22-114 Żmudź  tel. 82 825 68 04 |
| Stowarzyszenie Przyjaciół Gminy Żmudź | Żmudź 2  22-114 Żmudź |
| Środowiskowy Dom Samopomocy „Wrzos” | Wólka Leszczańska 34A  22-114 Żmudź |

Powiat hrubieszowski

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat hrubieszowski** | |
| **Gmina Dołhobyczów** | |
| Klub Seniora | ul. Spółdzielcza 8  22-540 Dołhobyczów  tel. 84 653 24 19 |
| **Gmina Horodło** | |
| Klub Seniora | ul. Hrubieszowska 1  22-523 Horodło  tel. 84 651 51 01 |
| Zespół Śpiewaczy „Nadburzanie” | ul. Hrubieszowska 1  22-523 Horodło  tel. 84 651 51 01 |
| **Gmina Hrubieszów** | |
| Gminny Ośrodek Kultury z/s w Wołajowicach | Wołajowice 33  22-500 Hrubieszów  tel. 84 698 14 86  e-mail: [gok-wolajowice@gok-wolajowice.pl](mailto:gok-wolajowice@gok-wolajowice.pl) |
| Gminna Biblioteka Publiczna  w Moniatyczach | Moniatycze  22-500 Hrubieszów  tel. 84 691 80 19  e-mail: [biblioteka.moniatycze@neostrada.pl](mailto:biblioteka.moniatycze@neostrada.pl) |
| Gminna Biblioteka Publiczna  Filia w Czerniczynie | Czerniczyn  22-500 Hrubieszów  tel. 84 697 31 14  e-mail: [bpczerniczyn@gok-wolajowice.pl](mailto:bpczerniczyn@gok-wolajowice.pl) |
| Gminna Biblioteka Publiczna  Filia w Dziekanowie | Dziekanów  22-500 Hrubieszów  tel. 84 699 12 56  e-mail: [dziekanow.biblioteka@neostrada.pl](mailto:dziekanow.biblioteka@neostrada.pl) |
| Gminna Biblioteka Publiczna  Filia w Mienianach | Mieniany  22-500 Hrubieszów  e-mail: [bpmieniany@gok-wolajowice.pl](mailto:bpmieniany@gok-wolajowice.pl) |
| Gminna Biblioteka Publiczna  Filia w Stefankowicach | Stefankowice  22-500 Hrubieszów  tel. 84 691 80 14  e-mail: [bpstefankowice@gok-wolajowice.pl](mailto:bpstefankowice@gok-wolajowice.pl) |
| Klub Seniora „Srebrne Świerki” | Kułakowice Trzecie |
| Koła Gospodyń Wiejskich | w Brodzicy, Cichobórzu, Czerniczynie, Czumowie, Dąbrowie, Dziekanowie, Gródku, Husynnem, Jankach, Koble, Kosmowie, Kozodawach, Kułakowicach Pierwszych, Kułakowicach Trzecich, Masłomęczu, Metelinie, Moniatyczach, Mienianach, Moroczynie, Nowosiółkach, Obrowcu, Ślipczu, Świerszczowie, Szpikołosach, Teptiukowie, Ubrodowicach |
| **Miasto Hrubieszów** | |
| Hrubieszowski Dom Kultury | ul. 3-go Maja 7  22-500 Hrubieszów  tel. 84 696 26 15 |
| Klub Seniora „Złoty Wiek” | ul. 3-go Maja 7  22-500 Hrubieszów  tel. 84 696 26 15 |
| Klub Seniora „Słoneczko” | ul. Polna 19  22-500 Hrubieszów  tel. 84 6962965 |
| Uniwersytet III Wieku | ul. 3-go Maja 37  22-500 Hrubieszów  tel. 84 696 48 80 |
| Polski Czerwony Krzyż Oddział Rejonowy | ul. 3-go Maja 15  22-500 Hrubieszów  tel. 84 696 24 10 |
| **Gmina Mircze** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Kryłowska 20  22-530 Mircze  tel. 84 6519072 |
| Gminna Bibliotek Publiczna | ul. Kryłowska 20  22-530 Mircze  tel. 84 651 90 72  e-mail: [biblioteka.mircze@vp.pl](mailto:biblioteka.mircze@vp.pl) |
| Zespół Śpiewaczy z Kapelą „Echo” | ul. Kryłowska 20  22-530 Mircze  tel. 84 651 90 72 |
| Zespół Śpiewaczy „Szychowianki” | ul. Kryłowska 20  22-530 Mircze  tel. 84 651 90 72 |
| Zespół Wokalny „Arabeska” | ul. Kryłowska 20  22-530 Mircze  tel. 84 651 90 72 |
| boisko wielofunkcyjne Orlik 2012 | ul. Kryłowska 27  22-530 Mircze |
| Klub Seniora | ul. Kryłowska 20  22-530 Mircze  tel. 84 651 90 72 |
| Środowiskowy Dom Samopomocy w Modryniu | Modryń 65  22-530 Mircze  tel. 84 651 90 42  e-mail: [sdsmodryn@op.pl](mailto:sdsmodryn@op.pl) |
| Koła Gospodyń Wiejskich | Mircze, Górka Zabłocie, Modryń Kolonia, Szychowice, Miętkie, Wereszyn, Wiszniów, Tuczapy, Stara Wieś |
| **Gmina Trzeszczany** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | Trzeszczany Pierwsze 194  22-554 Trzeszczany  tel. 84 6575075 |
| Zespół Śpiewaczy „Stokrotki” | Trzeszczany Pierwsze 194  22-554 Trzeszczany  tel. 84 657 50 75 |
| Klub Seniora „Platan” w Nieledwi | Trzeszczany Pierwsze 194  22-554 Trzeszczany  tel. 84 657 50 75 |
| **Gmina Uchanie** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Partyzantów 1  22-510 Uchanie  tel. 84 657 72 00 |
| Klub Seniora | ul. Partyzantów 1  22-510 Uchanie  tel. 84 657 72 00 |
| Wiejski Klub Sportowy  w Jarosławcu | ul. Wojsławska 4  22-510 Uchanie |
| Stowarzyszenie Kół Gospodyń Wiejskich | Staszic 35  22-510 Uchanie |
| Stowarzyszenie Wsi Chyżowice | Chyżowice 47  22-510 Uchanie |
| Stowarzyszenie Przyjaciół Teratyna | Teratyn 72  22-510 Uchanie |
| **Gmina Werbkowice** | |
| Klub Seniora | ul. J. Piłsudskiego 2  22-550 Werbkowice  tel. 84 657 20 32 |

Powiat janowski

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat janowski** | |
| **Gmina Batorz** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | Batorz Pierwszy 49a  23-320 Batorz  tel. 15 874 51 10 |
| **Gmina Chrzanów** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna | Chrzanów III 112  23-305 Chrzanów  tel. 15 875 51 32 wew. 25 |
| Klub Seniora „Złota Jesień” | Otrocz  23-305 Chrzanów |
| Stowarzyszenie Koło Gospodyń Wiejskich „Maliniaki” | Malinie  23-305 Chrzanów |
| Ludowo-Uczniowski Klub „Roztoczanie” | Chrzanów III 112  23-305 Chrzanów  tel. 15 875 51 32 |
| **Gmina Dzwola** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna  i Ośrodek Kultury | Kocudza Druga 59  23-304 Dzwola  tel. 881 799 703  e-mail: [gbpiokdzwola@wp.pl](mailto:gbpiokdzwola@wp.pl) |
| Stowarzyszenie Klub Seniora | Kocudza Trzecia 6  23-304 Dzwola  tel. 661 492 281 |
| Stowarzyszenie Koło Gospodyń Wiejskich | Kocudza Druga 58  23-304 Dzwola  tel. 693 646 214 |
| **Miasto Janów Lubelski** | |
| Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji | ul. Ks. Skorupki 9  23-300 Janów Lubelski |
| Klub Seniora „Janowiacy” | ul. Ogrodowa 16  23-300 Janów Lubelski |
| Klub Sybaryci | ul. Bohaterów Porytowego Wzgórza 23  23-300 Janów Lubelski |
| Janowski Uniwersytet III Wieku | ul. Bohaterów Porytowego Wzgórza 23  23-300 Janów Lubelski |
| **Gmina Modliborzyce** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Zamkowa 1  23-310 Modliborzyce  tel. 15 871 50 21 |
| Gminna Biblioteka Publiczna | ul. Piłsudskiego 63  23-310 Modliborzyce  tel. 15 871 51 03 |
| Klub Seniora | ul. Zamkowa 1  23-310 Modliborzyce  tel. 15 871 50 21 |

Powiat krasnostawski

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat krasnostawski** | |
| **Gmina Fajsławice** | |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów | 21-060 Fajsławice  tel. 662 162 171 |
| **Gmina Gorzków** | |
| Centrum Społeczno-Kulturalne | ul. Nadrzeczna 4  22-315 Gorzków  tel. 84 683 85 64 |
| Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów | ul. Nadrzeczna 4  22-315 Gorzków |
| **Gmina Izbica** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna im. Anny Platto  w Izbicy z/s w Tarnogórze | ul. Krakowskie Przedmieście 4A  22-375 Izbica |
| Wiejski Dom Kultury | w Wirkowicach, Wólce Orłowskiej, Ostrzycy, Stryjowie, Romanowie, Tarzymiechach, Orłowie Drewnianym |
| Samorządowy Ośrodek Kultury  i Sportu w Izbicy z/s w Tarnogórze | ul. Krakowskie Przedmieście 72A  22-375 Izbica |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów  Koło w Tarnogórze | ul. Krakowskie Przedmieście 72A  22-375 Izbica |
| Gminny Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów | ul. Gminna 4  22-375 Izbica |
| **Gmina Krasnystaw** | |
| Gminne Centrum Kultury  w Krasnymstawie  z/s w Siennicy Nadolnej | Siennica Nadolna 15D  22-302 Siennica Nadolna  tel. 82 577 06 25 |
| Zespół Śpiewaczy „Melodia” | Siennica Nadolna 15D  22-302 Siennica Nadolna  tel. 82 577 06 25 |
| Klub Seniora | Siennica Nadolna 15D  22-302 Siennica Nadolna  tel. 82 577 06 25 |
| **Miasto Krasnystaw** | |
| **Lubelski Uniwersytet III Wieku** Filia w Krasnymstawie | ul. Okrzei 23  22-300 Krasnystaw  e-mail: [mbpkrasnystaw@wp.pl](mailto:mbpkrasnystaw@wp.pl) |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów | ul. Okrzei 25  22-300 Krasnystaw  tel. 82 576 53 42 |
| Dzienny Dom Pomocy Społecznej | ul. Piłsudskiego 9  22-300 Krasnystaw  tel. 82 576 22 81 |
| **Gmina Siennica Różana** | |
| Centrum Kultury | Siennica Różana 258  22-304 Siennica Różana  tel. 82 575 99 53  e-mail: [goksiennica@gmail.com](mailto:goksiennica@gmail.com) |
| Biblioteka | Siennica Różana 258  22-304 Siennica Różana  tel. 82 575 99 53 |
| Uniwersytet III Wieku | Siennica Różana 265 A  22-304 Siennica Różana  tel. 82 575 92 81  e-mail: [siennicarozana@gmial.com](mailto:siennicarozana@gmial.com) |
| Stowarzyszenie Miłośników Ziemi Siennickiej | Siennica Różana 265 A  22-304 Siennica Różana  tel. 82 575 92 81  e-mail: [stowmzs@gmial.com](mailto:stowmzs@gmial.com) |

Powiat kraśnicki

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat kraśnicki** | |
| **Miasto i gmina Annopol** | |
| Centrum Kultury | ul. Radomska 26  23-235 Annopol  tel. 15 861 30 63 |
| Gminny Klub Aktywnego Seniora | ul. Radomska 26  23-235 Annopol  tel. 15 861 30 63 |
| Środowiskowy Dom Samopomocy | ul. Kościuszki 2  23-235 Annopol  tel. 15 861 33 32  e-mail: [sdsannopol@wp.pl](mailto:sdsannopol@wp.pl) |
| **Gmina Gościeradów** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna | Gościeradów Folwark  os. POM 7  23-275 Gościeradów  tel. 15 875 51 12  e-mail: [biblioteka.goscieradow@gmail.com](mailto:biblioteka.goscieradow@gmail.com) |
| Klub Seniora | Gościeradów Folwark  os. POM 7  23-275 Gościeradów |
| Klub Seniora | Gościeradów Ukazowy 61  23-275 Gościeradów |
| Stowarzyszenie Promocji i Rozwoju Gminy Gościeradów | Gościeradów Ukazowy 61  23-275 Gościradów  tel. 15 838 11 68 |
| **Gmina Kraśnik** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna | ul. Akacjowa 4  Stróża-Kolonia  23-206 Kraśnik  tel. 81 821 13 79 |
| **Miasto Kraśnik** | |
| **Lubelski Uniwersytet III Wieku** Filia w Kraśniku | Al. Niepodległości 44 23-210 Kraśnik  tel. 81 825 51 91 |
| Środowiskowy Dom Samopomocy | ul. Grunwaldzka 6  23-204 Kraśnik  tel. 81 828 18 64  e-mail: [sds\_krasnik@onet.eu](mailto:sds_krasnik@onet.eu) |
| **Gmina Trzydnik Duży** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | Trzydnik Duży 3  23-230 Trzydnik Duży |
| **Gmina Urzędów** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Błażeja Dzikowskiego 1  23-250 Urzędów  tel. 81 822 50 81 |
| Gminna Biblioteka Publiczna | ul. Błażeja Dzikowskiego 1  23-250 Urzędów  tel. 81 822 51 46 |
| Klub Seniora | ul. A. Hevelke 1  23-250 Urzędów  tel. 81 822 54 35 |
| Urzędowskie Stowarzyszenie Dzieci i Osób Niepełnosprawnych: | ul. Błażeja Dzikowskiego 1  23-250 Urzędów  tel. 81 822 52 09 |
| **Gmina Zakrzówek** | |
| Gminny Dom Kultury | ul. Żeromskiego 24B  23-213 Zakrzówek  tel. 81 825 38 49  e-mail: [gdkzakrzowek@gmial.com](mailto:gdkzakrzowek@gmial.com) |
| Klub Seniora | ul. Żeromskiego 24B  23-213 Zakrzówek  tel. 81 825 38 49 |

Powiat lubartowski

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat lubartowski** | |
| **Gmina Abramów** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna | ul. 22 Lipca 2  21-143 Abramów  tel. 81 852 50 16 |
| **Gmina Firlej** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna | ul. Kościelna 4  21-136 Firlej  tel. 81 857 50 83 |
| **Gmina Kamionka** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Grobelna 14  21-132 Kamionka  tel. 81 852 71 54 |
| Klub Seniora | ul. Grobelna 14  21-132 Kamionka  tel. 81 852 71 54 |
| **Miasto Lubartów** | |
| Klub Seniora | ul. Szaniawskiego 64  21-100 Lubartów  tel. 798 749 334 |
| Klub Złotego Wieku | ul. Cicha 6  21-100 Lubartów |
| Uniwersytet III Wieku | ul. Lubelska 36  21-100 Lubartów  tel. 660 973 849  e-mail: [utwlub13@wp.pl](mailto:utwlub13@wp.pl) |
| Stowarzyszenie Inicjatyw Lokalnych „SIL” | ul. Szaniawskiego 64  21-100 Lubartów  tel. 798 749 334  e-mail: [sil@lubartow.org](mailto:sil@lubartow.org) |
| Dzienny Dom Pomocy Społecznej | ul. Krzywe Koło 36  21-100 Lubartów  tel. 81 855 24 46 |
| Związek Kombatantów Rzeczypospolitej Polskiej i Byłych Więźniów Politycznych Koło Miejskie | ul. Mickiewicza 8  21-100 Lubartów |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów  Oddział Rejonowy | ul. Cicha 6  21-100 Lubartów |
| Stowarzyszenie Opiekuńcze „Nadzieja” | ul. Słowackiego 21  21-100 Lubartów  tel. 609 564 217 |
| **Gmina Lubartów** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna | ul. Lubelska 18A  21-100 Lubartów  tel. 81 854 59 03  e-mail: [gbp\_lubartow@o2.pl](mailto:gbp_lubartow@o2.pl) |
| Gminna Biblioteka Publiczna  w Lubartowie Filia w Lisowie | Lisów  21-100 Lubartów  tel. 81 855 28 09  e-mail: [lisow@vp.pl](mailto:lisow@vp.pl) |
| Gminna Biblioteka Publiczna  w Lubartowie  Filia w Nowodworze | Nowodwór  21-100 Lubartów  tel. 81 854 39 17  e-mail: [nowowdwor@op.pl](mailto:nowowdwor@op.pl) |
| Gminna Biblioteka Publiczna  w Lubartowie Filia w Rokitnie | Rokitno  21-100 Lubartów  tel. 81 851 81 42  e-mail: [zuza331@wp.pl](mailto:zuza331@wp.pl) |
| Gminna Biblioteka Publiczna  w Lubartowie Filia w Skrobowie | Skrobów  21-100 Lubartów  tel. 81 854 55 37  e-mail: [ap727@02.pl](mailto:ap727@02.pl) |
| Gminna Biblioteka Publiczna  w Lubartowie Filia w Trzcińcu | Trzciniec  21-100 Lubartów  tel. 81 855 50 40  e-mail: [gbpftrzciniec@wp.pl](mailto:gbpftrzciniec@wp.pl) |
| Klub Seniora | Lisów  21-100 Lubartów  Tel. 81 855 28 09  e-mail: [lisow@vp.pl](mailto:lisow@vp.pl) |
| Klub Seniora | Skrobów  21-100 Lubartów  tel. 81 854 55 537  e-mail: [ap727@02.pl](mailto:ap727@02.pl) |
| Klub Seniora | Trzciniec  21-100 Lubartów  tel. 81 855 50 40  e-mail: [gbpftrzciniec@wp.pl](mailto:gbpftrzciniec@wp.pl) |
| **Gmina Michów** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna | ul. Strażacka 1  21-140 Michów  tel. 81 856 62 57 |
| Dwie grupy samopomocowe dla osób uzależnionych  od alkoholu i ich rodzin | ul. Tysiąclecia 2  21-140 Michów  tel. 81 856 60 01 |
| Towarzystwo Przyjaciół Michowa | ul. Rynek I  21-140 Michów |
| **Miasto i gmina Ostrów Lubelski** | |
| Centrum Kultury | ul. Partyzantów 14  21-110 Ostrów Lubelski  tel. 81 852 00 37 |
| Towarzystwo Ziemi Ostrowa Lubelskiego | ul. Partyzantów 14  21-110 Ostrów Lubelski  tel. 81 852 00 37 |
| Koło Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów | ul. Partyzantów 14  21-110 Ostrów Lubelski  tel. 81 852 00 37 |
| Koło Miejsko-Gminnego Związku Kombatantów RP  i Byłych Więźniów Politycznych | ul. Partyzantów 14  21-110 Ostrów Lubelski  tel. 81 852 00 37 |
| **Gmina Ostrówek** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna | Ostrówek 57  21-102 Ostrówek  tel. 81 856 22 36 |

Powiat lubelski

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat lubelski** | |
| **Miasto Bełżyce** | |
| Miejski Dom Kultury | ul. Tysiąclecia 36  24-200 Bełżyce  tel. 81 517 27 40 |
| Centrum Kultury Fizycznej i Sportu | ul. Zamkowa 47  24-200 Bełżyce  tel. 81 517 20 33 |
| Klub Seniora | ul. Tysiąclecia 36  24-200 Bełżyce  tel. 81 517 22 30 |
| Klub Kobiet | ul. Tysiąclecia 36  24-200 Bełżyce  tel. 81 517 22 30 |
| Koło Kobiet Aktywnych | Zagórze 35  24-200 Bełżyce |
| Stowarzyszenie Kreatywnych Kobiet „Stokrotka” | ul. Wzgórze 172  24-200 Bełżyce  tel. 691 054 986 |
| Stowarzyszenie „Wspierajmy się” | ul. Fabryczna 2b  24-200 Bełżyce  tel. 81 516 27 52 |
| Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów  Oddział Rejonowy | ul. Fabryczna 2b  24-200 Bełżyce  tel. 81 516 27 54 |
| **Miasto Bychawa** | |
| Bychawskie Centrum Kultury | ul. M. J. Piłsudskiego 34  23-100 Bychawa  tel. 81 566 01 24 |
| Klub Seniora | ul. M. J. Piłsudskiego 34  23-100 Bychawa  tel. 81 566 01 24 |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów | ul. M. J. Piłsudskiego 22,  23-100 Bychawa |
| Związek Inwalidów Wojennych RP | ul. M. J. Piłsudskiego 22,  23-100 Bychawa |
| Związek Kombatantów Rzeczpospolitej Polskiej  i Byłych Więźniów Politycznych | ul. M. J. Piłsudskiego 22,  23-100 Bychawa |
| Bychawskie Stowarzyszenie „Podkowa” | ul. Pileckiego 20  23-100 Bychawa |
| **Gmina Jastków** | |
| Gminny Ośrodek Kultury i Sportu | Dąbrowica 133  21-008 Tomaszowice  tel. 81 502 08 27 |
| **Gmina Konopnica** | |
| Biblioteka Publiczna Gminy Konopnica | Kozubszczyzna 127  21-030 Motycz  tel. 81 503 12 52 |
| Biblioteka Publiczna Gminy Konopnica Filia w Motyczu | Motycz 33  21-030 Motycz  tel. 81 503 17 38 |
| Biblioteka Publiczna Gminy Konopnica Filia w Radawcu Dużym | Radawiec Duży 145  21-030 Motycz  tel. 81 723 56 92 |
| Biblioteka Publiczna Gminy Konopnica  Filia w Zemborzycach Tereszyńskich | Zemborzyce Tereszyńskie 2  20-515 Lublin 51  tel. 81 750 00 52 |
| Dom Kultury | Motycz 32 B  21-030 Motycz  tel. 81 503 19 65 |
| Ośrodek Twórczych Działań | Radawczyk Drugi 33  21-030 Motycz |
| **Gmina Krzczonów** | |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów  Koło w Krzczonowie | ul. Żeromskiego 11  23-110 Krzczonów  tel. 81 566 40 74 |
| **Gmina Zakrzew** | |
| Biblioteka Publiczna Gminy Zakrzew | Zakrzew 26  23-155 Zakrzew  tel. 84 680 92 22 |

Powiat łęczyński

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat łęczyński** | |
| **Gmina Cyców** | |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów  Oddział Rejonowy | ul. Chełmska 40  21-070 Cyców |
| **Gmina Ludwin** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna | Ludwin 52  21-075 Ludwin |
| Klub Seniora | Ludwin 52  21-075 Ludwin |
| **Miasto i gmina Łęczna** | |
| Centrum Kultury | ul. Obrońców Pokoju 1  21-010 Łęczna  tel. 81 752 15 47  e-mail: [info@ck.leczna.pl](mailto:info@ck.leczna.pl) |
| Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna im. Zbigniewa Herberta | ul. Bożniczna 21  21-010 Łęczna  tel. 81 752 02 04 |
| Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna im. Zbigniewa Herberta Filia nr 1 | ul. Górnicza 12  21-010 Łęczna  tel. 81 46231 83 |
| Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna im. Zbigniewa Herberta Filia nr 2 | ul. Obrońców Pokoju 1  21-010 Łęczna  tel. 81 462 93 13 |
| Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna im. Zbigniewa Herberta Filia nr 3 | ul. Jaśminowa 4  21-010 Łęczna  tel. 81 462 75 05 |
| Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna im. Zbigniewa Herberta Filia nr 4 | Zakrzów  21-010 Łęczna  tel. 81 752 11 65 |
| Klub 50+ | ul. Górnicza 12  21-010 Łęczna |
| Uniwersytet III Wieku | Plac Kościuszki 22  21-010 Łęczna |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów  Zarząd Rejonowy | Plac Kościuszki 22/6  21-010 Łęczna  tel. 662 493 470 |
| Katolickie Stowarzyszenie Emerytów i Rencistów  im. Jana Pawła II | ul. Świętoduska 2  21-010 Łęczna  tel. 81 752 20 51 |
| **Gmina Milejów** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Fabryczna 1  21-020 Milejów  tel. 81 757 20 32 |
| **Gmina Puchaczów** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Rynek 3  21-013 Puchaczów  tel. 81 757 53 45  e-mail: [gokpuch@wp.pl](mailto:gokpuch@wp.pl) |
| Gminna Biblioteka Publiczna | ul. Rynek 3  21-013 Puchaczów  tel. 81 757 51 41  e-mail: [gbppuchaczow@interia.pl](mailto:gbppuchaczow@interia.pl) |
| **Gmina Spiczyn** | |
| Gminne Centrum Kultury | Ziółków 49B  21-077 Spiczyn  tel. 506 509 814 |
| Gminna Biblioteka Publiczna | Spiczyn 8a  21-077 Spiczyn |

Powiat łukowski

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat łukowski** | |
| **Gmina Krzywda** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna | ul. Łukowska 20  21-470 Krzywda  tel. 25 755 12 24 |
| Gminna Biblioteka Publiczna  Filia Huta Dąbrowa | ul. Hutnicza 53  21-470 Krzywda |
| Gminna Biblioteka Publiczna  Filia Okrzeja | ul. Tadeusza Kościuszki 3B  21-470 Krzywda |
| Stowarzyszenie Krzewienia Kultury Wiejskiej „Szansa” | ul. Łukowska 20  21-470 Krzywda  tel. 25 755 10 06 |
| Stowarzyszenie Rozwoju Gminy Krzywda „Lepsze Jutro” | ul. Osiedlowa 5  21-470 Krzywda  tel. 25 755 10 88 |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów Stowarzyszenie Wyższej Użyteczności | ul. Osiedlowa 3B/13  21-470 Krzywda |
| Środowiskowy Dom Samopomocy w Anielinie | Kożuchówka 71  21-470 Krzywda  tel. 25 755 10 45 |
| **Miasto Łuków** | |
| Klub Seniora „APIS” | os. Chęcińskiego 1  21-400 Łuków |
| Klub Seniora „Promyk Nadziei” | ul. Międzyrzecka 60  21-400 Łuków |
| Łukowskie Stowarzyszenie Rozwoju | ul. Tryboniów 3a  21-400 Łuków  tel. 25 798 95 37 |
| **Gmina Serokomla** | |
| Klub Seniora | ul. Warszawska 21  21-413 Serokomla |
| **Gmina Stanin** | |
| Związek Nauczycielstwa Polskiego Zarząd Oddziału w Łukowie Koło w Staninie – Sekcja Emerytów i Rencistów | Stanin  21-422 Stanin |
| **Gmina Stoczek Łukowski** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna  w Starych Kobiałkach | Stare Kobiałki 18  21-450 Stoczek Łukowski  tel. 25 797 41 98 |
| **Gmina Wola Mysłowska** | |
| Gminna Biblioteka | Wola Mysłowska 57  21-426 Wola Mysłowska  tel. 25 754 26 17 |
| Stowarzyszenie Rozwoju Gminy Wola Mysłowska | Wola Mysłowska 57  21-426 Wola Mysłowska  tel. 25 754 25 22 |

Powiat opolski

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat opolski** | |
| **Gmina Józefów nad Wisłą** | |
| Gminne Centrum Kultury | ul. Parkowa 13  24-340 Józefów nad Wisłą  tel. 81 828 50 78 |
| Klub Seniora | ul. Parkowa 13  24-340 Józefów nad Wisłą  tel. 81 828 50 78 |
| **Gmina Karczmiska** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna | ul. Centralna 6  24-310 Karczmiska |
| Klub Seniora | ul. Centralna 6  24-310 Karczmiska |
| Towarzystwo Rozwoju Ziemi Karczmiskiej | ul. Centralna 6  24-310 Karczmiska |
| **Gmina Łaziska** | |
| Gminna Biblioteka i Dom Kultury | Łaziska 61  24-335 Łaziska  tel. 81 828 90 12  e-mail: [dyrektor@bibliotekawlaziskach.pl](mailto:dyrektor@bibliotekawlaziskach.pl) |
| Klub Seniora | Łaziska 61  24-335 Łaziska  tel. 81 828 90 12 |
| Stowarzyszenie Kobiet „Łaziszczanki” | Łaziska 24  24-335 Łaziska  tel. 699 932 668  e-mail: [laziszczanki@gmail.com](mailto:laziszczanki@gmail.com) |
| **Miasto Opole Lubelskie** | |
| Opolskie Centrum Kultury | ul. Lubelska 30  24-300 Ople Lubelskie  tel. 81 827 25 67 |
| Rada Seniorów | ul. Lubelska 4  24-300 Opole Lubelskie  tel. 508 139 028 |
| **Lubelski Uniwersytet III Wieku** Filia w Opolu Lubelskim | ul. Długa 17  24-300 Opole Lubelskie  tel. 81 827 21 33 |
| Polski Związek Niewidomych Koło Terenowe w Opolu Lubelskim | tel. 510 143 635 |
| Związek Kombatantów Rzeczypospolitej Polskiej i Byłych Więźniów Politycznych Koło Miejskie w Opolu Lubelskim | ul. Lubelska 4  24-300 Ople Lubelskie  tel. 508 139 028 |
| **Miasto Poniatowa** | |
| **Lubelski Uniwersytet III Wieku** Filia w Poniatowej | ul. Fabryczna 1  24-320 Poniatowa |
| **Gmina Wilków** | |
| Stowarzyszenie Klub Seniora | Wilków 11  24-313 Wilków |

Powiat parczewski

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat parczewski** | |
| **Gmina Dębowa Kłoda** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | Dębowa Kłoda  21-211 Dębowa Kłoda  tel. 83 355 70 84 |
| Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju Chmielowa Korony i Marianówki | Chmielów 36  21-211 Chmielów  tel. 609-493-203 |
| Stowarzyszenie Kobiet Aktywnych | Chmielów 14  21-211 Chmielów  tel. 507 117 089  e-mail: [grad1418@wp.pl](mailto:grad1418@wp.pl) |
| Stowarzyszenie „Perły Chmielowa” | Chmielów 14  21-211 Chmielów  tel. 507 117 089  e-mail: [grad1418@wp.pl](mailto:grad1418@wp.pl) |
| Nasza Przyszłość | Uhnin 121  21-211 Uhnin  tel. 511 469 939  e-mail: [jolaczarnacka@wp.pl](mailto:jolaczarnacka@wp.pl) |
| Stowarzyszenie Nasza Białka | Białka 87  21-211 Białka  tel. 501467390  e- mail: agusia02\_78@tlen.pl |
| Stowarzyszenie  „Razem możemy wszystko” | Uhnin  tel. 503 474 269  e-mail: [stowarzyszenieUhnin@gmail.com](mailto:stowarzyszenieUhnin@gmail.com) |
| **Gmina Jabłoń** | |
| Gminny Ośrodek Kultury w Jabłoniu | ul. Jadwigi Tokarskiej 2/3  21-205 Jabłoń |
| Gminna Biblioteka Publiczna  w Jabłoniu | ul. Jadwigi Tokarskiej 2/3  21-205 Jabłoń |
| Gminna Biblioteka Publiczna  w Jabłoniu Filia w Paszenkach | Paszenki 27  21-205 Jabłoń  tel. 83 356 00 25 |
| Gminna Biblioteka Publiczna  w Jabłoniu Filia w Kolanie | Kolano 44  21-205 Jabłoń |
| Gminna Biblioteka Publiczna  w Jabłoniu Filia w Gęsi | Gęś 165  21-205 Jabłoń |
| Wiejski Dom Kultury w Kolanie | Kolano 43  21-205 Jabłoń |
| Wiejski Dom Kultury w Paszenkach | Paszenki 27  21-205 Jabłoń |
| Muzeum Augusta Zamoyskiego  w Jabłoniu | ul. Augusta Zamoyskiego 9A  21-205 Jabłoń  tel. 83 356 00 68  e-mail: [muzeum@augustazamoyskiego.eu](mailto:muzeum@augustazamoyskiego.eu) |
| Świetlica Wiejska w Gęsi | Gęś 96  21-205 Jabłoń |
| Świetlica Wiejska w Dawidach | Dawidy 94  21-205 Jabłoń |
| Świetlica Wiejska w Kalince | Kalinka 27  21-205 Jabłoń |
| Świetlica Wiejska przy OSP  w Jabłoniu | ul. A. Zamoyskiego 78  21-205 Jabłoń |
| Stowarzyszenie Miłośników Ziemi Jabłońskiej | ul. A. Zamoyskiego 9a  21-205 Jabłoń |
| **Miasto i Gmina Parczew** | |
| Parczewski Dom Kultury | ul. Bema 5  21-200 Parczew  tel. 83 354 25 56  e-mail: pdk\_ [parczew@onet.pl](mailto:parczew@onet.pl) |
| Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna | ul. 11 listopada 62  21-200 Parczew |
| Powiatowa Biblioteka Publiczna Centrum Kultury | ul. Jana Pawła 36  21-200 Parczew  tel. 83 355 15 76 |
| Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji | ul. Al. Jana Pawła 1  21-200 Parczew  tel. 83 355 12 51 |
| Klub Seniora „Złota Jesień” | ul. Bema 5  21-200 Parczew  tel. 83 354 25 56 |
| Lubelski Uniwersytet III Wieku  Filia w Parczewie | ul. Bema 5  21-200 Parczew  tel. 83 354 25 56 |
| Wypożyczalnia Sprzętu Rehabilitacyjnego | ul. Kościelna 77  21-200 Parczew  tel. 83 355 04 52 |
| Polski Związek Emerytów Rencistów i Inwalidów | ul. Warszawska 24A  21-200 Parczew |

Powiat puławski

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat puławski** | |
| **Gmina Baranów** | |
| Gminne Centrum Kultury | ul. Rynek 14  24-105 Baranów  tel. 81 883 40 45 wew.29  e-mail: [gck@gminabaranow.pl](mailto:gck@gminabaranow.pl) |
| **Gmina Janowiec** | |
| Stowarzyszenie Koło Gospodyń Wiejskich | ul. Plac Wolności 1  24-123 Janowiec |
| Stowarzyszenie Koło Gospodyń Wiejskich | Oblasy 84  24-123 Janowiec |
| Stowarzyszenie Koło Gospodyń Wiejskich | Janowice 17  24-123 Janowiec |
| **Gmina Końskowola** | |
| Gminny Ośrodek Kultury – Zespół Pokolenia, Śpiewający Seniorzy | ul. Lubelska 93  24-130 Końskowola |
| Gminna Biblioteka Publiczna | ul. Lubelska 93  24-130 Końskowola |
| Polski Związek Emerytów Rencistów i Inwalidów  Koło Nr 5 | ul. Lubelska 93  24-130 Końskowola |
| Stowarzyszenie Osób Niepełnosprawnych, Opiekunów i Przyjaciół „Radość” | ul. Lubelska 81 a  24-130 Końskowola  tel. 81 889 20 53 |
| **Gmina Kurów** | |
| Stowarzyszenie „Kobiety Razem” | Klementowice 169  24-170 Kurów |
| Stowarzyszenie Osób Niepełnosprawnych „Otwarty Krąg” | ul. Lubelska35  24-170 Kurów  tel. 500 233 235 |
| **Gmina Nałęczów** | |
| Oddział Polskiego Związku Emerytów Rencistów i Inwalidów | ul. Lipowa 3  24-150 Nałęczów |
| **Miasto Puławy** | |
| **Lubelski Uniwersytet III Wieku**  Filia w Puławach | 24–100 Puławy ul. Wojska Polskiego 4 POK „Dom Chemika” tel. 81 887 96 01, e-mail: [alicja\_krawczyk@dobramama.pl](mailto:alicja_krawczyk@dobramama.pl) |
| **Gmina Puławy** | |
| Towarzystwo Przyjaciół Góry Puławskiej | ul. Ogrodowa 18  24-100 Góra Puławska  tel. 81 880 50 80 |
| Towarzystwo Przyjaciół Gołębia | ul. Folwarki 1  24-100 Gołąb,  tel. 81 881 32 22 |
| **Gmina Wąwolnica** | |
| Gminny Dom Kultury – Zespół Śpiewaczy „Senior” | ul. Rynek 32  24 160 Wąwolnica  tel. 81 882 50 30 |

Powiat radzyński

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat radzyński** | |
| **Gmina Borki** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Wesoła 29  Wola Osowińska  21-345 Borki  tel. 81 857 41 95 |
| Stowarzyszenie Rozwoju i Promocji Wsi Sitno | Sitno  21-345 Borki |
| **Miasto Radzyń Podlaski** | |
| Stowarzyszenie Klub Seniora „Przyjaźń” | ul. Jana Pawła II 4  21-300 Radzyń Podlaski  tel. 507 148 320 |
| Klub Seniora  „Radzyniacy” i „Kormoran” | ul. Jana Pawła II 4  21-300 Radzyń Podlaski |
| Lubelski Uniwersytet III Wieku  Filia w Radzyniu Podlaskim | ul. Jana Pawła II 4  21-300 Radzyń Podlaski  tel. 83 352 73 14 |
| Polski Związek Emerytów Rencistów i Inwalidów | ul. Jana Pawła II 4  21-300 Radzyń Podlaski |

Powiat rycki

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat rycki** | |
| **Miasto Dęblin** | |
| Miejski Dom Kultury | ul. 15 P.P. „Wilków” 32b  08-530 Dęblin  tel. 81 883 07 68 |
| Chór Seniora „Jesienne Róże” przy MDK w Dęblinie | ul. 15 P.P. „Wilków” 32b  08-530 Dęblin  tel. 81 883 07 68 |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów | ul. 1-go Maja 160  08-530 Dęblin |
| Stowarzyszenie Seniorów Lotnictwa Polskiego RP | ul. Kowalskiego 18/27  08-530 Dęblin |
| **Gmina Kłoczew** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Klonowa 2  08-550 Kłoczew |
| Stowarzyszenie na Rzecz Tradycji  i Rozwoju Gminy Kłoczew | ul. Klonowa 2  08-550 Kłoczew |
| **Gmina Nowodwór** | |
| Zespół śpiewaczy „Babeczki” | Zawitała  08-503 Nowodwór |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Nowodwór  08-503 Nowodwór |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Zawitała  08-503 Nowodwór |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Grabów Szlachecki  08-503 Grabów Szlachecki |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Grabów Rycki  08-503 Grabów Rycki |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Trzcianki  O8-503 Trzcianki |
| **Miasto i Gmina Ryki** | |
| Miejsko – Gminne Centrum Kultury | ul. Warszawska 11  08-500 Ryki  tel. 81 865 16 16 |
| Chór emerycki „Relaks” | ul. Warszawska 11  08-500 Ryki  tel. 81 865 16 16 |
| Miejsko – Gminne Centrum Kultury Dom Ludowy | Brusów 49a  08-500 Ryki |
| Miejsko – Gminne Centrum Kultury Dom Ludowy | Krasnogliny 45  08-500 Ryki |
| Miejsko – Gminne Centrum Kultury Dom Ludowy | Lasocin 23a  08-500 Ryki |
| Miejsko – Gminne Centrum Kultury Dom Ludowy | Moszczanka 14a  08-500 Ryki |
| Miejsko – Gminne Centrum Kultury Dom Ludowy | Nowy Bazanów 81 J  08-500 Ryki |
| Miejsko – Gminne Centrum Kultury Dom Ludowy | Potok 13d  08-500 Ryki |
| Miejsko – Gminne Centrum Kultury Dom Ludowy | Podwierzbie 20a  08-500 Ryki |
| Zespół śpiewaczy „Pelagia” | Leopoldów  08-500 Ryki |
| Zespół śpiewaczy Koła Gospodyń Wiejskich | Rososz  08-500 Ryki |
| Zespół śpiewaczy Koła Gospodyń Wiejskich | Moszczanka  08-500 Ryki |
| Zespół śpiewaczy Koła Gospodyń Wiejskich | Bobrowniki  08-500 Ryki |
| Zespół śpiewaczy „Niwka” | Niwa Babicka  08-500 Ryki |
| **Pływalnia Powiatowa w Rykach** | **ul. Wyczółkowskiego 10 a, lok. 109**  **08-500 Ryki**  **tel. 81 865 50 50** |
| Klub Seniora „Relaks” | ul. Warszawska 11  08-500 Ryki  tel. 81 865 16 16 |
| Uniwersytet III Wieku | ul. Warszawska 11  08-500 Ryki |
| Oddział Rejonowy Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Rykach | ul. Karola Wojtyły 29  08-500 Ryki |
| Związek Inwalidów Wojennych RP | ul. Warszawska 11  08-500 Ryki |
| Koło Polski Związek Wędkarski „Czysta Woda” | ul. Piaskowa 40  08-500 Ryki |
| Stowarzyszenie na Rzecz Osób Starszych i Niepełnosprawnych „Niezapominajka” przy Domu Pomocy Społecznej w Leopoldowie | ul. Ks. Drozdowskiego 37 Leopoldów  08-500 Ryki |
| Parafialny Zespół Charytatywny przy Parafii Najświętszego Zbawiciela | ul. Wspólna 3  08-500 Ryki |
| **Gmina Stężyca** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Królewska 4  08-540 Stężyca  tel. 81 866 30 89 |
| Chór Seniora ZORZA | ul. Królewska 4  08-540 Stężyca,  tel. 81 866 30 89 |
| Stadion Sportowy im. H. Frąckiewicza w Stężycy | ul. Podwale 4  08-540 Stężyca |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Paprotnia  08-540 Stężyca |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Pawłowice  08-540 Stężyca |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Brzeźce  08-540 Stężyca |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Kletnia  08-540 Stężyca |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Stara Rokitnia  08-540 Stężyca |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Brzeziny  08-540 Stężyca |
| Towarzystwo Przyjaciół Stężycy | ul. Królewska 4  08-540 Stężyca |
| Klub Aktywnych Kobiet | Stężyca  08-540 Stężyca |
| **Gmina Ułęż** | |
| Klub Seniora | Ułęż 173  08-504 Ułęż |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Ułęż  08-504 Ułęż |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Sarny  08-504 Ułęż |
| Koło Gospodyń Wiejskich | Korzeniów  08-504 Ułęż |
| Stowarzyszenie Koła Sobieszyniaków | Sobieszyn – Brzozowa  08-504 Ułęż |

Powiat świdnicki

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat świdnicki** | |
| **Miasto Świdnik** | |
| Miejski Ośrodek Kultury | Al. Lotników Polskich 24  21-040 Świdnik  tel. 468 67 80 |
| Świdnicki Klub Rowerowy ALFA | ul. Kamińskiego 15/37  21-040 Świdnik |
| Polski związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów, Oddział Miejski | ul. Norwida 2/13  21-040 Świdnik  tel. 81 751 22 99 |
| Stowarzyszenie Uniwersytet  III Wieku | ul. Wyspiańskiego 27  21-040 Świdnik  tel. 81 473 73 19 |
| Miejskie Centrum Usług Socjalnych | ul. Kardynała S. Wyszyńskiego 5  21-040Świdnik  tel. 81 751 62 00 |
| **Gmina Trawniki** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | Trawniki 604  21-044 Trawniki  tel. 81 585 60 38 |
| Parafia Dorohucza, pw. Św. Judy Tadeusza | Dorohucza 195  21-044 Trawniki  tel. 81 585 01 10 |

Powiat tomaszowski

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat tomaszowski** | |
| **Gmina Jarczów** | |
| Samorządowy Ośrodek Kultury | ul. Piłsudskiego 2a  22-664 Jarczów  tel. 84 663 45 67 |
| Międzynarodowe Stowarzyszenie Dzieci i Młodzieży „Uśmiech Życia” | ul. 3 Maja 24  22-664 Jarczów |
| Stowarzyszenie Kulturalno-Sportowe „Szyszła” | ul. Szkolna 4  22-664 Jarczów |
| **Gmina Lubycza Królewska** | |
| Koło Gospodyń Wiejskich | ul. Sobieskiego 16  22-680 Lubycza Królewska  tel. 84 661 71 08 |
| **Miasto i Gmina Łaszczów** | |
| Klub Seniora „Plus/Minus” | ul. Krótka 2  22-650 Łaszczów |
| Stowarzyszenie FENIKS | ul. Krótka 2  22-650 Łaszczów |
| **Gmina Susiec** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Tomaszowska 100  22-672 Susiec  tel. 84 66 544 10  e-mail: [gbpsusiec@op.pl](mailto:gbpsusiec@op.pl)   |  |  | | --- | --- | |  |  | |
| Klub Seniora | ul. Tomaszowska 100  22-672 Susiec  tel. 84 66 544 10 |
| **Gmina Tarnawatka** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Ks. Boguty 48  22-604 Tarnawatka |
| Klub Seniora "Malwa" w Tarnawatce-Tartak | Tarnawatka-Tartak  22-604 Tarnawatka |
| Klub Seniora w Wieprzowie | Wieprzów  22-604 Tarnawatka |
| Klubu Seniora w Tarnawatce | Tarnawatka  22-604 Tarnawatka |
| Stowarzyszenie Zielony Domek | Wieprzów Tarnawacki  22-600 Tomaszów Lubelski |
| Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju Wieprzowa | Wieprzów Ordynacki 36  22-600 Tomaszów Lubelski |
| **Miasto Tomaszów Lubelski** | |
| **Lubelski Uniwersytet III Wieku** Filia w Tomaszowie Lubelskim | 22–600 Tomaszów Lubelski  ul. Traugutta 12/17 tel. 84 664 20 16  e-mail: [mig2001@wp.pl](mailto:mig2001@wp.pl) |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów Zarząd Rejonowy w Tomaszowie Lubelskim | ul. Zamojska 2  22- 600 Tomaszów Lubelski  tel. 84 664 40 26 |
| Polski Związek Niewidomych Koło w Tomaszowie Lubelskim | ul. Zamojska 2  22- 600 Tomaszów Lubelski  tel. 84 664 23 03 |
| **Miasto i Gmina Tyszowce** | |
| Samorządowe Centrum Kultury | ul. 3 Maja 36A  22-630 Tyszowce  tel. 84 661 92 23 |
| Stowarzyszenie „Bez Granic” | ul. Wielka 101  22-630 Tyszowce |
| Stowarzyszenie Rozwoju Ziemi Tyszowieckiej | ul. 3 Maja 8  22-630 Tyszowce |

Powiat włodawski

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat włodawski** | |
| **Gmina Hanna** | |
| Gminny Ośrodek Kultury i Sportu | Hanna  22-220 Hanna |
| Związek Emerytów, Rencistów  i Inwalidów | Hanna  22-220 Hanna |
| **Gmina Urszulin** | |
| Gminna Biblioteka Publiczna | Kościół  22-234 Urszulin  tel. 82 571 30 45 |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów Oddział Rejonowy w Urszulinie | ul. Lubelska 32  22-234 Urszulin |
| Związek Kombatantów Rzeczypospolitej i Byłych Więźniów Politycznych – Koło Gminne | Urszulin  22-234 Urszulin |
| **Miasto Włodawa** | |
| Miejska Biblioteka Publiczna | ul. Przechodnia 13  22-200 Włodawa  tel. 82 572 14 92, 82 572 11 03 |
| Włodawski Dom Kultury | Al. J. Piłsudskiego 10  22-200 Włodawa  tel. 82 572 17 51 |
| Klub Seniora | Al. J. Piłsudskiego 10  22-200 Włodawa  tel. 82 572 17 51 |
| Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji | ul. Szkolna 4  22-200 Włodawa  tel. 82 572 25 84 |
| Uniwersytet III Wieku | Al. J. Piłsudskiego 41  22-200 Włodawa  tel. 82 572 11 07 |
| Stowarzyszenie Seniorów „Złota Jesień” | Al. J. Piłsudskiego 10  22-200 Włodawa  tel. 82 572 17 51 |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów | Al. J. Piłsudskiego 41  22-200 Włodawa  tel. 82 572 11 07 |
| **Gmina Włodawa** | |
| Poleskie Stowarzyszenie Wsparcia Społecznego „Nasz Dom” | Różanka 117 B  22-211 Różanka  tel. 82 571 81 16 |

Powiat zamojski

|  |  |
| --- | --- |
| **Powiat zamojski** | |
| **Gmina Komarów - Osada** | |
| Samorządowy Ośrodek Kultury | ul. Rynek 15  22-435 Komarów –Osada  tel. 615 32 19 |
| Klub Seniora | ul. Rynek 15  22-435 Komarów –Osada |
| Stowarzyszenie „Aktywni w Kulturze” | ul. Kościuszki 2  22-435 Komarów-Osada  tel. 84 615 31 02 |
| Stowarzyszenie „W Dobrej Wierze” | Wolica Brzozowa 21  22-435 Komarów-Osada  tel. 84 615 40 24 |
| **Gmina Skierbieszów** | |
| Gminny Ośrodek Kultury | ul. Zielona 3  22-420 Skierbieszów  tel. 84 621 36 54 |
| Fundacja Św. Kiliana | ul. Parkowa 4  22-420 Skierbieszów  tel. 84 621 36 20 |
| **Gmina Stary Zamość** | |
| Klub Seniora | Stary Zamość 6  22-417 Stary Zamość  tel. 607 755 393 |
| Starozamojskie Stowarzyszenie Inicjatyw Lokalnych | Stary Zamość 6  22-417 Stary Zamość |
| **Miasto Zwierzyniec** | |
| Centrum Kultury i Biblioteka Publiczna | ul. Słowackiego 2  22-470 Zwierzyniec  tel. 84 687 26 60 |
| Klub Seniora | ul. Słowackiego 2  22-470 Zwierzyniec  tel. 84 687 26 60 |

Miasto Biała Podlaska

|  |  |
| --- | --- |
| **Miasto Biała Podlaska** | |
| Bialskie Centrum Kultury | ul. Warszawska 11 21-500 Biała Podlaska **tel.** 83 3416 712 **e-mail:** [sekretariat@bckbialapodlaska.pl](mailto:sekretariat@bckbialapodlaska.pl) |
| Klub Seniora „Wrzos” | ul. Spółdzielcza 4  21-500 Biała Podlaska |
| Klub Seniora „Zacisze” | ul. Zygmunta Augusta 6  21-500 Biała Podlaska |
| Klub Seniora „Promyk” | ul. Orzechowa 34  21-500 Biała Podlaska |
| Klub Seniora „Tysiąclatki” | ul. Sikorskiego 5  21-500 Biała Podlaska |
| Klub Seniora „Złoty wiek” | ul. Warszawska 11  21-500 Biała Podlaska |
| Lubelski Uniwersytet III Wieku  Filia w Białej Podlaskiej | ul. Piaskowa 9  21–500 Biała Podlaska  tel. 83 344 02 57 |
| Uniwersytet III Wieku  przy Państwowej Szkole Wyższej  w Białej Podlaskiej | ul. Sidorska 95/97  21-500 Biała Podlaska  tel. 83 344 99 00 |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów | ul. Brzeska 41  21-500 Biała Podlaska |
| Stowarzyszenie Kombatantów Misji Pokojowych ONZ  Koło nr 43 | Al. 1000-lecia 20  21-500 Biała Podlaska |
| Stowarzyszenie Emerytów  i Rencistów Policyjnych  Koło w Białej Podlaskiej | ul. Plac Wojska Polskiego 23  21-500 Biała Podlaska |
| Stowarzyszenie Seniorów Lotnictwa Wojskowego RP  Oddział Bialskopodlaski | ul. Dokudowska 2  21-500 Biała Podlaska |
| Związek Inwalidów Wojennych Zarząd Oddziału | Al. 1000-lecia 28  21-500 Biała Podlaska |
| Oddział Związku Sybiraków w Białej Podlaskiej | ul. Brzeska 41  21-500 Biała Podlaska |
| Związek Kombatantów RP  i Byłych Więźniów Politycznych Zarząd Okręgowy | ul. Plac Wolności 10  21-500 Biała Podlaska |
| Krajowy Związek Dzieci Wojny Oddział w Białej Podlaskiej | ul. Brzeska 41  21-500 Biała Podlaska |
| Związek Represjonowanych Żołnierzy Górników Zarząd Okręgu | ul. Janowska 3  22-500 Biała Podlaska |
| Związek Żołnierzy Wojska Polskiego Koło im. Lotników Podlasia | Al. 1000-lecia 28  22-500 Biała Podlaska |
| Związek Emerytów i Rencistów Pożarnictwa Rzeczypospolitej Polskiej Koło w Białej Podlaskiej | ul. Sidorska 93  22-500 Biała Podlaska |
| Bialskie Stowarzyszenie Kobiet | ul. Brzeska 87  22-500 Biała Podlaska |

Miasto Chełm

|  |  |
| --- | --- |
| **Miasto Chełm** | |
| Chełmski Dom Kultury w Chełmie | Plac Tysiąclecia Państwa Polskiego 1  22-100 Chełm  Tel. 82 563 02 65  e-mail: [sekretariat@chdk.chelm.pl](mailto:sekretariat@chdk.chelm.pl) |
| Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji | ul. I Pułku Szwoleżerów 15a  22-100 Chełm  tel. 82 563 00 03  e-mail: [mosir.chelm@wp.pl](mailto:mosir.chelm@wp.pl) |
| Klub Seniora | Plac Tysiąclecia Państwa Polskiego 1  22-100 Chełm  Tel. 82 563 02 65  e-mail: [sekretariat@chdk.chelm.pl](mailto:sekretariat@chdk.chelm.pl) |
| Uniwersytet III Wieku pod patronatem Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej oraz Chełmskiego Towarzystwa Naukowego | ul. Pocztowa 54  22-100 Chełm  tel. 82 564 03 59  e-mail: [utw@pwsz.chelm.pl](mailto:utw@pwsz.chelm.pl) |
| Stowarzyszenie Twórcze „Pasja” | Al. I Armii Wojska Polskiego 19  22-100 Chełm  tel. 82 565 63 40 |
| Stowarzyszenie Diabetyków Oddział Rejonowy  w Chełmie | ul. Brzozowa 9  22-100 Chełm |
| Stowarzyszenie Osób z Niepełnosprawnością i Ich Przyjaciół „Zbyszko” w Chełmie | ul. Partyzantów 40  22-100 Chełm  tel. 691 433 408 |
| Stowarzyszenie na Rzecz Chełmskiego Centrum Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych „ACTIVUM” w Chełmie | ul. I Pułku Szwoleżerów 15a  22-100 Chełm  tel. 82 563 07 65  e-mail: [activum19@wp.pl](mailto:activum19@wp.pl) |
| Stowarzyszenie Ośrodek Wspierania Rodziny w Chełmie | ul. Obłońska 20  22-100 Chełm  tel. 82 564 09 10  e-mail: [sowr-chelm@wp.pl](mailto:sowr-chelm@wp.pl) |
| Stowarzyszenie Klubu Kobiet  po Mastektomii „AMAZONKI”  w Chełmie | ul. Połaniecka 11  22-100 Chełm  tel. 507 898 340 |
| Stowarzyszenie Rozwoju Aktywności Społecznej „TRIADA” | ul. Wojsławicka 7  22-100 Chełm  e-mail: [stow\_triada@wp.pl](mailto:stow_triada@wp.pl) |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów Oddział  w Chełmie | ul. Brzozowa 9  22-100 Chełm |
| Związek Sybiraków Oddział  w Chełmie | ul. I Pułku Szwoleżerów 15a  22-100 Chełm |
| Stowarzyszenie Hospicjum Domowe  im. ks. kan. Kazimierza Malinowskiego w Chełmie | ul. Lwowska 12/4  22-100 Chełm  tel. 82 564 50 11  e-mail: [hospicjumdomowe.chelm@gmail.com](mailto:hospicjumdomowe.chelm@gmail.com) |
| Dom Dziennego Pobytu w Chełmie | ul. Ogrodowa 36  22-100 Chełm  tel. 82 565 36 16 |
| Mieszkania Wiloprofilowe Chronione w Chełmie | ul. Wojsławicka 11 B  22-100 Chełm |

Miasto Lublin

|  |  |
| --- | --- |
| **Miasto Lublin** | |
| Wojewódzki Ośrodek Kultury | ul. Dolna Panny Marii 3  20-010 Lublin  tel. 81 532 49 27  e-mail: [info@wok.lublin.pl](mailto:info@wok.lublin.pl) |
| Warsztaty Kultury w Lublinie | ul. Grodzka 5a  20-112 Lublin  tel. 81 533 08 18  e-mail: [sekretariat@warsztatykultury.pl](mailto:sekretariat@warsztatykultury.pl) |
| Dzielnicowy Dom Kultury „Węglin” | ul. Judyma 2a  20-716 Lublin  tel. 81 466 59 10  e-mail: [info@ddkweglin.pl](mailto:info@ddkweglin.pl) |
| Dzielnicowy Dom Kultury Spółdzielni Mieszkaniowej “Czechów” | ul. Kiepury 5a  20-838 Lublin  tel. 81 741 99 11  e-mail: [jankie1@wp.pl](mailto:jankie1@wp.pl) |
| Dzielnicowy Dom Kultury „Bronowice” | ul. Krańcowa 106  20-302 Lublin  tel. 81 744 16 38  e-mail: [sekretariat@ddkbronowice.pl](mailto:sekretariat@ddkbronowice.pl) |
| Filia Dzielnicowego Domu Kultury „Bronowice” | ul. Hutnicza 28a  20-218 Lublin  tel. 81 746 61 94  e-mail: [filia.ddkbronowice@gmail.com](mailto:filia.ddkbronowice@gmail.com) |
| Dom Kultury Lubelskiej Spółdzielni Mieszkaniowej | ul. K. Wallenroda 4a  20-607 Lublin  tel. 81 743 48 29  e-mail: [dom.kultury@spoldzielnialsm.pl](mailto:dom.kultury@spoldzielnialsm.pl) |
| Wojewódzka Biblioteka Publiczna im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. G. Narutowicza 4  20-950 Lublin  tel. 81 528 74 00  e-mail: [info@poczta.wbp.lublin.pl](mailto:info@poczta.wbp.lublin.pl) |
| Miejska Biblioteka Publiczna im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Peowiaków 12  20-007 Lublin  tel. 81 466 62 02  e-mail: [mbp@mbp.lublin.pl](mailto:mbp@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 2 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Peowiaków 12  20-007 Lublin  tel. 81 466 62 02  e-mail: [filia2@mbp.lublin.pl](mailto:filia2@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 3 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Hutnicza 20  20-218 Lublin  tel. 81 746 29 63  e-mail: [filia3@mbp.lublin.pl](mailto:filia3@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 7 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Kunickiego 35  20-417 Lublin  tel. 81 472 53 93  e-mail: [filia7@mbp.lublin.pl](mailto:filia7@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 9 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Krańcowa 106  20-320 Lublin  tel. 81 744 17 18  e-mail: [filia9@mbp.lublin.pl](mailto:filia9@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 12 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Żelazowej Woli 7  20-853 Lublin  tel. 81 741 52 73  e-mail: [filia12@mbp.lublin.pl](mailto:filia12@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 13 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Grażyny 13  20-605 Lublin  tel. 81 525 08 85  e-mail: [filia13@mbp.lublin.pl](mailto:filia13@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 19 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Kunickiego 89  20-459 Lublin  tel. 81 745 31 44  e-mail: [filia19@mbp.lublin.pl](mailto:filia19@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 21 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Rynek 11  20-111 Lublin  tel. 81 532 05 45  e-mail: [filia21@mbp.lublin.pl](mailto:filia21@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 22 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Kruczkowskiego 14  20-468 Lublin  tel. 81 744 48 16  e-mail: [filia22@mbp.lublin.pl](mailto:filia22@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 24 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Juranda 7  20-629 Lublin  tel. 81 525 65 03  e-mail: [filia24@mbp.lublin.pl](mailto:filia24@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 27 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Braci Wieniawskich 5  20-846 Lublin  tel. 81 741 62 36  e-mail: [filia27@mbp.lublin.pl](mailto:filia27@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 29 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Kiepury 5  20-838 Lublin  tel. 81 741 92 94  e-mail: [filia29@mbp.lublin.pl](mailto:filia29@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 30 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Braci Wieniawskich 5  20-846 Lublin  tel. 81 532 05 45  e-mail: [filia30@mbp.lublin.pl](mailto:filia30@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 31 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Nałkowskich 104a  20-490 Lublin  tel. 81 744 71 69  e-mail: [filia31@mbp.lublin.pl](mailto:filia31@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 32 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Szaserów 13-15  20-553 Lublin  tel. 81 311 00 09  e-mail: [filia32@mbp.lublin.pl](mailto:filia32@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 34 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Judyma 2  20-716 Lublin  tel. 81 466 59 12  e-mail: [filia34@mbp.lublin.pl](mailto:filia34@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 35 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Bursztynowa 20  20-576 Lublin  tel. 81 311 00 02  e-mail: [filia35@mbp.lublin.pl](mailto:filia35@mbp.lublin.pl) |
| Filia nr 36 Miejskiej Biblioteki Publicznej  im. H. Łopacińskiego w Lublinie | ul. Zygmunta Augusta 15  20-283 Lublin  tel. 81 311 00 16  e-mail: [filia36@mbp.lublin.pl](mailto:filia36@mbp.lublin.pl) |
| Klub Osiedlowy „Miniatura” Spółdzielnia Mieszkaniowa Czechów | ul. Śliwińskiego 1  20-861 Lublin  tel. 81 741 27 73  e-mail: [klu-osi@wp.pl](mailto:klu-osi@wp.pl) |
| Młodzieżowy Dom Kultury Nr 2 w Lublinie | ul. Bernardyńska 14a  20-950 Lublin  tel. 81 532 08 53  e-mail: [sekretariat@mdk2.lublin.pl](mailto:sekretariat@mdk2.lublin.pl) |
| Teatr Stary w Lublinie | ul. Jezuicka 18  20-113 Lublin  tel. 81 466 59 25  e-mail: [info@teatrstary.eu](mailto:info@teatrstary.eu) |
| Muzeum Wsi Lubelskiej | Al. Warszawska 96  20-824 Lublin  tel. 81 533 85 13  e-mail: [skansen@skansen.lublin.pl](mailto:skansen@skansen.lublin.pl) |
| SPA Orkana | ul. Szaserów 2  20-400 Lublin  tel. 81 475 48 75  e-mail: [bok@spaorkana.lublin.pl](mailto:bok@spaorkana.lublin.pl) |
| Klub Seniora „Pogodna” | ul. Pogodna 19  20-337 Lublin  tel. 601 961 033 |
| Klub Seniora „Owocowa” | ul. Owocowa 6  20-140 Lublin  tel. 601 961 033 |
| Klub Seniora „Róży Wiatrów” | ul. Róży Wiatrów 9  20-468 Lublin  tel. 81 466 55 64 |
| **Lubelski Uniwersytet III Wieku** | ul. Sowińskiego 12 pok. 7  20-040 Lublin  tel. 81 537 28 65  fax: 81 537 28 65  e-mail: [sekretariat.lutw@gmail.com](mailto:sekretariat.lutw@gmail.com) |
| **Uniwersytet III Wieku**  Wyższa Szkoła Przedsiębiorczości i Administracji w Lublinie | ul. Bursaki 12  20-150 Lublin  tel. 81 452 94 10  e-mail: [rektorat@wspa.pl](mailto:rektorat@wspa.pl) |
| **Lubelski Uniwersytet II Wieku przy Domu Kultury LSM w Lublinie** | ul. K. Wallenroda 4a  20-607 Lublin  tel. 81 743 48 29  e-mail: [dom.kultury@spoldzielnialsm.pl](mailto:dom.kultury@spoldzielnialsm.pl) |
| Środowiskowy Dom Samopomocy „Kalina” | ul. Kalinowszczyzna 84  20-201 Lublin  tel. 81 466 55 92 |
| Środowiskowy Dom Samopomocy „Mefazja” | ul. Towarowa 19  20-205 Lublin  tel. 81 444 45 44 |
| Środowiskowy Dom Samopomocy | ul. Lwowska 28  20-128 Lublin  tel. 81 466 55 60 |
| Centrum Usług Socjalnych | ul. Lwowska 28  20-128 Lublin  tel. 81 466 55 60 |
| Centrum Dziennego Pobytu dla Seniorów Nr 1 | ul. Poturzyńska 1  20-852 Lublin  tel. 81 466 55 68 |
| Centrum Dziennego Pobytu dla Seniorów Nr 2 | ul. Maszynowa 2  20-218 Lublin  tel. 601 965 441 |
| Centrum Dziennego Pobytu dla Seniorów Nr 3 | ul. Niecała 16  20-080 Lublin  tel. 81 466 52 98 |
| Centrum Dziennego Pobytu dla Seniorów Nr 4 | ul. Pozytywistów 16  20-639 Lublin  tel. 81 466 55 64 |
| Centrum Aktywizacji i Rozwoju Seniorów Filia Nr 5 Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Lublinie | ul. Nałkowskich 114  20-470 Lublin  tel. 81 466 55 25  e-mail: [cairs@mopr.lublin.pl](mailto:cairs@mopr.lublin.pl) |
| Fundacja Na Rzecz Seniorów „Bonum Vitae” | ul. Kazimierza Wielkiego 1/20  20-611 Lublin  tel. 81 524 15 00 |
| Lubelski Oddział Okręgowy PCK | ul. Puchacza 6  20-323 Lublin  tel. 81 532 90 87  e-mail: [Lublin@pck.pl](mailto:Lublin@pck.pl) |
| Miejskie Przedsiębiorstwo Komunikacyjne  Lublin Sp. z o.o. | ul. A. Grygowej 56  20-260 Lublin  tel. 81 710 03 00  e-mail: [mpk@mpk.lublin.pl](mailto:mpk@mpk.lublin.pl) |
| Centermed Lublin Sp. z o.o. NZOZ | ul. Weteranów 46  20-044 Lublin  tel. 81 533 82 65 |
| Specjalistyka Czechów Sp. z o.o. | ul. Kompozytorów Polskich 8  20-848 Lublin  tel. 81 718 72 07 |
| Sanus NZOZ Jacek Madej | ul. Magnoliowa 2  20-143 Lublin |
| Orto-Optymist | ul. Jana Sawy 9/2  20-632 Lublin  tel. 81 473 25 20  e-mail: [info@ortooptymist.pl](mailto:info@ortooptymist.pl) |
| audioNOVA Aparaty Słuchowe  Sp. z o.o. | ul. Bernardyńska 10  20-109 Lublin  tel. 81 532 55 70 |
| Kawiarnia „Między Słowami” | ul. Rybna 4  20-114 Lublin  tel. 508 217 014  e-mail: [kontakt@miedzy-slowami.com.pl](mailto:kontakt@miedzy-slowami.com.pl) |
| Zajazd „Katarzyna” | ul. Osmolicka 35a  20-523 Lublin  tel. 81 750 08 66  e-mail: [kontakt@zajazdkatarzyna.pl](mailto:kontakt@zajazdkatarzyna.pl) |
| Gemini Film Sp. z o.o. | ul. Radziszewskiego 8  20-039 Lublin  tel. 81 533 88 72 |
| Targi Lublin S.A. | ul. Dworcowa 11  20-406 Lublin  tel. 81 458 15 11  e-mail: [info@targi.lublin.pl](mailto:info@targi.lublin.pl) |
| Firma Usługowo-Handlowa M.B.M. Barbara Skórzewska | Al. Spółdzielczości Pracy 53  20-147 Lublin  tel. 81 584 72 75 |
| Przedsiębiorstwo Handlowo-Usługowe Małgorzata Kaczorowska „Tulipan” sklepy wielobranżowe | ul. Montażowa 14  20-214 Lublin  tel. 81 746 40 75  e-mail: [info@spacity.pl](mailto:info@spacity.pl) |
| Studio Urody „Anna” | Al. Racławickie 27  20-049 Lublin  tel. 81 533 85 91 |

Miasto Zamość

|  |  |
| --- | --- |
| **Miasto Zamość** | |
| Senioralna Stacja Socjalna w Zamościu | ul. Wyszyńskiego 28A  22-400 Zamość  tel. 84 639 28 63  www.wolontriatzamosc.pl |
| Młodzieżowy Dom Kultury | ul. Kamienna 20  22–400 Zamość  tel. 84 638 44 46 |
| Osiedlowy Dom Kultury „Okrąglak” | ul. Prymasa S. Wyszyńskiego 28a  22-400 Zamość tel. 84 627 37 75 |
| Centrum Kultury Filmowej STYLOWY | ul. Odrodzenia 9  22-400 Zamość  tel. 84 639 23 13  e-mail: [ckf@stylowy.net](mailto:ckf@stylowy.net) |
| Orkiestra Symfoniczna im. Karola Namysłowskiego w Zamościu | ul. Partyzantów 2  22-400 Zamość  tel. 84 638 48 33  [www.namyslowiacy.pl](http://www.namyslowiacy.pl) |
| Klub Seniora „Złotego Wieku” | ul. Prymasa S. Wyszyńskiego 28a,  22-400 Zamość tel. 84 627 37 75 |
| Klub Seniora „Pogodnej Jesieni” | ul. Peowiaków 62  22-400 Zamość |
| Klub Seniora „U Waleriana” | ul. Orzeszkowej 28  22-400 Zamość |
| Stowarzyszenie Zamojski Uniwersytet III Wieku | ul. Kamienna 13/66  22-400 Zamość |
| Oddział Rejonowy PCK w Zamościu | ul. Świętego Piątka 24  22-400 Zamość  tel. 84 639 27 11 |
| Katolickie Stowarzyszenie „Służba Człowiekowi” | ul. Wł. St. Reymonta 11  22-400 Zamość  tel. 84 638 03 08 |
| Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej | ul. Królowej Jadwigi 8  22–400 Zamość  tel. 84 6271790  e-mail: [ztkkf@poczta.onet.pl](mailto:ztkkf@poczta.onet.pl) |
| Bursa Międzyszkolna Nr 2 | ul. Szczebrzeska 41  22-400 Zamość  tel. 84 6412486  e-mail: [bursanr2zamosc@interia.pl](mailto:bursanr2zamosc@interia.pl) |
| Zarząd Osiedla Orzeszkowej-Reymonta | ul. Piłsudskiego 33  22-400 Zamość  tel. 609 924 651 |
| Zarząd Osiedla Planty | ul. Peowiaków 58A 22-400 Zamość **tel. 84 638-03-37** |
| Książnica Zamojska | ul. Kamienna 20  22-400 Zamość  tel. (84) 627 11 54  e-mail: [info@biblioteka.zamosc.pl](mailto:info@biblioteka.zamosc.pl) |

**OŚRODKI POMOCY SPOŁECZNEJ**

Ośrodek Pomocy Społecznej oferuje pomoc między innymi w formie: zasiłku stałego, okresowego, celowego, specjalnego celowego, usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania, specjalistycznych usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania, posiłku, skierowania do domu pomocy społecznej, dziennego domu pobytu, schronienia, pracy socjalnej, poradnictwa specjalistycznego. Wszystkie wymienione świadczenia przyznawane są zgodnie z ustawą o pomocy społecznej. Ośrodki Pomocy Społecznej pomagają także w integrowaniu się Seniorów wspierając inicjatywy tworzenia i prowadzenia klubów seniorów, grup samopomocowych, wolontariatu seniorów.

Poniżej znajdziecie Państwo wykaz ośrodków pomocy społecznej funkcjonujących na terenie województwa lubelskiego.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Miasto Biała Podlaska** | | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Białej Podlaskiej | Al. 1000-lecia 22,  21-500 Biała Podlaska tel. 83 343 85 37, fax 83 343 85 37, e-mail: [mopsbp@wp.pl](mailto:mopsbp@wp.pl) | |
| **Powiat bialski** | | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Białej Podlaskiej | ul. Prosta 31, 21-500 Biała Podlaska, tel./fax 83 343 32 84, 83 343 14 25,  e-mail: [gops@bialapodl.pl](mailto:gops@bialapodl.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Drelowie | ul. Szkolna 10, 21-570 Drelów, tel./fax 83 372 00 18, e-mail: [gops.drelow@neostrada.pl](mailto:gops.drelow@neostrada.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Janowie Podlaskim | ul. Bialska 6a, 21-505 Janów Podlaski  tel. 83 341 30 93 wew. 38, 48  fax 83 341 30 77,  e-mail: [gopsjanow@op.pl](mailto:gopsjanow@op.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Kodniu | ul. 1 Maja 20, 21-509 Kodeń  tel./fax 83 375 41 50,  e-mail: [koden@ops.pl](mailto:koden@ops.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Konstantynowie | ul. Wyszyńskiego 2,  21-543 Konstantynów  tel. 83 341 50 84, fax 83 341 41 92,  e-mail: [gops.konstantynow@wp.pl](mailto:gops.konstantynow@wp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Leśnej Podlaskiej | ul. Bialska 30, 21-542 Leśna Podlaska  tel. 83 345 07 40, 516 055 889  fax 83 345 07 21,  e-mail: [gops@lesnapodlaska.pl](mailto:gops@lesnapodlaska.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Łomazach | Plac Jagielloński 27, 21-532 Łomazy  tel./fax 83 341 70 51,  e-mail: [gops\_lomazy@poczta.onet.pl](mailto:gops_lomazy@poczta.onet.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Międzyrzecu Podlaskim | ul. Piłsudskiego 6,  21-560 Międzyrzec Podlaski,  tel./fax 83 371 78 03,  tel. 83 371 78 28,  e-mail: [mops@miedzyrzec.pl](mailto:mops@miedzyrzec.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Międzyrzecu Podlaskim | ul. Warszawska 20,  21-560 Międzyrzec Podlaski  tel./fax 83 371 69 30, 833 71 69 23,  e-mail: [gops@miedzyrzecgmina.pl](mailto:gops@miedzyrzecgmina.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Piszczacu | ul. Włodawska 8, 21-530 Piszczac,  tel./fax 83 377 80 86,  e-mail: [piszczac\_ops@poczta.onet.pl](mailto:piszczac_ops@poczta.onet.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Rokitnie | Rokitno 39 A, 21-504 Rokitno  tel./fax 83 345 35 64, 83 345 35 65, 83 345 35 66,  e-mail: [gops\_rokitno@poczta.onet.pl](mailto:gops_rokitno@poczta.onet.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Rossoszy | ul. Lubelska 10, 21-533 Rossosz  tel. 83 378 45 57, fax 83 378 45 60,  e-mail: [gops\_rossosz@poczta.onet.pl](mailto:gops_rossosz@poczta.onet.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Sławatyczach | ul. Rynek 13, 21-515 Sławatycze  tel./fax 83 378 33 63,  e-mail: [slawatycze@ops.pl](mailto:slawatycze@ops.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Sosnówce | Sosnówka 55, 21-518 Sosnówka  tel./fax 83 379 30 35,  e-mail: [gops.sosnowka@op.pl](mailto:gops.sosnowka@op.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Terespolu | ul. Wojska Polskiego 130,  21-550 Terespol  tel./fax 83 375 21 02,  e-mail: [terespolmops@neostrada.pl](mailto:terespolmops@neostrada.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Terespolu | ul. Wojska Polskiego 47,  21-550 Terespol  tel./fax 83 375 37 48,  e-mail: [terespol@ops.pl](mailto:terespol@ops.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Tucznej | Tuczna 191 A, 21-523 Tuczna  tel./fax 83 377 10 01,  e-mail: [tuczna@ops.pl](mailto:tuczna@ops.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Wisznicach | ul. Rynek 35, 21-580 Wisznice  tel./fax 83 378 24 42,  e-mail: [gops\_wisznice@interia.pl](mailto:gops_wisznice@interia.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Zalesiu | ul. Warszawska 34, 21-512 Zalesie  tel./fax 83 375 75 86,  e-mail: [gops@zalesie.pl](mailto:gops@zalesie.pl) | |
| **Powiat biłgorajski** | | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Aleksandrowie | Aleksandrów Drugi 380,  23-408 Aleksandrów  tel. 84 687 53 21 w. 37, 35,  fax. 84 687 50 02 w. 37, 35, e-mail: [gopsaleksandrow@poczta.onet.pl](mailto:gopsaleksandrow@poczta.onet.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Biłgoraju | ul. Kościuszki 13, 23-400 Biłgoraj  tel./fax 84 686 23 58, 84 686 56 95, tel. 84 686 20 17, e-mail: [mopsbilgoraj@gmail.com](mailto:mopsbilgoraj@gmail.com) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Biłgoraju | ul. Kościuszki 88, 23-400 Biłgoraj  tel./fax 84 688 28 64,  e-mail: [gops.bilgoraj@gmail.com](mailto:gops.bilgoraj@gmail.com) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Biszczy | 23-425 Biszcza, tel. 84 685 60 22, 84 685 60 23  w. 102, 103, 104, fax 84 685 63 01,  e-mail: [gops\_biszcza@wp.pl](mailto:gops_biszcza@wp.pl) | |
| Miejsko – Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej we Frampolu | ul. Kościelna 29, 23-440 Frampol  tel./fax 84 685 75 04,  e-mail: [mgopsframpol@gmail.com](mailto:mgopsframpol@gmail.com) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Goraju | ul. Bednarska 1, 23-450 Goraj  tel. 84 685 80 02 w. 48,  fax 84 685 81 18,  e-mail: [gops\_goraj@pro.onet.pl](mailto:gops_goraj@pro.onet.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Józefowie | ul. Krótka 6, 23-460 Józefów  tel./fax 84 687 83 98,  e-mail: [mops.jozefow@neostrada.pl](mailto:mops.jozefow@neostrada.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Księżpolu | ul. Biłgorajska 12, 23-415 Księżpol tel./fax 84 687 74 34,  e-mail: [gops@email.net.pl](mailto:gops@email.net.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Łukowej | Łukowa, 23-412 Łukowa, tel. 84 687 40 02 wew. 36, tel./fax 84 687 40 82,  e-mail: [gops@lukowa.pl](mailto:gops@lukowa.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Obszy | Obsza 36, 23-413 Obsza  tel./fax 84 689 10 02,  e-mail: [gopsobsza@op.pl](mailto:gopsobsza@op.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Potoku Górnym | Potok Górny 116, 23-423 Potok Górny tel. 84 685 25 00, 84 685 25 18, 517 917 411, fax 84 685 23 33,  e-mail: [gops\_potok\_g@wp.pl](mailto:gops_potok_g@wp.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Tarnogrodzie | ul. 22 Lipca 1, 23-420 Tarnogród  tel./fax 84 689 70 40, 84 689 71 02, e-mail: [mops\_tarnogrod@op.pl](mailto:mops_tarnogrod@op.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Tereszpolu | ul. Długa 234, 23-407 Tereszpol  tel. 84 687 62 60, fax 84 687 60 05,  e-mail: [gopstereszpol@wp.pl](mailto:gopstereszpol@wp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Turobinie | ul. Rynek 4, 23-465 Turobin  tel./fax 84 683 34 17,  e-mail: [gops-turobin@cor.pl](mailto:gops-turobin@cor.pl) | |
| **Miasto Chełm** | | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie  w Chełmie | ul. Kolejowa 8, 22-100 Chełm  tel./fax 82 565 82 59, 82 564 22 50  e-mail: [sekretariat@mopr.chelm.pl](mailto:sekretariat@mopr.chelm.pl) | |
| **Powiat chełmski** | | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Białopolu | ul. Chełmska 1, 22-135 Białopole  tel./fax 82 568 22 46,  e-mail: [ug.bialopole@wp.pl](mailto:ug.bialopole@wp.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Chełmie | Pokrówka, ul. Gminna 18,  22-100 Chełm tel. /fax 82 563 70 84,  e-mail: [opschelm@data.pl](mailto:opschelm@data.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Dorohusku | ul. I Armii Wojska Polskiego 32,  22-175 Dorohusk  tel. 82 566 11 10,  e-mail: [elmaselko@wp.pl](mailto:elmaselko@wp.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Dubience | ul. 3 Maja 6, 22-145 Dubienka  tel. 82 566 8044, tel./fax 82 566 8080,  e-mail: [opsdubienka@interia.pl](mailto:opsdubienka@interia.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Kamieniu | Kamień 139 C, 22-113 Kamień  tel./fax 82 567 15 31,  e-mail: [kamiengops@op.pl](mailto:kamiengops@op.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Leśniowicach | 22-122 Leśniowice,  tel./fax 825 67 58 04,  e-mail: [gops\_lesniowice@poczta.onet.pl](mailto:gops_lesniowice@poczta.onet.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Rejowcu | ul. Dąbrowskiego 2, 22-360 Rejowiec  tel./fax 82 568 81 60,  e-mail: [gopsrejos@rejowiec.pl](mailto:gopsrejos@rejowiec.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Rejowcu Fabrycznym | ul. Lubelska 24,  22-170 Rejowiec Fabryczny tel./fax 82 566 30 13,  e-mail: [mopsrf@op.pl](mailto:mopsrf@op.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Rejowcu Fabrycznym | ul. Lubelska 16,  22-169 Rejowiec Fabryczny tel./fax 82 566 31 44, 82 566 43 50, e-mail: [gops@rejowiec.pl](mailto:gops@rejowiec.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Rudzie Hucie | ul. Niepodległości 36,  22-110 Ruda-Huta tel./fax 82 568 60 45, e-mail: [ops@rudahuta.pl](mailto:ops@rudahuta.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Sawinie | ul. Chełmska 5, 22-107 Sawin  tel./fax 82 567 30 00, 82 567 34 45, e-mail: [gopssawin@wp.pl](mailto:gopssawin@wp.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Siedliszczu | ul. Szpitalna 15a, 22-130 Siedliszcze tel./fax 82 569 22 10,  e-mail: [ops\_siedliszcze@interia.pl](mailto:ops_siedliszcze@interia.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Wierzbicy | ul. Włodawska 5, 22-150 Wierzbica tel./fax 82 569 36 35,  e-mail: [ops\_wierzbica@wp.pl](mailto:ops_wierzbica@wp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Wojsławicach | ul. Uchańska 114, 22-120 Wojsławice tel. 82 566 95 80, fax 82 566 91 12,  e-mail: [wojsławice@ops.pl](mailto:wojsławice@ops.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Żmudzi | 22-114 Żmudź 2,  tel./fax 82 568 01 29,  e-mail: [opszmudz@wp.pl](mailto:opszmudz@wp.pl) | |
| **Powiat hrubieszowski** | | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Dołhobyczowie | ul. Spółdzielcza 2A,  22-540 Dołhobyczów  tel./fax 84 653 21 37,  e-mail: [ops\_dolhobyczow@wp.pl](mailto:ops_dolhobyczow@wp.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Hrubieszowie | ul. 3 Maja 15, 22-500 Hrubieszów  tel./fax 84 696 55 60,  e-mail: [hrubieszow@ops.pl](mailto:hrubieszow@ops.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Hrubieszowie | ul. Bolesława Prusa 8,  22-500 Hrubieszów  tel. /fax 84 696 58 57, 84 696 26 81 w. 27, 28, 30, 31, 34,  e-mail: [hrubieszowg@ops.pl](mailto:hrubieszowg@ops.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Horodle | ul. Piłsudskiego 51, 22-523 Horodło tel. 84 651 54 26, fax 84 651 50 25,  e-mail: [gopshorodlo@poczta.onet.pl](mailto:gopshorodlo@poczta.onet.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Mirczu | ul. Kryłowska 20, 22-530 Mircze  tel. 84 651 04 39, 651 90 15  fax 651 04 39  e-mail: [gops@mircze.pl](mailto:gops@mircze.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Trzeszczanach | Trzeszczany 194, 22-554 Trzeszczany  tel./fax 84 657 50 02,  e-mail: [gops-trzeszczany@cor.pl](mailto:gops-trzeszczany@cor.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Uchaniach | ul. Partyzantów 1, 22-510 Uchanie tel./fax 84 657 72 36,  e-mail: [gopsuchanie2@poczta.onet.pl](mailto:gopsuchanie2@poczta.onet.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Werbkowicach | ul. Zamojska 1, 22-550 Werbkowice  tel. 84 657 21 33, 84 657 20 80,  e-mail: [gopswerbkowice@op.pl](mailto:gopswerbkowice@op.pl) | |
| **Powiat janowski** | | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Batorzu | Batorz Pierwszy 52,  23-320 Batorz  tel. 15 874 58 19, fax 15 874 51 32,  e-mail: [batorz@ops.pl](mailto:batorz@ops.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Chrzanowie | 23-305 Chrzanów tel./fax 15 875 55 39,  e-mail: [chrzanow@ops.pl](mailto:chrzanow@ops.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Dzwoli | Dzwola 168  23-304 Dzwola tel./fax 15 875 25 33,  e-mail: [opsdzwola@wp.pl](mailto:opsdzwola@wp.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Godziszowie | Godziszów Trzeci 121a,  23-302 Godziszów  tel./fax 15 871 11 51,  tel. 15 871 00 02 w. 21,  e-mail: [godziszow@ops.pl](mailto:godziszow@ops.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Janowie Lubelskim | ul. Boh. Porytowego Wzgórza 23,  23-300 Janów Lubelski  tel./fax 15 872 46 76,  e-mail: [opsjl@wp.pl](mailto:opsjl@wp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Modliborzycach | ul. Piłsudskiego 63,  23-310 Modliborzyce  tel./fax 15 871 51 08, 15 871 71 55,  e-mail: [kierownik@opsmodliborzyce.pl](mailto:kierownik@opsmodliborzyce.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Potoku Wielkim | 23-313 Potok Wielki  tel. 15 874 02 23,  e-mail: [ops\_potok\_wielki@mbnet.pl](mailto:ops_potok_wielki@mbnet.pl) | |
| **Powiat krasnostawski** | | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Fajsławicach | Fajsławice 107, 21-060 Fajsławice  tel./fax 81 585 30 65, e-mail: [ops.fajslawice@wp.pl](mailto:ops.fajslawice@wp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Gorzkowie | ul. Główna 9, 22-315 Gorzków  tel. /fax 84 683 85 06,  e-mail: [gops\_gorzkow@poczta.onet.pl](mailto:gops_gorzkow@poczta.onet.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Izbicy | ul. Gminna 4, 22-375 Izbica  tel. /fax 84 618 30 52, 84 618 30 96,  e-mail: [ops\_izbica@o2.pl](mailto:ops_izbica@o2.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Krasnymstawie | ul. Piłsudskiego 9, 22-300 Krasnystaw tel./fax 82 576 23 24,  e-mail: [mopskrasnystaw@wp.pl](mailto:mopskrasnystaw@wp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Krasnymstawie | ul. Marii Konopnickiej 4,  22-300 Krasnystaw  tel./fax 82 576 22 16, 82 576 65 93,  e-mail: [krasnystaw@ops.pl](mailto:krasnystaw@ops.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Kraśniczynie | ul. Kościuszki 21,  22-310 Kraśniczyn  tel./fax 82 577 55 21,  e-mail: [krasniczyn@ops.pl](mailto:krasniczyn@ops.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Łopienniku Górnym | Łopiennik Górny 1,  22-351 Łopiennik Górny  tel. 82 577 30 14, 508 306 410, fax 82 577 30 10,  e-mail: [gops.lopiennik@poczta.onet.pl](mailto:gops.lopiennik@poczta.onet.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Rudniku | Rudnik 64, 22-330 Rudnik  tel./fax 84 684 11 24,  e-mail: [gopsrudnik@vp.pl](mailto:gopsrudnik@vp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Siennicy Różanej | Siennica Różana 265 A,  22-304 Siennica Różana  tel./fax 82 575 92 16,  e-mail: [gops\_siennica@pro.onet.pl](mailto:gops_siennica@pro.onet.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Żółkiewce | ul. Hetmana Żółkiewskiego 2, 22-335 Żółkiewka  tel./fax 84 683 13 15,  e-mail: [gopszol@vp.pl](mailto:gopszol@vp.pl) | |
| **Powiat kraśnicki** | | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Annopolu | ul. Leśna 2, 23-235 Annopol  tel./fax 15 861 34 04,  tel. 15 861 34 07,  e-mail: [ops\_annopol@o2.pl](mailto:ops_annopol@o2.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Dzierzkowicach | Terpentyna 170, 23-251 Dzierzkowice  tel./fax 81 822 10 31,  e-mail: [ops.dzierzkowice@neostrada.pl](mailto:ops.dzierzkowice@neostrada.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Gościeradowie | Gościeradów Ukazowy 63,  23-275 Gościeradów  tel. 15 838 14 52, fax 15 838 14 92,  e-mail: [ops.goscieradow@pro.onet.pl](mailto:ops.goscieradow@pro.onet.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Kraśniku | ul. Grunwaldzka 4A, 23-210 Kraśnik tel. 81 825 15 79 – 81,  fax 81 825 15 80,  e-mail: [mops@mops.krasnik.pl](mailto:mops@mops.krasnik.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Kraśniku | ul. Kościuszki 24, 23-200 Kraśnik  tel./fax 81 884 32 16,  e-mail: [ksgops03@gazeta.pl](mailto:ksgops03@gazeta.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Szastarce | Szastarka 121, 23-225 Szastarka  tel./fax 15 873 40 12,  e-mail: [sekretariat@opsszastarka.pl](mailto:sekretariat@opsszastarka.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Trzydniku Dużym | Trzydnik Duży 59 A,  23-230 Trzydnik Duży tel./fax 15 873 18 75,  e-mail: [trzydnikduzy@ops.pl](mailto:trzydnikduzy@ops.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Urzędowie | ul. B. Dzikowskiego 1,  23-250 Urzędów tel./fax 81 822 52 09,  tel. 518-539-797, e-mail: [gops@urzedow.pl](mailto:gops@urzedow.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Wilkołazie | Wilkołaz Pierwszy 9, 23-212 Wilkołaz tel./fax 81 821 20 23,  e-mail: [ops\_wilkolaz@mbnet.pl](mailto:ops_wilkolaz@mbnet.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Zakrzówku | ul. Żeromskiego 24, 23-213 Zakrzówek tel./fax 81 821 50 72, 81 821 50 40,  e-mail: [zakrzowek@ops.pl](mailto:zakrzowek@ops.pl) | |
| **Powiat lubartowski** | | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Abramowie | ul. 22 Lipca 2, 21-143 Abramów  tel./fax 81 852 50 36,  e-mail: [ops.abramow@poczta.fm](mailto:ops.abramow@poczta.fm) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Firleju | ul. Rynek 1, 21-136 Firlej  tel. 81 857 55 39, fax 81 857 55 49,  e-mail: [ops@firlej.pl](mailto:ops@firlej.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Jeziorzanach | ul. Rynek 22, 21-146 Jeziorzany  tel./fax 81 857 81 03,  e-mail: [biuro@opsjeziorzany.pl](mailto:biuro@opsjeziorzany.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Kamionce | ul. Lubartowska 1, 21-132 Kamionka  tel. 81 852 70 34, fax 81 852 70 58,  e-mail: [kamionka@ops.pl](mailto:kamionka@ops.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Kocku | ul. Jana Pawła II 29, 21-150 Kock  tel. 81 859 12 56, fax 81 859 10 59,  e-mail: [opskock@lublin.home.pl](mailto:opskock@lublin.home.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Lubartowie | ul. 3 Maja 24 A, 21-100 Lubartów  tel. 81 855 44 50,  tel./fax 81 855 45 47,  e-mail: [poczta@mops-lubartow.pl](mailto:poczta@mops-lubartow.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Lubartowie | ul. Lubelska 18A, 21-100 Lubartów  tel. 81 855 20 13, 81 854 59 10, 81 854 59 09, fax 81 854 59 01,  e-mail: [gopslubartow@poczta.onet.pl](mailto:gopslubartow@poczta.onet.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Michowie | ul. Tysiąclecia 2, 21-140 Michów  tel. 81 856 60 01 w. 37, 38, 39, 40, 41, fax 81 856 60 01 w. 40, e-mail: [opsmichow@op.pl](mailto:opsmichow@op.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Niedźwiadzie | Niedźwiada Kolonia 42A,  21-104 Niedźwiada  tel./fax 81 851 22 20,  e-mail: [opswn@poczta.fm](mailto:opswn@poczta.fm) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Ostrowie Lubelskim | ul. Partyzantów 14,  21-110 Ostrów Lubelski tel./fax 81 852 05 29,  e-mail: [ops\_ostrow@poczta.onet.pl](mailto:ops_ostrow@poczta.onet.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Ostrówku | Ostrówek 36, 21-102 Ostrówek  tel./fax 81 856 20 20,  e-mail: [ops@ostrowek.pl](mailto:ops@ostrowek.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Sernikach | Serniki 1 A, 21-107 Serniki  tel./fax 81 855 51 64, tel. 81 855 04 65, e-mail: [opsserniki@wp.pl](mailto:opsserniki@wp.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Uścimowie | 21-109 Uścimów,  tel./fax 81 852 30 32,  e-mail: [opsuscimow@o2.pl](mailto:opsuscimow@o2.pl) | |
| **Miasto Lublin** | | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie  w Lublinie | ul. Grodzka 7, 20-112 Lublin  tel. 81 466 53 00, fax 81 466 53 01,  e-mail: [centrum@mopr.lublin.pl](mailto:centrum@mopr.lublin.pl) | |
| **Powiat lubelski** | | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Bełżycach | ul. Fabryczna 2b, 24-200 Bełżyce  tel. 81 517 24 68, fax 81 516 27 52,  e-mail: [belzyce@ops.pl](mailto:belzyce@ops.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Borzechowie | Borzechów 1, 24-224 Borzechów  tel./fax 81 511 14 01,  e-mail: [borzechow@ops.pl](mailto:borzechow@ops.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Bychawie | ul. Piłsudskiego 22, 23-100 Bychawa  tel. 81 566 01 27, fax 81 566 12 65,  e-mail: [ops.bychawa@gmail.com](mailto:ops.bychawa@gmail.com) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Garbowie | Garbów 29, 21-080 Garbów  tel. 81 501 80 25, fax 81 501 93 02,  e-mail: [gopsgarbow@tlen.pl](mailto:gopsgarbow@tlen.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Głusku | ul. Miodowa 1, 20-383 Lublin  tel. 81 751 81 12, fax 81 751 81 62,  e-mail: [opsglusk@o2.pl](mailto:opsglusk@o2.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Jabłonnie | 23-114 Jabłonna, tel./fax 81 561 00 50,  e-mail: [gops.jablonna@gmail.com](mailto:gops.jablonna@gmail.com) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Jastkowie | ul. Legionistów 1, 21-002 Jastków  tel. 81 502 20 85,  tel./fax 81 502 04 77,  e-mail: [gopsjastkow@op.pl](mailto:gopsjastkow@op.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Konopnicy | Kozubszczyzna 127B, 21-030 Motycz  tel. 81 503 22 35,  fax 81 503 22 35 w. 2  e-mail: [ops\_konopnica@poczta.onet.pl](mailto:ops_konopnica@poczta.onet.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Krzczonowie | ul. Spokojna 7, 23-110 Krzczonów  tel./fax 81 566 40 23,  e-mail: [krzczonow@ops.pl](mailto:krzczonow@ops.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Niedrzwicy Dużej | ul. Kraśnicka 51, 24-220 Niedrzwica Duża  tel. 81 517 50 69 w. 18, fax 81 517 48 73,  e-mail: [elaops@op.pl](mailto:elaops@op.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Niemcach | ul. Lubelska 121, 21-025 Niemce  tel./fax 81 756 10 52,  tel. 81 756 10 60, 81 756 17 66,  81 756 22 01, 81 756 22 10, 81 756 22 11,  e-mail: [opsniemce@wp.pl](mailto:opsniemce@wp.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Strzyżewicach | Strzyżewice 109, 23-107 Strzyżewice  tel./fax 81 566 60 60,  e-mail: [strzyzewice@ops.pl](mailto:strzyzewice@ops.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Wojciechowie | 24-204 Wojciechów  tel./fax 81 517 79 95,  e-mail: [wojciechow@ops.pl](mailto:wojciechow@ops.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Wólce | Jakubowice Murowane 8,  20-258 Lublin 62  tel./fax 81 751 00 87, 81 751 06 55, e-mail: [opswolka@opswolka.pl](mailto:opswolka@opswolka.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Wysokiem | ul. Nowa 1, 23-145 Wysokie  tel./fax 84 680 62 47,  e-mail: [gopswysokie@o2.pl](mailto:gopswysokie@o2.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Zakrzewie | 23-155 Zakrzew  tel./fax 84 680 94 89,  e-mail: [gops\_zakrzew@poczta.onet.pl](mailto:gops_zakrzew@poczta.onet.pl) | |
| **Powiat łęczyński** | | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Cycowie | ul. Chełmska 42, 21-070 Cyców  tel. 82 567 70 41, fax 82 567 72 00, e-mail: [OPS\_CYCOW@poczta.fm](mailto:OPS_CYCOW@poczta.fm) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Ludwinie | Ludwin 51, 21-075 Ludwin  tel. 81 757 03 35, fax 81 757 03 37,  e-mail: [opsludwin@gmail.com](mailto:opsludwin@gmail.com), [opsludwin@wp.pl](mailto:opsludwin@wp.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Łęcznej | ul. Jaśminowa 4, 21-010 Łęczna  tel. 81 462 83 74, fax 81 462 83 73,  e-mail: [poczta@mops.leczna.pl](mailto:poczta@mops.leczna.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Milejowie | ul. Partyzancka 13, 21-020 Milejów  tel./fax 81 757 20 54,  e-mail: ops[@milejow.pl](mailto:milejow@ops.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Puchaczowie | ul. Tysiąclecia 8, 21-013 Puchaczów  tel./fax 81 757 50 68,  e-mail: [opspuchaczow@op.pl](mailto:opspuchaczow@op.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Spiczynie | Spiczyn 10 C, 21-077 Spiczyn  tel./fax 81 757 81 86,  e-mail: [spiczyn@ops.pl](mailto:spiczyn@ops.pl) | |
| **Powiat łukowski** | | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Adamowie | ul. Kleeberga 5, 21-412 Adamów  tel. 25 755 31 92, fax 25 755 31 67,  e-mail: [gopsadamow@wp.pl](mailto:gopsadamow@wp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Krzywdzie | ul. Łukowska 20, 21-470 Krzywda  tel./fax 25 755 12 89,  e-mail: [gops.krzywda@wp.pl](mailto:gops.krzywda@wp.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Łukowie | ul. Zdanowskiego 15, 21-400 Łuków  tel./fax 25 798 03 32, tel. 25 798 98 07,  e-mail: [mops@um.lukow.pl](mailto:mops@um.lukow.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Łukowie | ul. Świderska 12, 21-400 Łuków  tel./fax 25 798 21 59,  e-mail: [gopslukow@o2.pl](mailto:gopslukow@o2.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Serokomli | ul. Warszawska 21, 21-413 Serokomla  tel./fax 25 755 45 06,  tel. 25 755 46 87, 25 755 46 88,  e-mail: [gopsserokomla@o2.pl](mailto:gopsserokomla@o2.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Staninie | Stanin 62, 21-422 Stanin  tel./fax 25 798 11 02,  e-mail: [gops@stanin.pl](mailto:gops@stanin.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Stoczku Łukowskim | Plac Tadeusza Kościuszki 1,  21-450 Stoczek Łukowski  tel./fax 25 797 01 81,  e-mail: [mopsstoczek@wp.pl](mailto:mopsstoczek@wp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Stoczku Łukowskim | ul. 1 Maja 12 A,  21-450 Stoczek Łukowski  tel./fax 25 797 01 77,  e-mail: [gopsstoczek@wp.pl](mailto:gopsstoczek@wp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Trzebieszowie | Trzebieszów 89, 21-404 Trzebieszów  tel. 25 796 05 73, fax 25 796 66 64, e-mail: [gopstrzebieszow@wp.pl](mailto:gopstrzebieszow@wp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Wojcieszkowie | ul. Kościelna 38, 21-411 Wojcieszków  tel./fax 25 755 43 34,  fax 25 755 41 01,  e-mail: [gops@wojcieszkow.pl](mailto:gops@wojcieszkow.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Woli Mysłowskiej | 21-426 Wola Mysłowska 57,  tel./fax 25 754 25 38,  e-mail: [gopswm@promax-ck.pl](mailto:gopswm@promax-ck.pl) | |
| **Powiat opolski** | | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Chodlu | ul. Partyzantów 24, 24-350 Chodel  tel. 81 827 73 25, 81 827 73 26, fax 81 827 73 27,  e-mail: [gopschodel@op.pl](mailto:gopschodel@op.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Józefowie nad Wisłą | ul. Opolska 31/6, 24-340 Józefów nad Wisłą  tel./fax 81 828 50 18,  e-mail: [opsjozefow@poczta.onet.pl](mailto:opsjozefow@poczta.onet.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Karczmiskach | ul. Centralna 17, 24-310 Karczmiska  tel. 81 828 70 76, fax 81 828 70 26,  e-mail: [karczmiskaops@onet.eu](mailto:karczmiskaops@onet.eu) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Łaziskach | Łaziska 61, 24-335 Łaziska  tel. 81 828 90 78, 81 828 92 48, 81 828 90 13, fax 81 828 90 13,  e-mail: [ops.laziska@neostrada.pl](mailto:ops.laziska@neostrada.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Opolu | ul. Syndykacka 1,  24-300 Opole Lubelskie  tel./fax 81 827 26 94,  tel. 81 827 32 16, 81 827 20 81,  e-mail: [ops@opsopolelubelskie.pl](mailto:ops@opsopolelubelskie.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Poniatowej | ul. Młodzieżowa 2, 24-320 Poniatowa  tel./fax 81 820 47 98, 81 820 19 43, e-mail: [ops\_poniatowa7@wp.pl](mailto:ops_poniatowa7@wp.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Wilkowie | 24-313 Wilków 62 A,  tel./fax 81 828 10 46, 81 828 13 64,  e-mail: [opswilkow@wp.pl](mailto:opswilkow@wp.pl) | |
| **Powiat parczewski** | | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Dębowej Kłodzie | 21-211 Dębowa Kłoda 116 a, tel. 83 355 70 11, 83 355 70 19, fax 83 355 70 44,  e-mail: [gopsdk@vp.pl](mailto:gopsdk@vp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Jabłoniu | ul. Zamoyskiego 27, 21-205 Jabłoń  tel. 83 356 01 01 w. 26, 27,  fax 83 356 00 13,  e-mail: [gops.jablon@wp.pl](mailto:gops.jablon@wp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Milanowie | ul. Kościelna 11 A, 21-210 Milanów  tel./fax 83 356 72 41,  e-mail: [milanow@ops.pl](mailto:milanow@ops.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Parczewie | ul. Ogrodowa 16, 21-200 Parczew  tel./fax 83 355 12 55, 83 355 12 50,  e-mail: [mops.sekretariat@vp.pl](mailto:mops.sekretariat@vp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Podedwórzu | 21-222 Podedwórze 44, tel./fax 83 379 50 37,  e-mail: [gopsp@op.pl](mailto:gopsp@op.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Siemieniu | ul. Stawowa 1b, 21-220 Siemień  tel./fax 83 354 71 61, 83 354 71 58, e-mail: [gops\_siemien@op.pl](mailto:gops_siemien@op.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Sosnowicy | ul. Spokojna 10, 21-230 Sosnowica  tel./fax 82 591 21 53,  e-mail: [sosnowica@ops.pl](mailto:sosnowica@ops.pl) | |
| **Powiat puławski** | | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Baranowie | ul. Rynek 14, 24-105 Baranów  tel./fax 81 883 41 54,  e-mail: [gops\_baranow@onet.pl](mailto:gops_baranow@onet.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Janowcu | ul. Lubelska 21, 24-123 Janowiec  tel./fax 81 881 55 04, tel. 502 710 622,  e-mail: [gops.janowiec@gmail.com](mailto:gops.janowiec@gmail.com) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Kazimierzu Dolnym | ul. Lubelska 32/34, 24-120 Kazimierz Dolny  tel./fax 81 881 01 53, 81 882 04 38, e-mail: [kazimierzdolny@ops.pl](mailto:kazimierzdolny@ops.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Końskowoli | ul. Pożowska 3a, 24-130 Końskowola  tel./fax 81 881 69 09,  e-mail: [ops\_konskowola@post.pl](mailto:ops_konskowola@post.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Kurowie | ul. Lubelska 45, 24-170 Kurów  tel./fax 81 881 14 90,  e-mail: [ops.kurow@interia.pl](mailto:ops.kurow@interia.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Markuszowie | ul. Marka Sobieskiego 1,  24-173 Markuszów  tel./fax 81 881 80 71,  e-mail: [gops\_markuszow@wp.pl](mailto:gops_markuszow@wp.pl), [gops\_markusz@poczta.onet.pl](mailto:gops_markusz@poczta.onet.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Nałęczowie | ul. Kolejowa 7, 24-150 Nałęczów  tel./fax 81 501 44 81,  e-mail: [mopsnal@op.pl](mailto:mopsnal@op.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Puławach | ul. Leśna 17, 24-100 Puławy  tel. 81 458 62 01 fax 81 458 62 09  e-mail [sekretariat@mops.pulawy.pl](mailto:sekretariat@mops.pulawy.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Puławach | ul. Dęblińska 4, 24-100 Puławy  tel. 81 889 05 06 – 08,  fax 81 888 82 45,  e-mail: [gops.pulawy@op.pl](mailto:gops.pulawy@op.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Wąwolnicy | ul. Lubelska 39, 24-160 Wąwolnica  tel./fax 81 882 50 51,  e-mail: [opsw@gt.pl](mailto:opsw@gt.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Żyrzynie | ul. Powstania Styczniowego 15, 24-103 Żyrzyn  tel./fax 81 881 42 68,  e-mail: [ops\_zyrzyn@onet.pl](mailto:ops_zyrzyn@onet.pl) | |
| **Powiat radzyński** | | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Borkach | ul. II Armii Wojska Polskiego 41,  21-345 Borki  tel./fax 81 857 42 77,  e-mail: [gopsborki@wp.pl](mailto:gopsborki@wp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Czemiernikach | ul. Zamkowa 21, 21-306 Czemierniki  tel./fax 83 351 30 78,  e-mail: [gopsczemierniki@poczta.onet.pl](mailto:gopsczemierniki@poczta.onet.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Kąkolewnicy | ul. Lubelska 5, 21-302 Kąkolewnica  tel./fax 83 372 26 21,  e-mail: [gopskakolewnica@poczta.onet.pl](mailto:gopskakolewnica@poczta.onet.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Komarówce Podlaskiej | ul. I Armii Wojska Polskiego 13, 21-311 Komarówka Podlaska tel./fax 83 353 54 81,  e-mail: [komarowka@ops.pl](mailto:komarowka@ops.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Radzyniu Podlaskim | ul. Warszawska 32, 21-300 Radzyń Podlaski  tel. 83 413 17 53, 83 413 17 64,  fax 413 17 55  e-mail: [mopsradzyn@poczta.fm](mailto:mopsradzyn@poczta.fm) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Radzyniu Podlaskim | ul. Warszawska 32,  21-300 Radzyń Podlaski  tel./fax 83 413 18 13,  tel. 83 413 18 12,  e-mail: [gops@radzynpodlaski.pl](mailto:gops@radzynpodlaski.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Ulanie Majoracie | Ulan – Majorat 57,  21-307 Ulan – Majorat  tel. 83 351 80 91 w. 35, tel./fax 83 351 80 91 w. 31, e-mail: [ulanmajorat@ops.pl](mailto:ulanmajorat@ops.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Wohyniu | ul. Radzyńska 2, 21-310 Wohyń  tel. 83 353 07 59,  tel./fax 83 353 03 48,  e-mail: [gops@wohyn.home.pl](mailto:gops@wohyn.home.pl) | |
| **Powiat rycki** | | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej w Dęblinie | ul. Rynek 12, 08-530 Dęblin  tel. 81 883 02 16, fax 81 883 25 05,  e-mail: [ops@um.deblin.pl](mailto:ops@um.deblin.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Kłoczewie | ul. Długa 67 A, 08-550 Kłoczew  tel./fax 25 754 31 79,  e-mail: [kloczew\_gops@wp.pl](mailto:kloczew_gops@wp.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Nowodworze | Nowodwór 71A, 08-503 Nowodwór  tel./fax 81 866 10 01,  e-mail: [nowodwor@ops.pl](mailto:nowodwor@ops.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Rykach | ul. Karola Wojtyły 29, 08-500 Ryki  tel. 81 865 71 70, fax 81 865 71 78,  e-mail: [edyta.grabek@ryki.pl](mailto:edyta.grabek@ryki.pl), [edyta.grabek@opsryki.pl](mailto:edyta.grabek@opsryki.pl), [opsryki@opsryki.pl](mailto:opsryki@opsryki.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Stężycy | ul. Królewska 4, 08-540 Stężyca  tel./fax 81 866 31 48,  e-mail: [stezyca@ops.pl](mailto:stezyca@ops.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Ułężu | Ułęż 168, 08-504 Ułęż  tel./fax 81 866 70 39,  e-mail: [ulez@ops.pl](mailto:ulez@ops.pl) | |
| **Powiat świdnicki** | | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Świdniku | ul. Wyszyńskiego 12, 21-040 Świdnik  tel. 81 468 69 00, 81 468 77 15, fax 81 468 69 00 w. 21, e-mail: [opsswidnik@poczta.onet.pl](mailto:opsswidnik@poczta.onet.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Mełgwi | ul. Partyzancka 32, 21-007 Mełgiew  tel./fax 81 467 05 51,  e-mail: [melgiew.ops@op.pl](mailto:melgiew.ops@op.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Piaskach | ul. Lubelska 80, 21-050 Piaski   tel./fax 81 582 13 62,  e-mail: [ops\_piaski@wp.pl](mailto:ops_piaski@wp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Rybczewicach | 21-065 Rybczewice  tel./fax 81 585 40 99,  e-mail: [rybczewice@ops.pl](mailto:rybczewice@ops.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Trawnikach | 21-044 Trawniki  tel./fax 81 585 60 47,  e-mail: [trawniki@ops.pl](mailto:trawniki@ops.pl) | |
| **Powiat tomaszowski** | | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Bełżcu | ul. Lwowska 36 c, 22-670 Bełżec  tel./fax 84 665 21 43,  e-mail: [gopsbelzec@poczta.fm](mailto:gopsbelzec@poczta.fm) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Jarczowie | ul. 3 Maja 24, 22-664 Jarczów  tel./fax 84 663 43 91,  e-mail: [gopsjarczow@zamosc.home.pl](mailto:gopsjarczow@zamosc.home.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Krynicach | 22-610 Krynice 1  tel./fax 84 663 02 47,  e-mail: [gops.krynice@wp.pl](mailto:gops.krynice@wp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Lubyczy Królewskiej | ul. Parkowa 1, 22-680 Lubycza Królewska  tel./fax 84 661 70 60,  e-mail: [pomoc@lubycza.pl](mailto:pomoc@lubycza.pl) | |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  w Łaszczowie | ul. Chopina 14, 22-650 Łaszczów  tel. 84 627 53 46, fax 84 661 15 05,  e-mail: [ops-laszczow@o2.pl](mailto:ops-laszczow@o2.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Rachaniach | ul. Partyzantów 60, 22-640 Rachanie  tel. 84 663 22 75, fax 84 663 29 09,  e-mail: [gopsrachanie@op.pl](mailto:gopsrachanie@op.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Suścu | ul. Tomaszowska 4, 22-672 Susiec  tel.84 665 59 26, 84 665 41 02, fax 84 665 59 27,  e-mail: [gopssusiec@op.pl](mailto:gopssusiec@op.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Tarnawatce | ul. Szkolna 1, 22-604 Tarnawatka  tel./fax 84 662 48 04,  e-mail: [gops-tarnawatka@wp.pl](mailto:gops-tarnawatka@wp.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Telatynie | ul. F. Chopina 10, 22-652 Telatyn  tel. 84 661 31 10 w. 37, 42-44, fax 84 661 31 10 w. 43, e-mail: [gopstelatyn@interia.pl](mailto:gopstelatyn@interia.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Tomaszowie Lubelskim | ul. Papieża Jana Pawła II 12, 22-600 Tomaszów Lubelski  tel./fax 84 665 97 94,  e-mail: [mopstom@zamosc.home.pl](mailto:mopstom@zamosc.home.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Tomaszowie Lubelskim | ul. 29 Listopada 10, 22-600 Tomaszów Lubelski  tel./fax 84 664 29 31,  e-mail: [gopstomlub@post.pl](mailto:gopstomlub@post.pl) | |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  w Tyszowcach | ul. 3 Maja 10, 22-630 Tyszowce  tel./fax 84 661 93 46,  e-mail: [mops@tyszowce.pl](mailto:mops@tyszowce.pl) | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Ulhówku | ul. Kościelna 1/1, 22-678 Ulhówek  tel./fax 84 661 60 37,  e-mail: [gops\_ulhowek@o2.pl](mailto:gops_ulhowek@o2.pl) | |
| **Powiat włodawski** | | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Hannie | | Hanna 43 B, 22-220 Hanna  tel./fax 83 379 83 43,  e-mail: [hanna@ops.pl](mailto:hanna@ops.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Hańsku | | ul. Osiedlowa 4, 22-235 Hańsk  tel./fax 82 571 40 39,  e-mail: [gops\_hansk@wp.pl](mailto:gops_hansk@wp.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Starym Brusie | | Stary Brus 47 A, 22-244 Stary Brus  tel./fax 82 571 01 02,  e-mail: [ops@starybrus.lublin.pl](mailto:ops@starybrus.lublin.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Urszulinie | | ul. Lubelska 43, 22-234 Urszulin  tel./fax 82 571 30 44,  e-mail: [gops-urszulin@wp.pl](mailto:gops-urszulin@wp.pl) |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  we Włodawie | | Al. J. Piłsudskiego 41, 22-200 Włodawa  tel./fax 82 572 13 21,  e-mail: [mops@um.wlodawa.pl](mailto:mops@um.wlodawa.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  we Włodawie | | ul. Mielczarskiego 22,  22-200 Włodawa  tel./fax 82 572 39 45, 82 572 55 58, e-mail: [gops\_wlodawa@op.pl](mailto:gops_wlodawa@op.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Woli Uhruskiej | | ul. Parkowa 5, 22-230 Wola Uhruska  tel. 82 591 54 36, fax 82 591 50 03,  e-mail: [gopswolauhruska@interia.pl](mailto:gopswolauhruska@interia.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Wyrykach | | Wyryki-Połód 155, 22-205 Wyryki  tel./fax 82 591 33 02,  e-mail: [wyryki@wp.pl](mailto:wyryki@wp.pl) |
| **Miasto Zamość** | | |
| Miejskie Centrum Pomocy Rodzinie  w Zamościu | | ul. Lwowska 57, 22-400 Zamość  tel. 84 677 56 30, fax 84 677 56 40,  e-mail: [administracja@mcpr.zamosc.pl](mailto:administracja@mcpr.zamosc.pl) |
| **Powiat zamojski** | | |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Adamowie | | Adamów 11B, 22-442 Adamów  tel. 84 618 77 22, fax 84 618 77 22,  e-mail: [d.jaworska@adamow.gmina.pl](mailto:d.jaworska@adamow.gmina.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Grabowcu | | ul. Kozia 15, 22-425 Grabowiec  tel./fax 84 651 22 60,  e-mail: [gops-grabowiec@neostrada.pl](mailto:gops-grabowiec@neostrada.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Komarowie – Osadzie | | ul. Rynek 14, 22-435 Komarów-Osada  tel./fax 84 615 31 22,  e-mail: [gopskomarow\_osada@wp.pl](mailto:gopskomarow_osada@wp.pl) |
| Miejsko – Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Krasnobrodzie | | ul. Kościuszki 6, 22-440 Krasnobród  tel./fax 84 660 81 15,  e-mail: [mgopskrasnobrod@neostrada.pl](mailto:mgopskrasnobrod@neostrada.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Łabuniach | | ul. Orzechowa 10, 22-437 Łabunie  tel./fax 84 611 30 08,  e-mail: [gops-labunie@wp.pl](mailto:gops-labunie@wp.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Miączynie | | Miączyn 106, 22-455 Miączyn  tel./fax 84 618 00 47,  e-mail: [gops-miaczyn@wp.pl](mailto:gops-miaczyn@wp.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nieliszu | | Krzak 91, 22-413 Nielisz  tel./fax 84 687 94 89,  e-mail: [gops-nielisz@cor.pl](mailto:gops-nielisz@cor.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Radecznicy | | ul. B. Prusa 21, 22-463 Radecznica  tel. 84 681 81 61, 84 682 68 65, fax 84 681 80 41,  e-mail: [gops-radecznica@cor.pl](mailto:gops-radecznica@cor.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sitnie | | Sitno 73, 22-424 Sitno  tel./fax 84 611 26 02,  e-mail: [gops-sitno@wp.pl](mailto:gops-sitno@wp.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Skierbieszowie | | ul. Rynek 1, 22-420 Skierbieszów  tel./fax 84 621 35 40,  e-mail: [gops.skierbieszow@op.pl](mailto:gops.skierbieszow@op.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Starym Zamościu | | Stary Zamość 6, 22-417 Stary Zamość  tel./fax 84 616 32 43,  e-mail: [gops-stzamosc@wp.pl](mailto:gops-stzamosc@wp.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sułowie | | 22-448 Sułów 143  tel./fax 84 682 63 41,  e-mail: [gops@sulow.pl](mailto:gops@sulow.pl) |
| Ośrodek Pomocy Społecznej w Szczebrzeszynie | | Pl. Tadeusza Kościuszki 1, 22-460 Szczebrzeszyn  tel. 84 682 10 09 wew. 355, 358, fax 84 682 10 30,  e-mail: [ops@szczebrzeszyn.pl](mailto:ops@szczebrzeszyn.pl) |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Zamościu | | ul. Partyzantów 94, 22-400 Zamość  tel. 84 638 20 01, fax 84 638 20 17  e-mail: [gopszamosc@wp.pl](mailto:gopszamosc@wp.pl) |
| Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Zwierzyńcu | | ul. Rynek 1, 22-470 Zwierzyniec  tel./fax 84 687 23 01,  e-mail: [mops@zwierzyniec.info.pl](mailto:mops@zwierzyniec.info.pl) |

**ORGANY EMERYTALNO-RENTOWE**

Emerytura lub renta to świadczenia pieniężne mające służyć jako zabezpieczenie bytu dla osób, które ze względu na wiek nie posiadają już zdolności do pracy zarobkowej.

Emerytura przysługuje osobie, która osiągnęła wiek emerytalny. Przynależność do określonej grupy wiekowej skutkuje tym, że różne są zarówno warunki, na których można nabyć prawo do emerytury, jak   
i zasady ustalania jej wysokości.

Do emerytur, po spełnieniu określonych warunków, mogą przysługiwać pewne świadczenia i dodatki:

1. Świadczenia pieniężne dla osób opiekujących się osobą/osobami starszymi lub niepełnosprawnymi
   * Zasiłek opiekuńczy (ZUS)
   * Zasiłek pogrzebowy (ZUS)
2. Świadczenia pieniężne dla osób starszych lub niepełnosprawnych
   * Dodatek pielęgnacyjny (ZUS)
   * Zasiłek pielęgnacyjny (gmina)
   * Dodatek kombatancki (ZUS)
   * Dodatek kompensacyjny (ZUS)
   * Ryczałt energetyczny (ZUS)
   * Dodatek za tajne nauczanie (ZUS)
   * Świadczenie pieniężne dla byłych żołnierzy górników (ZUS)
   * Świadczenie pieniężne dla osób deportowanych do pracy przymusowej oraz osadzonych w obozach pracy przez III Rzeszę i ZSRR (ZUS)
   * Świadczenie pieniężne dla osób będących cywilnymi niewidomymi ofiarami działań wojennych (ZUS)
   * Ekwiwalent pieniężny z tytułu prawa do bezpłatnego węgla dla byłych pracowników kopalni całkowicie likwidowanej (ZUS)
   * Ekwiwalent pieniężny dla byłych pracowników kolejowych (ZUS)
3. Świadczenia rzeczowe dla osób starszych lub niepełnosprawnych
   * Inna pomoc dla osób niepełnosprawnych i dla tych, którzy mają poważne kłopoty z wykonywaniem codziennych czynności lub poruszaniem się

Świadczenia emerytalno – rentowe dla rolników i pracujących   
z nimi domowników realizuje Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego (KRUS).

Emerytura rolnicza przysługuje ubezpieczonemu, który spełnia łącznie następujące warunki: osiągnął wiek emerytalny, podlegał ubezpieczeniu emerytalnemu przez okres co najmniej 25 lat.

Renta przysługuje ubezpieczonemu z tytułu niezdolności do pracy, po **spełnieniu** określonych warunków.

Rodzaje rent:

**Renta stała** przysługuje ubezpieczonemu, którego  niezdolność do pracy została uznana za trwałą. **Renta okresowa** przysługuje jeśli niezdolność do pracy ma charakter czasowy, przez okres wskazany w decyzji organu rentowego.

Szczegółowe informacje dotyczące rent i emerytur oraz dodatków do nich uzyskacie Państwo w oddziałach ZUS i KRUS, których wykaz znajduje się w tabeli poniżej.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Miasto Biała Podlaska** | | | |
| ZUS | ul. Sadowa 23, 21-500 Biała Podlaska  tel. 83 344 41 20 | | |
| KRUS | ul. Sadowa 11-21/12, 21-500 Biała Podlaska  tel. 83 344 39 12, 83 344 51 78, e-mail: [bialapodlaska@krus.gov.pl](mailto:bialapodlaska@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat bialski** | | | |
| ZUS | ul. Sadowa 23, 21-500 Biała Podlaska tel. 83 344 41 20 | | |
| KRUS | ul. Sadowa 11-21/12, 21-500 Biała Podlaska  tel. 83 344 39 12, 344 51 78, e-mail: [bialapodlaska@krus.gov.pl](mailto:bialapodlaska@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat biłgorajski** | | | |
| ZUS | ul. Kościuszki 103, 23-400 Biłgoraj tel. 84 688 12 00 | | |
| KRUS | ul. Włosiankarska 5, 23-400 Biłgoraj  tel. 84 688 24 00, 688 24 10, fax 84 686 84 29 e-mail: [bilgoraj@krus.gov.pl](mailto:bilgoraj@krus.gov.pl) | | |
| **Miasto Chełm** | | | |
| ZUS | ul. I Armii WP 8, 22-100 Chełm  tel. 82 565 34 50 | | |
| KRUS | Al. I Armii Wojska Polskiego 8a, 22-100 Chełm  tel. 82 563 93 01, fax 82 562 54 28, e-mail: [chelm@krus.gov.pl](mailto:chelm@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat chełmski** | | | |
| ZUS | ul. I Armii WP 8, 22-100 Chełm  tel. 82 565 34 50 | | |
| KRUS | Al. I Armii WP 8A, 22-100 Chełm  tel. 82 563 93 01, fax 82 562 54 28, e-mail: [chelm@krus.gov.pl](mailto:chelm@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat hrubieszowski** | | | |
| ZUS | ul. 3-go Maja 8 a, 22-500 Hrubieszów tel. 84 696 27 62 | | |
| KRUS | ul. Kolejowa 8, 22-500 Hrubieszów  tel. 84 696 20 53 do 54, 84 696 57 97, fax 84 697 54 29  e-mail: [hrubieszow@krus.gov.pl](mailto:hrubieszow@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat janowski** | | | |
| ZUS | ul. Zamoyskiego 52, 23-300 Janów Lubelski tel. 15 872 18 05 | | |
| KRUS | ul. Lubelska 1, 23-300 Janów Lubelski  tel. 15 872 23 20, fax 15 872 64 28, e-mail: [janowlubelski@krus.gov.pl](mailto:janowlubelski@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat krasnostawski** | | | |
| ZUS | ul. PCK 13, 22-300 Krasnystaw tel. 82 576 47 00 | | |
| KRUS | Pl. 3-go Maja 2, 22-300 Krasnystaw  tel. 82 576 10 43, fax 82 575 64 28, e-mail: [krasnystaw@krus.gov.pl](mailto:krasnystaw@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat kraśnicki** | | | |
| ZUS | ul. Ks. J. Popiełuszki 3 a, 23-210 Kraśnik tel. 81 825 66 40 | | |
| KRUS | ul. Kościuszki 28, 23-200 Kraśnik  tel. 81 825 22 34, tel./fax 81 884 47 38, e-mail: [krasnik@krus.gov.pl](mailto:krasnik@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat lubartowski** | | | |
| ZUS | ul. Lipowa 6, 21-100 Lubartów tel. 81 855 43 40 | | |
| KRUS | ul. Lipowa 2a,  21-100 Lubartów  tel. 81 855 40 75 do 76  fax 81 855 15 40, e-mail: [lubartow@krus.gov.pl](mailto:lubartow@krus.gov.pl) | ul. Apteczna 4,  21-150 Kock  tel./fax 81 859 14 74;  tel. 81 859 14 73,  81 859 15 98, e-mail: [kock@krus.gov.pl](mailto:kock@krus.gov.pl) | |
| **Miasto Lublin** | | | |
| ZUS | ul. T. Zana 36, 38c, 20-601 Lublin  tel. 81 535 77 77 | | |
| KRUS | ul. Droga Męczenników Majdanka 12, 20-325 Lublin  tel. sekretariat: 81 759 34 10, fax 81 746 22 38,  e-mail: [lublin@krus.gov.pl](mailto:lublin@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat lubelski** | | | |
| ZUS | ul. T. Zana 36, 38c, 20-601 Lublin  tel. 81 535 77 77 | | |
| KRUS | ul. Droga Męczenników Majdanka 12, 20-325 Lublin  tel. sekretariat: 81 759 34 10,  fax 81 746 22 38,  e-mail: [lublin@krus.gov.pl](mailto:lublin@krus.gov.pl) | | |
| ul. Lubelska 8, 24-200 Bełżyce  tel. 81 517 27 44, 517 22 10;  fax 81 517 26 74  [belzyce@krus.gov.pl](mailto:belzyce@krus.gov.pl) | | ul. Piłsudskiego 65b,  23-100 Bychawa  tel. 81 566 21 62 do 63;  tel./fax 81 566 16 86  [bychawa@krus.gov.pl](mailto:bychawa@krus.gov.pl) |
| **Powiat łęczyński** | | | |
| ZUS | ul. Obrońców Pokoju 5, 21-010 Łęczna  tel. 81 752 06 35 | | |
| KRUS | ul. Staszica 7, 21-010 Łęczna  tel. 81 752 25 04, 752 10 74, fax 81 752 10 76, e-mail: [leczna@krus.gov.pl](mailto:leczna@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat łukowski** | | | |
| ZUS | ul. Wyszyńskiego 56, 21-400 Łuków  tel. 25 798 31 09 | | |
| KRUS | ul. Wyszyńskiego 42A, 21-400 Łuków, tel. 25 798 00 10 do 11,  fax 25 797 64 29, e-mail: [lukow@krus.gov.pl](mailto:lukow@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat opolski** | | | |
| ZUS | ul. Piłsudskiego 12, 24-300 Opole Lubelskie  tel. 81 827 22 67 | | |
| KRUS | ul. Fabryczna 27, 24-300 Opole Lubelskie  tel. 81 827 20 51, 827 49 96, fax 81 827 22 38, e-mail: [opolelubelskie@krus.gov.pl](mailto:opolelubelskie@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat parczewski** | | | |
| ZUS | Pl. Wolności 7, 21-200 Parczew  tel. 83 355 00 79 | | |
| KRUS | ul. 11 Listopada 15, 21-200 Parczew  tel. 83 354 31 58, 354 22 37, fax 83 354 44 29, e-mail: [parczew@krus.gov.pl](mailto:parczew@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat puławski** | | | |
| ZUS | ul. Lubelska 20 b, 24-100 Puławy  tel. 81 887 09 13 | | |
| KRUS | ul. Wróblewskiego 4 A, 24-100 Puławy  tel. 81 889 04 11,  fax 81 889 04 28 e-mail: [pulawy@krus.gov.pl](mailto:pulawy@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat radzyński** | | | |
| ZUS | ul. Armii Krajowej 22/32, 21-300 Radzyń Podlaski  tel. 83 352 92 60 | | |
| KRUS | ul. Chomiczewskiego 6, 21-300 Radzyń Podlaski  tel. 83 352 07 51, 352 15 76, fax 83 351 24 29,  e-mail: [radzynpodlaski@krus.gov.pl](mailto:radzynpodlaski@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat rycki** | | | |
| ZUS | ul. Kościuszki 21, 08-500 Ryki  tel. 81 865 21 83 | | |
| KRUS | ul. Kościuszki 22, 08-500 Ryki  tel. 81 865 33 21, 865 15 21, fax 81 865 44 21  [ryki@krus.gov.pl](mailto:ryki@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat świdnicki** | | | |
| ZUS | ul. T. Zana 36, 38c, 20-601 Lublin  tel. 81 535 77 77 | | |
| KRUS | ul. Lubelska 102, 21-050 Piaski  tel. 81 582 19 06, 582 19 08;  fax 81 582 19 07, e-mail: [piaski@krus.gov.pl](mailto:piaski@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat tomaszowski** | | | |
| ZUS | ul. Jana Pawła II 6, 22-600 Tomaszów Lubelski  tel. 84 664 44 23 | | |
| KRUS | ul. Jana Pawła II 6, 22-600 Tomaszów Lubelski  tel. 84 664 24 27 do 29, fax 84 665 74 29, e-mail: [tomaszowlubelski@krus.gov.pl](mailto:tomaszowlubelski@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat włodawski** | | | |
| ZUS | ul. Reymonta 12, 22-200 Włodawa  tel. 82 572 19 98 | | |
| KRUS | ul. Suchawska 9, 22-200 Włodawa  tel. 82 572 52 38, fax 82 591 44 28, e-mail: [wlodawa@krus.gov.pl](mailto:wlodawa@krus.gov.pl) | | |
| **Miasto Zamość** | | | |
| ZUS | ul. Kiepury 2, 22-400 Zamość  tel. 84 639 60 95 | | |
| KRUS | ul. Gminna 45, 22-400 Zamość  tel. 84 639 14 93, 639 14 95,  639 15 73, 639 15 75, fax 84 677 54 29, e-mail: [zamosc@krus.gov.pl](mailto:zamosc@krus.gov.pl) | | |
| **Powiat zamojski** | | | |
| ZUS | ul. Kiepury 2, 22-400 Zamość  tel. 84 639 60 95 | | |
| KRUS | ul. Gminna 45,  22-400 Zamość  tel. 84 639 14 93, 639 14 95,  639 15 73,  639 15 75, fax 84 677 54 29, e-mail: [zamosc@krus.gov.pl](mailto:zamosc@krus.gov.pl) | | |

**ZESPOŁY DS. ORZEKANIA O STOPNIU NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI**

Orzekanie o stopniu niepełnosprawności jest orzecznictwem dla celów pozarentowych. Nie może być podstawą ubiegania się o rentę   
z tytułu niezdolności do pracy, czyli tzw. renty ZUS. Orzecznictwo takiesłuży osobom, które chcą uzyskać prawne potwierdzenie statusu osoby niepełnosprawnej, umożliwiające korzystanie z przewidzianych dla nich świadczeń i przywilejów, np. odliczenia podatkowe, zasiłki, ulgowe przejazdy, umieszczenie w domu pomocy społecznej, korzystanie   
z programów dofinansowujących m.in. zakup sprzętu rehabilitacyjnego itp. ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych i inne. Orzeczenie o stopniu niepełnosprawności powinno zawierać wskazania do szeroko pojętej rehabilitacji. Powinno służyć pomocą w ukierunkowaniu działań osoby niepełnosprawnej bądź jej opiekunów, związanych z prowadzoną terapią i rehabilitacją.

Orzekaniem o stopniu niepełnosprawnościzajmują siępowiatowe zespoły do spraw orzekania o niepełnosprawności. W celu uzyskania orzeczenia o stopniu niepełnosprawności należy zgłosić się do właściwego dla miejsca zamieszkania powiatowego zespołu   
ds. orzekania o niepełnosprawności, ośrodka pomocy społecznej lub powiatowego centrum pomocy rodzinie, pobrać formularze do wypełnienia oraz zorientować się w szczegółach procedury obowiązującej w danym powiecie.

|  |  |
| --- | --- |
| **Zespół** | **Adres**  **Telefon** |
| Wojewódzki Zespó do Spraw Orzekania  o Niepenosprawności | ul. Bazylianówka 46  20-144 Lublin  tel. 81 740 66 50  fax 740 70 18 |
| Lublin (grodzki)  Miejski Zespó do Spraw Orzekania  o Niepenosprawności | ul. Magnoliowa 2  20-143 Lublin  tel. 81 466 34 60,  466 34 62 |
| Lublin (ziemski) | ul. Spokojna 9  20-074 Lublin  tel. 81 442 10 24 |
| Biała Podlaska | ul. Brzeska 41  21-500 Biała Podlaska  tel. 83 344 42 49 |
| Biłgoraj | ul. Boh. Monte Cassino 38  23-400 Biłgoraj  tel. 84 686 07 70 |
| Chełm - orzeka również powiat krasnystawski | ul. Obońska 20  22-100 Chełm  tel. 82 565 33 79 |
| Hrubieszów | ul. Ceglana 58/1  22-500 Hrubieszów  tel. 84 697 12 49 |
| Janów Lubelski | ul. Zamoyskiego 77  23-300 Janów Lubelski  tel. 15 872 20 364 |
| Kraśnik | ul. Grunwaldzka 6  23-210 Kraśnik  tel. 81 825 58 15  wew. 25 lub 39 |
| Lubartów | ul. 3-go Maja 16  21-100 Lubartów  tel. 81 854 68 23 |
| Łęczna | ul. Krasnystawska 52  21-010 Łęczna  tel. 81 752 34 18 |
| Łuków | ul. Broniewskiego 20/26  21-400 Łuków  tel. 25 798 99 13 |
| Poniatowa  (Pzon w Opolu Lubelskim  z siedzibą w Poniatowej) | ul. 11 Listopada 5  24-320 Poniatowa  tel. 81 827 61 32 |
| Parczew | ul. Szpitalna 2A  21-200 Parczew  tel. 83 355 15 82  fax: 83 355 21 89 |
| Puławy - orzeka również powiat rycki | Al. Królewska 3  24-100 Puławy  tel. 81 886 74 34  przew. 886 11 04 |
| Radzyń Podlaski | ul. Lubelska 5  21-300 Radzyń Podlaski  tel. 83 352 72 66 |
| Świdnik | ul. Orzeszkowej 6  21-040 Świdnik  tel. 81 751 54 32, przew. 759-11-34 |
| Tomaszów Lubelski | ul. Lwowska 68  22-600 Tomaszów Lubelski  tel. 84 666 00 83  fax: 84 664 41 11 |
| Włodawa | ul. Pisudskiego 66  22-200 Włodawa  tel. 82 572 53 46 |
| Zamość | ul. Peowiaków 8  22-400 Zamość  tel. 84 638 52 46 |

**DOMY POMOCY SPOŁECZNEJ**

Osobie wymagającej całodobowej opieki z powodu wieku, niemogącej samodzielnie funkcjonować w codziennym życiu, której nie można zapewnić niezbędnej pomocy w formie usług opiekuńczych, przysługuje prawo do umieszczenia w domu pomocy społecznej. Dom zaspokaja podstawowe potrzeby bytowe mieszkańców - miejsce zamieszkania, całodzienne wyżywienie, utrzymanie czystości oraz zapewnia pomoc w podstawowych czynnościach życiowych, pielęgnacji oraz w załatwianiu spraw osobistych poprzez profesjonalnie przygotowanych pracowników, którzy ponadto starają się zaspokajać potrzeby psychiczne mieszkańców takie jak: potrzeba bliskości, życzliwości, ciepła i zainteresowania.

Domy Pomocy Społecznej dla osób w podeszłym wieku, które spełniają wyżej opisane standardy na terenie województwa lubelskiego są usytuowane w:

|  |  |
| --- | --- |
| **Placówka** | **Dane adresowe** |
| Dom Pomocy Społecznej „Senior”  w Różance | 22-211 Różanka 117B  tel./fax (82) 571-81-16  www.senior.com.pl  e-mail: [dps@senior.com.pl](mailto:dps@senior.com.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej  w Nowinach | 22-105 Okszów  tel./fax (82) 569-07-89  e-mail: [dps@dpswnowinach.pl](mailto:dps@dpswnowinach.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej im. Siostry Heleny Drozdowskiej  w Rososzy | ul. Księdza Drozdowskiego 37,  08-500 Ryki  tel./fax (81) 865-06-23  e-mail: dps [rossosz@wp.pl](mailto:rossosz@wp.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej im. Macieja Rataja  w Kocku | ul. T. Kościuszki 1  21-150 Kock  tel./fax (81) 859-11-25  e-mail: [dpskock@poczta.onet.p](mailto:dpskock@poczta.onet.p)l  [www.dpskock.pl](http://www.dpskock.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej  im. Matki Teresy z Kalkuty  w Lublinie | ul. B. Głowackiego 26  20-060 Lublin  tel. (81) 466-55-80  fax (81) 466-55-81  e-mail: [biuro@dpsmtk.lublin.eu](mailto:biuro@dpsmtk.lublin.eu)  Filia Nr 1  ul. Miernicza 10  20-805 Lublin  tel. (81) 533-37-30 |
| Dom Pomocy Społecznej „Betania”  w Lublinie | Al. Kraśnicka 223  20-718 Lublin  tel. (81) 466-55-85  fax 466-55-86  e-mail: [betania@lublin.home.pl](mailto:betania@lublin.home.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej  w Tyszowcach | ul. Wielka 101  22-630 Tyszowce  tel. (84) 661-92-77  fax 661-92-78  e-mail: [tyszowcedps@wp.pl](mailto:tyszowcedps@wp.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej „Kalina”  w Lublinie | ul. Kalinowszczyzna 84  20-201 Lublin  tel. (81) 466-55-90,  (81) 466-55-91  fax (81) 747-90-80  e-mail: [dps.kalina@poczta.onet.pl](mailto:dps.kalina@poczta.onet.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej im. Wiktorii Michelisowej  w Lublinie | ul. Archidiakońska 7  20-113 Lublin  tel./fax (81) 466-55-55  e-mail: [domichelisowel@poczta.onet.pl](mailto:domichelisowel@poczta.onet.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej  w Popkowicach | Popkowice 1  23-250 Urzędów  tel./fax (81) 821-31-13  e-mail: [dpspopkowice@wp.pl](mailto:dpspopkowice@wp.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej św. Józefa  w Woli Gułowskiej | Wola Gułowska 52  21-481 Wola Gułowska  tel./fax (25) 755-02-50  e-mail: [dpsjozef@dpsjozef.pl](mailto:dpsjozef@dpsjozef.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej dla Dorosłych Zgromadzenia Sióstr Felicjanek  w Jadwinowie | Łucka 71  21-100 Lubartów  tel./fax (81) 855-55-77  e-mail: [dps.jadwinow@wp.pl](mailto:dps.jadwinow@wp.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej  w Kraśniku | ul. Oboźna 36  23-200 Kraśnik  tel. (81) 825-27-21  fax 825-20-51  e-mail: [dpskr@poczta.onet.pl](mailto:dpskr@poczta.onet.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej „Dom Pogodnej Starości Towarzystwa Pomocy im. św. Brata Alberta” w Kodniu | ul. 1 Maja 30  21-509 Kodeń  tel./fax (83) 375-42-25  e-mail: [domalberta@interia.pl](mailto:domalberta@interia.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej  w Krasnobrodzie | ul. Sanatoryjna 34  22-440 Krasnobród  tel. (84) 660-76-85  fax 660-76-86  e-mail: [dpskrasnobrod@poczta.onet.pl](mailto:dpskrasnobrod@poczta.onet.pl) |
| „BARKA” Dom Pomocy Społecznej  im. Jana Pawła II  w Janowie Lubelskim | ul. Wiejska 12  23-300 Janów Lubelski  tel. (15) 872-08-24  fax (15) 872-01-03  e-mail: [dpsjanow@wp.pl](mailto:dpsjanow@wp.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej  w Kozuli | 21-500 Biała Podlaska  tel./fax (83) 343-34-70  e-mail: [dps.kozula@o2.pl](mailto:dps.kozula@o2.pl)  [www.dpskozula.pl](http://www.dpskozula.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej dla Kombatantów  w Biłgoraju | ul. Gen. T. Bora – Komorowskiego 20  23-400 Biłgoraj  tel./fax (84) 688-03-47  tel. (84) 688-03-48  e-mail: [dpsbilgoraj@interia.pl](mailto:dpsbilgoraj@interia.pl) |
| Prawosławny Dom Pomocy Społecznej Diecezji Lubelsko – Chełmskiej | ul. Dolińskiego 1  20-127 Lublin  tel. (81) 444-41-60  e-mail: [pdpsdlc@wp.pl](mailto:pdpsdlc@wp.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej  im. Św. Jana Pawła II | ul. Ametystowa 22  20-577 Lublin  tel. (81) 466-55-88  466-55-89  fax (81) 81 527 4311 wew. 12  e-mail: [sekretariat@dpsametystowa.lublin.eu](mailto:sekretariat@dpsametystowa.lublin.eu) |
| Dom Pomocy Społecznej w Bończy | Kolonia Bończa 3  22-310 Kraśniczyn  tel./fax 82 577 41 36  e-mail: [boncza@dps.pl](mailto:boncza@dps.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej w Krasnymstawie, Filie w Ostrowie Krupskim, Stężycy Nadwieprzańskiej, Bzowcu | ul. Kwiatowa 2  22-300 Krasnystaw  tel. 82 576 32 15, fax 82 576 10 84  e-mail: [dpskrasnystaw@op.pl](mailto:dpskrasnystaw@op.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej w Surhowie | Kolonia Surhów 3  22-310 Kraśniczyn  tel./fax 82 577 65 92  e-mail: [surhow@dps.pl](mailto:surhow@dps.pl) |
| Dom Pomocy Społecznej „Zakład Opiekuńczo-Rehabilitacyjny dla Niewidomych Kobiet” w Żułowie | Żułów 13  22-310 Kraśniczyn  tel. 82 577 55 86, fax 82 570 52 70  e-mail: [domnadziei@op.pl](mailto:domnadziei@op.pl) |

**SPECJALISTYCZNA OPIEKA MEDYCZNA**

Osoby starsze są bardziej podatne na choroby, z których część ma charakter przewlekły. Nie można ich całkowicie wyleczyć, lecz można zapobiegać nawrotom dolegliwości lub spowolnić postęp wielu z nich. Aby potrzeby seniorów zostały w pełni zabezpieczone, wymagana jest pełna opieka medyczna – podstawowa opieka zdrowotna, opieka długoterminowa, geriatryczna oraz paliatywna i hospicyjna.

Specjalistyczną opiekę medyczną możecie Państwo otrzymać   
w następujących placówkach służby zdrowia:

|  |  |
| --- | --- |
| **Geriatria - Hospitalizacja (Szpitale z Oddziałami Geriatrycznymi)** | |
| Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej  w Parczewie | ul. Kościelna 136  Parczew  tel. 83 355 21 02 |
| Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Białej Podlaskiej | ul. Terebelska 57-65  Biała Podlaska  tel. 83 342 82 11 |
| Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej  we Włodawie | Al. Józefa Piłsudskiego 64  Włodawa  tel. 82 57 25 801 |
| **Świadczenia w Zakresie Geriatrii (Poradnie Geriatryczne)** | |
| Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej  w Parczewie | ul. Kościelna 136  Parczew  tel. 83 355 21 02 |
| Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej  we Włodawie | Al. Józefa Piłsudskiego 64  Włodawa  tel. 82 572 58 01 |
| Samodzielny Publiczny Szpital Wojewódzki  im. Papieża Jana Pawła II w Zamościu | Al. Jana Pawła II 10  Zamość  tel. 84 677 33 33 |
| **Świadczenia w Zakładzie Pielęgnacyjno - Opiekuńczym/Opiekuńczo – Leczniczym** | |
| Szpital Neuropsychiatryczny  im. Prof. M. Kaczyńskiego SPZOZ | ul. Abramowicka 2  Lublin  tel. 81 744 30 61 do 9 |
| Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej  w Łęcznej | ul. Krasnystawska 52  Łęczna  tel. 81 752 63 00 |
| Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej  w Krasnymstawie | ul. Sobieskiego 4  22-300 Krasnystaw  tel. 82 543 15 22, 543 15 23  fax 82 576 49 01 |
| Okręgowy Szpital Kolejowy SPZOZ w Lublinie | ul. Kruczkowskiego 21  Lublin  tel. 81 760 42 02 |
| Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej  w Bychawie | ul. Piłsudskiego 28  Bychawa  tel. 81 566 01 22 |
| Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej  w Kraśniku | ul. Chopina 13  Kraśnik  tel. 81 825 13 40 |
| Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej  w Puławach | ul. Józefa Bema 1  Puławy  tel. 81 450 22 74, 450 22 77 |
| Samodzielny Publiczny Szpital Wojewódzki  im. Jana Bożego w Lublinie | ul. Biernackiego 9  Lublin  tel. 81 740 20 39 |
| Wojewódzki Szpital Specjalistyczny  w Białej Podlaskiej | ul. Terebelska 57-65  Biała Podlaska  tel. 83 342 82 11 |
| Samodzielny Publiczny Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Chełmie | ul. Ceramiczna 1  Chełm  tel. 82 562 32 23 |
| Samodzielny Publiczny Wojewódzki Szpital Psychiatryczny w Radecznicy | ul. Klasztorna 4  Radecznica  tel. 84 681 80 02 |
| "Klinika" Sp. z o.o. Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Upadłości Likwidacyjnej | ul. 1 Maja 16  Nałęczów  tel. 81 501 58 80 |
| Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Tulmed” | Tulniki 65  Siemień  tel. 83 354 75 24 |
| Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy | ul. Zamoyskiego 77  Janów Lubelski  tel. 15 872 43 48 |
| Zakład Opieki Zdrowotnej "Droga Życia" | Smoligów 71  Mircze  tel. 84 651 01 35 |
| Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej  Nr 1 w Bełżycach | ul. Przemysłowa 44  Bełżyce  tel. 81 516 29 26 |
| Zamojski Szpital Niepubliczny Sp. z o.o. | ul. Peowiaków 1  Zamość  tel. 84 677 50 10 |
| Arion Szpitale Sp. z o.o. | ul. Zbożowa 22d  Lublin  tel. 81 506 51 01 |
| Niepubliczny Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy  "Pod Złotym Liściem" | Klimusin 24  Klimusin |
| Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy "Gawra" | Długi Kąt 7a  tel. 84 307 20 07 |
| Niepubliczny Zakład Opiekuńczo-Leczniczy | Ustrzesz 35  tel. 83 352 53 24 |
| Powiatowe Centrum Zdrowia Sp. z o.o. | ul. Przemysłowa 4a  Opole Lubelskie  tel. 81 820 41 04, 81 820 40 41 |
| Zakład Opiekuńczo - Leczniczy w Ludwikowie | Ludwików 22  tel. 730 610 892 |
| **Świadczenia w Zakładzie Pielęgnacyjno-Opiekuńczym/Opiekuńczo-Leczniczym**  **dla Pacjentów Wentylowanych Mechanicznie** | |
| Szpital Neuropsychiatryczny  im. Prof. M. Kaczyńskiego SPZOZ | ul. Abramowicka 2  Lublin  tel. 81 744 30 61 do 9 |
| Samodzielny Publiczny Szpital Wojewódzki  im. Jana Bożego w Lublinie | ul. Biernackiego 9  Lublin  tel. 81 740 20 39 |
| Niepubliczny Zakład Opiekuńczo-Leczniczy | Ustrzesz 35  tel. 83 352 53 24 |
| **Świadczenia Psychogeriatryczne** | |
| Szpital Neuropsychiatryczny  im. Prof. M. Kaczyńskiego SPZOZ | ul. Abramowicka 2  Lublin  tel. 81 744 30 61 do 9 |

**TELEFONY ALARMOWE – KOMENDY POLICJI**

Drogi Seniorze w sytuacji nagłej nie wahaj się zadzwonić pod numer alarmowy 997 lub 112, aby wezwać na pomoc policję, karetkę lub straż pożarną.

Do podstawowych zadań policji należy:

1. Ochrona życia i zdrowia obywateli przed bezprawnymi zamachami na te dobra. 2. Ochrona bezpieczeństwa i porządku publicznego, w tym również zapewnienie spokoju w miejscach publicznych w środkach komunikacji publicznej w ruchu drogowym, i na wodach przeznaczonych do powszechnego korzystania.

3. Inicjowanie i organizowanie działań, mających na celu zapobieganie popełnieniu przestępstw i wykroczeń oraz zjawiskom kryminogennym   
i współdziałanie w tym zakresie z instytucjami państwowymi, samorządowymi, i społecznymi.

4. Wykrywanie przestępstw i wykroczeń oraz ściganie sprawców tych czynów.

5. Kontrola przestrzegania przepisów porządkowych i administracyjnych.

W toku wykonywanych przez czynności służbowych Policjanci mają obowiązek respektowania godności ludzkiej oraz przestrzegania   
i ochrony praw człowieka.

|  |  |
| --- | --- |
| **Komendy Policji w województwie lubelskim** | |
| **Telefon alarmowy** | **997 lub 112** |
| Komenda Wojewódzka Policji w Lublinie | ul. Narutowicza 73  20-019 Lublin  tel. 81 532 01 01  [www.lubelska.policja.gov.pl](http://www.lubelska.policja.gov.pl) |
| Komenda Miejska Policji w Białej Podlaskiej\* | ul. Plac Wojska Polskiego 23  21-500 Biała Podlaska  tel. 83 344 81 00 (centrala)  83 344 83 00 (dyżurny)  83 344 84 84 (tel. zaufania) |
| Komenda Powiatowa Policji w Biłgoraju | ul. Polna 1  23-400 Biłgoraj **tel.** 84 686 82 10 |
| Komenda Miejska Policji w Chełmie\*\* | ul. Żwirki i Wigury 20  22-100 Chełm  tel. 82 560 10 10 |
| Komenda Powiatowa Policji  w Hrubieszowie | ul. Narutowicza 20  22-500 Hrubieszów  tel. 84 696 62 10, 84 696 62 80 |
| Komenda Powiatowa Policji w Janowie Lubelskim | ul. Jana Zamoyskiego 92  23-300 Janów Lubelski  tel. 15 871 02 10, 15 871 02 44 |
| Komenda Powiatowa Policji w Kraśniku | ul. Lubelska 83  23 -200 Kraśnik  tel. 81 826 22 10 |
| Komenda Powiatowa Policji  w Krasnymstawie | ul. Okrzei 11  22-300 Krasnystaw  tel. 82 575 62 10 |
| Komenda Powiatowa Policji w Lubartowie | ul. Lubelska 57A  21-100 Lubartów  tel. 81 852 20 31  81 852 62 44 |
| Komenda Miejska Policji w Lublinie\*\*\* | ul. Północna 3  20-064 Lublin  tel. 81 535 41 64, 81 535 41 46 |
| Komenda Powiatowa Policji w Łęcznej | ul. Księży Wrześniewskich 10  21-010 Łęczna  tel. 81 752 72 10 |
| Komenda Powiatowa Policji w Łukowie | ul. Międzyrzecka 9  21-400 Łuków  tel. 25 797 62 10 |
| Komenda Powiatowa Policji w Opolu Lubelskim | ul. 25-lecia PRL 4  24-300 Opole Lubelskie  tel. 81 828 82 10 |
| Komenda Powiatowa Policji w Parczewie | ul. Wojska Polskiego 4  21-200 Parczew  tel. 83 355 32 10 |
| Komenda Powiatowa Policji w Puławach | ul. Wojska Polskiego 6  24-100 Puławy  tel. 81 889 02 10, 81 889 02 09 |
| Komenda Powiatowa Policji w Radzyniu Podlaskim | ul. Warszawska 100 a  21-300 Radzyń Podlaski  tel. 83 351 22 10 |
| Komenda Powiatowa Policji w Świdniku | Al. Lotników Polskich 1  21-045 Świdnik  tel. 81 749 42 10 |
| Komenda Powiatowa Policji w Rykach | ul. Poniatowskiego 12  08-500 Ryki  tel. 81 865 02 10, 81 865 02 44 |
| Komenda Powiatowa Policji  w Tomaszowie Lubelskim | ul. Żeromskiego 4  22-600 Tomaszów Lubelski  tel. 84 664 82 10 |
| Komenda Miejska Policji w Zamościu \*\*\*\* | ul. Prymasa Stefana Wyszyńskiego 2  22-400 Zamość  tel. 84 677 14 17, 84 677 14 62 |

\* obszar działania: powiat. M. Biała Podlaska oraz powiat bialski

\*\* obszar działania: powiat M. Chełm oraz powiat chełmski

\*\*\* obszar działania: powiat M. Lublin oraz powiat lubelski

\*\*\*\* obszar działania: powiat M. Zamość oraz powiat Zamojski