|  |  |
| --- | --- |
| **POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE** | |
|  | |
| **Zakres terytorialny działania** | **Dane kontaktowe** |
| **Powiat Wałbrzyski**: Boguszów-Gorce, Czarny Bór, Jedlina-Zdrój, Głuszyca, Mieroszów, Stare Bogaczowice, Szczawno-Zdrój, Walim | **Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie  w Wałbrzychu**  Al. Wyzwolenia 20-24, 58-300 Wałbrzych  Tel.: 74 66 66 300 Fax: 74 66 66 301  E-mail: [sekretariat@pcpr.walbrzych.pl](mailto:sekretariat@pcpr.walbrzych.pl)  Godziny urzędowania:  poniedziałek - piątek: od 7:30 do 15:30 |
| **OŚRODKI POMOCY SPOŁECZNEJ** | |
| **Gmina** | **Dane kontaktowe ośrodka** |
| **Boguszów-Gorce** | Ośrodek Pomocy Społecznej  ul. Kolejowa 49  58 – 370 Boguszów-Gorce  tel./fax. 74 844 95 61, 74 844 19 13  e-mail: [ops@opsboguszow.pl](mailto:ops@boguszow.pl) |
| **Czarny Bór** | Ośrodek Pomocy Społecznej  ul. Kamiennogórska 22  58 – 379 Czarny Bór  tel./fax. 74 845 03 67  e-mail: [poczta@opsczarnybor.pl](mailto:poczta@opsczarnybor.pl) |
| **Głuszyca** | Ośrodek Pomocy Społecznej  ul. Grunwaldzka 55  58 – 340 Głuszyca  tel./fax. 74 880 82 95  e-mail: [ops@opsgluszyca.pl](mailto:ops@opsgluszyca.pl) |
| **Jedlina-Zdrój** | Centrum Usług Społecznych w Jedlinie-Zdroju  ul. Piastowska 11  58 – 330 Jedlina-Zdrój  tel./fax. 74 845 53 56  e-mail: [cus@cusjedlina.pl](mailto:cus@cusjedlina.pl) |
| **Mieroszów** | Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  Ośrodek Pomocy Społecznej  ul. Żeromskiego 32  58 – 350 Mieroszów  tel./fax. 74 845 82 62, 74 840 03 04  e-mail: [sekretariat@ops.mieroszow.pl](mailto:sekretariat@ops.mieroszow.pl)  lub [opiekamieroszow@poczta.onet.pl](mailto:opiekamieroszow@poczta.onet.pl) |
| **Stare Bogaczowice** | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  ul. Główna 132  58 – 312 Stare Bogaczowice  tel. 74 845 27 30, kom. 531 851 865  e-mail: [kontakt@gops-starebogaczowice.com.pl](mailto:kontakt@gops-starebogaczowice.com.pl) |
| **Szczawno-Zdrój** | Ośrodek Pomocy Społecznej  ul. Mickiewicza 3,  58 – 310 Szczawno-Zdrój  tel. 74 300 03 43  e-mail: [kontakt@ops-szczawnozdroj.pl](mailto:kontakt@ops-szczawnozdroj.pl) |
| **Walim** | Ośrodek Pomocy Społecznej  ul. Długa 8  58 – 320 Walim  tel./fax. 74 845 76 50  e-mail: [osrodek@opswalim.pl](mailto:osrodek@opswalim.pl) |

|  |  |
| --- | --- |
| **NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA** | |
| **Dane adresowe punktu pomocy** | **Godziny otwarcia** |
| Al. Wyzwolenia 24, 58-300 **Wałbrzych**  (Starostwo Powiatowe) | w każdy poniedziałek w godzinach: 11:00 – 15:00  w każdy czwartek w godzinach: 09:00 – 13:00,  w każdy piątek w godzinach: 09:00 – 13:00.  **Aby skorzystać z nieodpłatnej pomocy prawnej należy:**   * Zapisać się pod numerem telefonu: 74/846-05-48 (w godzinach pracy urzędu) * lub przesłać zgłoszenie na adres e-mail: [poradyprawne@powiatwalbrzyski.pl](mailto:poradyprawne@powiatwalbrzyski.pl)   albo zarejestrować się samodzielnie poprzez elektroniczny moduł rejestracji utworzony przez Ministerstwo Sprawiedliwości: https://np.ms.gov.pl/ |
| **Klienci** Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Wałbrzychu  Al. Wyzwolenia 20-24, 58-300 **Wałbrzych** | zapisy pod numerem telefonu: 74 66 66 300  Fax: 74 66 66 301  E-mail: [sekretariat@pcpr.walbrzych.pl](mailto:sekretariat@pcpr.walbrzych.pl) |
| Rzecznik Praw Konsumenta Al. Wyzwolenia 24, 58-300 **Wałbrzych** (Starostwo Powiatowe)pokój 26 parter | tel. 74 846 05 22  [**rzecznik.konsumenta@powiatwalbrzyski.pl**](mailto:rzecznik.konsumenta@powiatwalbrzyski.pl) |
| ul. Plac Odrodzenia 1  58-370 Boguszów-Gorce  Urząd Miejski w Boguszowie-Gorcach  pokój 2 | czwartek w godzinach od 11:30 – 15:30  piątek w godzinach od 10:00 – do 14:00 |
| ul. Parkowa 9  58 – 340 **Głuszyca**  (Urząd Miejski w Głuszycy) | Śr 11.00-15.00  tel. 74 846 05 48 |
| Ul. Piastowska 11  58-330 Jedlina-Zdrój | wtorki od 12°°-16°° |
| ul. Główna 132  58 – 312 **Stare Bogaczowice**  (Urząd Gminy I piętro pok. nr 34 ) | środa od 12.00 do 16.00  Kontakt do GOPS: tel. 74 845 27 30 lub e-mail: [kontakt@gops-starebogaczowice.com.pl](mailto:kontakt@gops-starebogaczowice.com.pl) |
| ul. Szkolna 2a  58-311 **Struga**  (Klub Integracji Społecznej w Strudze) | piątek od 16.00 do 18.00  Kontakt do GOPS: tel. 74 845 27 30 lub e-mail: [kontakt@gops-starebogaczowice.com.pl](mailto:kontakt@gops-starebogaczowice.com.pl) |
| ul. Kolejowa 2  58 – 310 **Szczawno-Zdrój**  (Zespół Szkół, lok. nr 27) | PN-PT 12.00-16.00  Szkoła tel. 74 843 26 07 |
| ul. Boczna 9  58 – 320 **Walim**  (Urząd Gminy Walim) | WT 11.00-13.00  tel. 74 849 43 40 |

|  |  |
| --- | --- |
| **INNE PUNKTY POMOCY**  **(wypożyczalnie sprzętu rehabilitacyjnego, punkty i ośrodki interwencji kryzysowej, punkty pomocy psychologicznej)** | |
| **Adres punktu pomocy** | **Dane kontaktowe (telefon, e-mail), dni  i godziny otwarcia punktu** |
| **Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wałbrzychu**  Al. Wyzwolenia 20-24, 58-300 Wałbrzych | 1. Wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjnego  i przedmiotów ortopedycznych   Tel.: 74 66 66 321 lub 74 66 66 322  E-mail: [sekretariat@pcpr.walbrzych.pl](mailto:sekretariat@pcpr.walbrzych.pl)  Godziny urzędowania:  poniedziałek - piątek: od 7:30 do 15:30   1. Poradnictwo specjalistyczne   Tel.: 74 66 66 300 Fax: 74 66 66 301  E-mail: [sekretariat@pcpr.walbrzych.pl](mailto:sekretariat@pcpr.walbrzych.pl)  Godziny urzędowania:  poniedziałek - piątek: od 7:30 do 15:30 |
| **Na rzecz mieszkańców Powiatu Wałbrzyskiego**  Ośrodek Interwencji Kryzysowej  **ul. Beethovena 24a** 58-300 **Wałbrzych** | Opiekunowie OIK,  tel. całodobowy: 74 66 40 922  Pracownik socjalny  tel: 74 664 09 25, 785 788 325 |
| Ośrodek Pomocy Społecznej  ul. Kolejowa 49  58-370 **Boguszów Gorce** | 74 844 19 13  [ops@opsboguszow.pl](mailto:ops@opsboguszow.pl)  pon., śr., czw. 07:00 – 15:30  wtorek 07:00 – 17:00  piątek 07:30 – 14:00  wypożyczalnia wózków inwalidzkich i łóżek |
| Punkt Konsultacyjny dla osób z problemem alkoholowym i ich rodzin przy ul. Kolejowej 48 w **Boguszowie-Gorcach** | Tel. 795 339 480  Poniedziałek: 13:00 – 18:00  wtorek: 14:00 – 19:00  środa: 13:00 – 18:00  czwartek: 13:00 – 20:00  piątek: 15:00 – 18:00 |
| Ośrodek Pomocy Społecznej w **Boguszowie-Gorcach**, przy ul. Kolejowej 49 | Terapeuta  Poniedziałek: 15:30  tel. 74 8449 561, 74 8441 913 |
| Sprzęt rehabilitacyjny - Ośrodek Pomocy Społecznej w Głuszycy  ul. Grunwaldzka 55, 58 – 340 **Głuszyca** | PN-PT 08.00-10.00  tel. 74 845 63 43 |
| Punkt Interwencji Kryzysowej – poradnictwo psychologiczne, terapeuci ds. uzależnień oraz przemocy w rodzinie  ul. Grunwaldzka 55, 58 – 340 **Głuszyca** | Wt 09.00-16:00,  ŚR 08.00-11.00,  tel. 74 845 63 43 |
| Wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjnego dla mieszkańców gminy Jedlina-Zdrój  Centrum Usług Społecznych w Jedlinie-Zdroju  ul. Piastowska 11, 58 – 330 **Jedlina-Zdrój** | PN-PT od 7:30 do 11:00  Tel. 74 845 53 56 |
| Punkt Interwencji Kryzysowej - poradnictwo psycho-pedagogiczne, terapeuci ds. uzależnień , punkt informacyjno –konsultacyjny dla osób uzależnionych oraz osób dotkniętych problemem przemocy  ul. Piastowska 11  58-330 **Jedlina-Zdrój** | WT – 14:30-17:30 |
| Klub Integracji Społecznej – Centrum Usług Społecznych  Ul. Piastowska 11  58-330 **Jedlina-Zdrój** | PN-PT 7:30-15:30  Tel. 74 88 05 333  575 764 455  e-mail: [cus@cusjedlina.pl](mailto:cus@cusjedlina.pl) |
| Centrum Profilaktyki Rodziny ( poradnictwo rodzinne)  Centrum Usług Społecznych w Jedlinie-Zdroju  Ul. Piastowska 11  58-330 Jedlina-Zdrój | Pn.- pt 7:30-15:30  Tel.74 8455356  e-mail: [cus@cusjedlina.pl](mailto:cus@cusjedlina.pl) |
| Punkt Pomocy Psychologicznej  ul. Żeromskiego 32  58 – 350 **Mieroszów** | tel. 74 845 82 62  wtorki od 15.30 do 17.30 |
| Punkt konsultacyjny dla osób z problemem alkoholowym i ich rodzin  Pl. Niepodległości 1  58 -350 **Mieroszów** | Kontakt do OPS Mieroszów: tel. 74 845 82 62, 74 840 03 04  Punkt jest czynny : 2 razy w miesiącu w godz. 15.00 do 18.00  w każdy pierwszy i ostatni poniedziałek przypadający w danym miesiącu |
| Punkt Wsparcia Rodzin  ul. Główna 172a  58 – 312 **Stare Bogaczowice** | Psycholog: poniedziałek od 15.30 do 18.30  Kurator zawodowy: czwartek od 16.00 do 18.00  Kontakt do GOPS: tel. 74 845 27 30 lub  e-mail: kontakt@gops-starebogaczowice.com.pl |
| Instruktor terapii uzależnień  Klub Senior + ul. Główna 149  58 – 312 **Stare Bogaczowice** | środa od 14.00 do 16.00  Kontakt do GOPS: tel. 74 845 27 30 lub  e-mail: [kontakt@gops-starebogaczowice.com.pl](mailto:kontakt@gops-starebogaczowice.com.pl) |
| Klub Integracji Społecznej w Strudze  terapeuta uzależnień  ul. Szkolna 2a  58 – 311 **Struga** gm. Stare Bogaczowice | piątek od 15.00 do 17.00  Kontakt do GOPS: tel. 74 845 27 30 lub  e-mail: [kontakt@gops-starebogaczowice.com.pl](mailto:kontakt@gops-starebogaczowice.com.pl) |
| Punkt Konsultacyjno-Informacyjny  ul. Mickiewicza 3,  58 – 310 **Szczawno-Zdrój** | tel. 74 300 03 43  e-mail: [kontakt@ops-szczawnozdroj.pl](mailto:kontakt@ops-szczawnozdroj.pl)  Poniedziałki – godz. 12.30.00-15.30 (psycholog)  Wtorki– godz. 14.00-15.00 (psycholog) |
| Punkt Konsultacyjno-Informacyjny przy Ośrodku Pomocy Społecznej  ul. Długa 8, 58-320 **Walim** | tel. 74 84 43 924  e-mail: [osrodek@opswalim.pl](mailto:osrodek@opswalim.pl)  pomoc psychologiczna 2 i 4 wtorek miesiąca od 9-14 (teleporady)  wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjnego dla mieszkańców Gminy Walim |

|  |  |
| --- | --- |
| **PLACÓWKI OPIEKI ZDROWOTNEJ** | |
| **Adres placówki** | **Dane kontaktowe (telefon, e-mail)** |
| NZOZ Zdrowie SC  ul. Wałbrzyska 19  58 – 370 **Boguszów-Gorce** | tel. 74 844 94 37 |
| AM-Med.  ul. Traugutta 6b  58 – 371 **Boguszów-Gorce** | tel. 74 844 04 61 |
| Pawluk-Gawin Iwaszko-Rachwał S.C.  Zakład Usług Medycznych  ul. Reymonta 2  58 – 372 **Boguszów-Gorce** | tel. 74 844 92 50 |
| Praktyka Lekarza Rodzinnego  ul. Kamiennogórska 22  58 – 379 **Czarny Bór** | tel. 74 845 03 67  e-mail: [barbarab@esculap.pl](mailto:barbarab@esculap.pl) |
| NZOZ Horabik-Lorencik  ul. Skalników 5a  58 – 379 **Czarny Bór** | tel. 74 845 07 60 |
| Centrum Medyczne „Solaris”  ul. Sienkiewicza 59A, 58 – 340 **Głuszyca** | tel. 74 842 14 00 |
| Przychodnia WAB-MED  ul. Grunwaldzka 22, 58 – 340 **Głuszyca** | tel. 74 880 88 86 |
| Przychodnia Zdrowia Nowe Miasto Sp. z o. o.  ul. Akacjowa 2, 58 – 330 **Jedlina-Zdrój** | tel. 74 845 53 12 |
| TELLMED Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej  ul. Mickiewicza 1, 58 – 350 **Mieroszów** | tel. 74 845 83 53  e-mail: [3202591@wp.pl](mailto:3202591@wp.pl)  od poniedziałku do piątku 08.00 – 18.00 |
| [Piotr Polański Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Praktyka Lekarza Rodzinnego](https://mapa.targeo.pl/piotr-polanski-niepubliczny-zaklad-opieki-zdrowotnej-praktyka-lekarza-rodzinnego~10724708/przedsiebiorstwo-firma/adres) ul. Nad Potokiem 4, 58-350 **Mieroszów** | tel. 74 845 82 72  od poniedziałku do piątku 08.00 – 18.00 |
| NZOZ Praktyka Lekarza Rodzinnego Urszula Puskarz  ul. Główna 163, 58 – 312 **Stare Bogaczowice** | tel. 74 845 22 10 |
| Przychodnia Specjalistyczna Regina i Walenty Śliwa – Oddział Zamiejscowy  ul. Zacisze 3, 58 – 310 **Szczawno-Zdrój** | tel. 74 666 38 77 |
| NZOZ Śródmieście-Biały Kamień  ul. Boczna 9, 58 – 320 **Walim** | tel. 74 845 76 65 |
| NZOZ Nowe Miasto  ul. Główna 15, 58 – 321 **Zagórze Śląskie** | tel. 74 845 33 88 |
| NZOZ B. Hausman  ul. Bystrzycka 2a, 58 – 308 **Dziećmorowice** | tel. 74 847 14 10 |

|  |  |
| --- | --- |
| **ZESPÓŁ DS. ORZEKANIA O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI** | |
| **Wałbrzych** | Powiatowy Zespół  ds. Orzekania o Niepełnosprawności  ul. Limanowskiego 9  58 – 300 Wałbrzych  tel. 74 666 63 25 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ORGANY EMERYTALNO-RENTOWE** | | |
| **Nazwa** | **Dane kontaktowe** | **Zakres terytorialny działania** |
| Oddział ZUS w Wałbrzychu | ul. Kasztanowa 1  58 – 390 Wałbrzych | miasta: Boguszów-Gorce, Jedlina-Zdrój, Szczawno-Zdrój, gminy: Czarny Bór, Głuszyca, Mieroszów, Stare Bogaczowice, Walim |
| Placówka Terenowa KRUS w Wałbrzychu | ul. Mickiewicza 42  58 – 300 Wałbrzych  tel. 74 848 44 10  e-mail: [walbrzych@krus.gov.pl](mailto:walbrzych@krus.gov.pl) | gminy: Boguszów-Gorce, Czarny Bór, Głuszyca, Jedlina-Zdrój, Mieroszów, Szczawno-Zdrój, Stare Bogaczowice, Walim |

|  |  |
| --- | --- |
| **DOMY POMOCY SPOŁECZNEJ ORAZ INNE PLACÓWKI ZAPEWNIAJĄCE CAŁODOBOWA OPIEKĘ OSOBOM NIEPEŁNOSPRAWNYM, OSOBOM PRZEWLEKLE CHORYM LUB OSOBOM W STARSZYM WIEKU** | |
| **Nazwa** | **Adres i dane kontaktowe** |
| Dom dla Osób Starszych „Starzyk” | ul. Chojnowska 9  58 – 330 **Jedlina Zdrój**  tel. 74 845 40 86, 512 205 801, 512 205 802  e-mail: [info@starzyk.com.pl](mailto:info@starzyk.com.pl) |
| Rezydencja Senioralna Słowik | ul. Akacjowa 19  58-330 **Jedlina-Zdrój**  Telefon: [+48 515 400 002](tel:+48515400002)  E-mail [info@rezydencjasenioralna.pl](mailto:info@rezydencjasenioralna.pl) |
| Dom Seniora „Jantar” | Rybnica Leśna 56  58 – 350 **Mieroszów**  tel. 74 847 38 88  e-mail: [biuro@jantar-med.pl](mailto:biuro@jantar-med.pl) |
| "Gerasmus" - placówka całodobowej opieki dla osób niesamodzielnych | Ul. Grunwaldzka 29  58 - 340 **Głuszyca**  Tel. 608-885-197 |

|  |  |
| --- | --- |
| **MIEJSCA PRZYJAZNE SENIOROM ORAZ STOWARZYSZENIA DZIALAJĄCE NA RZECZ SENIORÓW** | |
| ***Uniwersytety Trzeciego Wieku*** | |
| **Nazwa i siedziba** | **Dane kontaktowe (telefon, e-mail), dni i godziny do kontaktu** |
| Uniwersytet Trzeciego Wieku  (działający w strukturze Biblioteki i Centrum Kultury)  ul. Sportowa 43, 58 – 379 **Czarny Bór** | tel. 74 845 02 42  e-mail: [ck@ck.czarny-bor.pl](mailto:ck@ck.czarny-bor.pl) |
| Uniwersytet Trzeciego Wieku  (działający przy Centrum Kultury w Głuszycy)  ul. Grunwaldzka 26, 58 – 340 **Głuszyca** | tel. 74 845 63 34 |
| Uniwersytet Trzeciego Wieku  (działający przy MCK w Mieroszowie)  ul. Żeromskiego 28  58-350 **Mieroszów** | tel. 74-880-11-03 |
| Uniwersytet Trzeciego Wieku w Starych Bogaczowicach  ul. Główna 132  58 – 312 **Stare Bogaczowice** | kontakt do GOPS: 74 845 27 30  kontakt do Gminnego Centrum Biblioteczno-Kulturalnego: 74 844 35 03 |
|  |  |
|  |  |
| ***Kluby seniora/kluby emeryta*** | |
| **Nazwa i siedziba** | **Dane kontaktowe (telefon, e-mail), dni i godziny do kontaktu** |
| Klub Seniora na Krakowskim Osiedlu (Senior +)  ul. Krakowska 14, 58 – 370 **Boguszów-Gorce** | tel. 74 8449561  spotkania wg indywidualnych ustaleń  i potrzeb |
| Klub Seniora '' RADOŚĆ''  **Witków** 13, 58 – 379 Czarny Bór | e-mail: [ewakram@op.pl](mailto:ewakram@op.pl) |
| Klub Seniora '' RADOŚĆ''  **Witków** 13, 58 – 379 Czarny Bór | e-mail: [ewakram@op.pl](mailto:ewakram@op.pl) |
| Klub Seniora przy Centrum Kultury w Głuszycy  ul. Grunwaldzka 26, 58 – 340 **Głuszyca** | tel. 74 845 63 34 |
| Klub Senior +  Ul. 11 - go listopada 6A, 58-340 **Głuszyca** | tel. 699 713 971 |
| Klub Seniora „Relax”  ul. Pionierów 58-340 **Głuszyca** |  |
| Klub Seniora „Renoma” działający przy CK MBP w Głuszycy  ul. Grunwaldzka 26, 58-340 **Głuszyca** |  |
| Senior Wigor, Dzienny Dom Opieki w Głuszycy przy Parafii Chrystusa Króla  ul. 11 Listopada 6A, 58-340 **Głuszyca** | tel. 601 563 424 |
| Związek Emerytów i Rencistów oddział Jedlina-Zdrój  ul. Sienkiewicza 2, 58 – 330 **Jedlina-Zdrój** | tel. 784 692 201 |
| Klub Seniora ,,Nadal Młodzi” –Centrum Usług Społecznych (grupa nieformalna)  Ul. Piastowska 11  58-330 **Jedlina-Zdrój** | Tel.74 88 05 333  Kom: 720 801 833 |
| Klub Senior+ Ośrodek Wsparcia  CUS Jedlina-Zdrój  Ul. Piastowska 11  58-330 Jedlina-Zdrój | Tel.74 88 05 333  Kom: 720 801 833 |
| Dzienny Dom Pomocy – Ośrodek Wsparcia  CUS Jedlina-Zdrój  Ul. Piastowska 11  58-330 Jedlina-Zdrój | Tel.74 88 05 333  Kom: 720 801 833 |
| Klub Seniora Sokołowsko  ul. Główna 32A  58 – 351 **Sokołowsko** | tel. 504 394 604 |
| Klub Seniora Mieroszów  Golińsk, **Unisław Śląski** | Koordynator - tel. 666 866 409 |
| Klub Senior +  ul. Główna 149, 58-312 **Stare Bogaczowice** | Tel. 74 845 27 30 |
| Klub Nowoczesnego Seniora  przy Miejskiej Bibliotece Publicznej  ul. Wojska Polskiego 4a  58 – 310 **Szczawno-Zdrój** | tel. 74 843 81 29  poniedziałki godz. 11.00 |
| Dzienny Dom Pobytu Senior-Wigor  ul. Kościuszki 19A  58 – 310 **Szczawno-Zdrój** | tel. 503515173  e-mail: grazyna.lelito.dabrowa@onet.pl  Dom prowadzą organizacje pozarządowe |
| Klub Senior +  ul. Sienkiewicza 40  58-310 **Szczawno-Zdrój** | Tel.74 663 81 04 |
| Koło Emerytów i Rencistów  ul. Kościuszki 2, 58 – 320 **Walim** | tel. 886 340 834 |
|  |  |
| ***Stowarzyszenia prowadzące działalność na rzecz seniorów*** | |
| **Nazwa i siedziba** | **Dane kontaktowe (telefon, e-mail), dni i godziny do kontaktu** |
| Stowarzyszenie Kultury Fizycznej „Sudety Petanque”  ul. Olimpijska 1, 58 – 371 **Boguszów-Gorce** | tel. 791 525 095  e-mail: [sudetypetanque@wp.pl](mailto:sudetypetanque@wp.pl)  poniedziałek-piątek 16.00-20.00 |
| Stowarzyszenie ''Atrakcyjni''  ul. Sportowa 43, 58 – 379 **Czarny Bór** | tel. 74 845 02 42  e-mail: [ck@ck.czarny-bor.pl](mailto:ck@ck.czarny-bor.pl) |
| Uniwersytet III Wieku przy Centrum Kultury w Głuszycy  ul. Grunwaldzka 26, 58 – 340 **Głuszyca** | tel. 74 845 63 34 |
| Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów Koło w Jedlinie-Zdroju  ul. Piastowska 13  58-330 **Jedlina-Zdrój** |  |
| Stowarzyszenie „Z Seniorami Łatwiej”  ul. Żeromskiego 32  58 – 350 **Mieroszów** | Prezes Stowarzyszenia – adres e-mail: [annamorowska@interia.pl](mailto:annamorowska@interia.pl)  tel. 606 814 215  pierwsza środa miesiąca 16.00 – 17.00 |
| Stowarzyszenie „Współpracujące Kobiety Gostkowa”  ul. Główna 27a, 58 – 312 **Gostków,** gm. Stare Bogaczowice | tel. 662 663 643 |
| Stowarzyszenie Nowoczesny Senior  przy Miejskiej Bibliotece Publicznej  ul. Wojska Polskiego 4a  58 – 310 **Szczawno-Zdrój** | Prezes – tel. 512 126 651 |
| Stowarzyszenie „Ogród Sztuki”  ul. Kościuszki 6, 58 – 310 **Szczawno-Zdrój** | Prezes – tel. 668 836 670 |
| Stowarzyszenie „Klub Seniorów”  **Witków 13**  58-379  **Czarny Bór** |  |
|  |  |
| ***Kluby i koła zainteresowań zrzeszające seniorów (zespoły muzyczne, zespoły śpiewacze, zespoły pieśni i tańca, koła gospodyń itp.)*** | |
| **Nazwa i siedziba** | **Dane kontaktowe (telefon, e-mail), dni i godziny do kontaktu** |
| Chór „SONORO”  Miejska Biblioteka Publiczna -Centrum Kultury  pl. Odrodzenia 4 58 – 370 **Boguszów-Gorce** | tel. 74 844 92 84  e-mail: [boguszow@mbp-ck.pl](mailto:boguszow@mbp-ck.pl),  próby chóru raz w tygodniu – środy w godz. 15.00-18.00 |
| Miejska Biblioteka Publiczna -Centrum Kultury  pl. Odrodzenia 4  58 – 370 **Boguszów-Gorce** | tel. 74 8449-284 tel./fax 74 8448-832 |
| Góralska Kapela ,,Janicki''  **Borówno** 20, 58 – 379 Czarny Bór | tel. 604 055 166 |
| Zespół Ludowy „Grzędowianki''  (działający przy Centrum Kultury)  ul. Sportowa 43, 58 – 379 **Czarny Bór** | tel. 74 845 02 42 |
| Chór Seniora „Renoma” działający przy Centrum Kultury Miejska Biblioteka Publiczna w Głuszycy  ul. Grunwaldzka 26, 58 – 340 **Głuszyca** | tel. 74 845 63 34 |
| Chór Seniora  Centrum Kultury w Jedlinie-Zdroju  Ul. Piastowska 13  58-330 Jedlina-Zdrój | Tel.74 8455 249 |
| Koło Gospodyń Wiejskich „Cuda Wianki” w Lubominie, ul. Główna 5, 58-311 **Lubomin,**  gm. Stare Bogaczowice |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **OŚRODKI KULTURY, OŚRODKI SPORTU I REKREACJI, BIBLIOTEKI ORAZ INNE INSTYTUCJE I PLACÓWKI POSIADAJĄCE SPECJALNĄ OFERTĘ ADRESOWANĄ DO SENIORÓW LUB OFERUJĄCE DZIAŁANIA,  W KTÓRYCH MOGĄ UCZESTNICZYĆ SENIORZY** | | |
| **Nazwa i siedziba** | **Dane kontaktowe (telefon, e-mail), dni i godziny do kontaktu** | **Rodzaj oferty adresowanej dla seniorów (specjalne zajęcia, rabaty itp.)** |
| Ośrodek Sportu i Rekreacji  ul. Olimpijska 1  58 – 371 **Boguszów-Gorce** | tel. 74 844 03 05  e-mail: [biuro@osir-boguszow.eu](mailto:biuro@osir-boguszow.eu) | Działania ujęte w rocznym kalendarzu imprez sportowych, turystycznych i rekreacyjnych (począwszy od pikników i festynów rodzinnych, przez wycieczki krajoznawcze, rajdy turystyczne po zawody sportowe – Nordic Walking, narciarskie, biegowe). Aktywizacja osób starszych poprzez aktywność fizyczną. Udział zazwyczaj bezpłatny, w przypadku opłat – osoby powyżej 60 roku życia – zwolnione z opłaty. |
| Miejska Biblioteka Publiczna -Centrum Kultury  pl. Odrodzenia 4 58 – 370 **Boguszów-Gorce** | tel. 74 844 92 84  e-mail: [boguszow@mbp-ck.pl](mailto:boguszow@mbp-ck.pl) poniedziałek-piątek 08.00-18.00 | Chór „SONORO”, próby raz  w tygodniu – środy w godz. 15.00-18.00 |
| Miejska Biblioteka Publiczna -Centrum Kultury  pl. Odrodzenia 4 58 – 370 **Boguszów-Gorce** | tel. 74 844 92 84  e-mail: [boguszow@mbp-ck.pl](mailto:boguszow@mbp-ck.pl) poniedziałek-piątek 07.30-15.30 | „Dzień seniora” – impreza organizowana w miesiącu październiku od 7 lat |
| Miejska Biblioteka Publiczna -Centrum Kultury  pl. Odrodzenia 4 58 – 370 **Boguszów-Gorce** | tel. 74 844 92 72, 09.00-17.00 | Dyskusyjny Klub Książki (DKK), spotkania raz w miesiącu – ostatni czwartek m-ca |
| Miejska Biblioteka Publiczna -Centrum Kultury Filia nr 2  ul. Reymonta 4  58 – 370 **Boguszów-Gorce** | tel. 74 844 92 72, 09.00-17.00 | Spotkania seniorów dwa razy w tygodniu, wg indywidualnych ustaleń  i potrzeb. |
| Miejska Biblioteka Publiczna -Centrum Kultury Filia Nr 3  ul. Żeromskiego 35 58 – 370 **Boguszów-Gorce** | Tel. 74 8442 517  poniedziałek-czwartek godz. 9:00 - 17:00  piątek godz. 10:00 – 15:00 | Klub rękodzielniczy  „Motanka”  wg indywidualnych ustaleń i potrzeb. |
| Miejska Biblioteka Publiczna  - Centrum Kultury Filia nr 5  ul. Kosynierów 81  58-370 Boguszów-Gorce | Tel. 74 8849 824, 9:00 – 17:00 | Dyskusyjny Klub Książki „Warto czytać”, spotkania raz w miesiącu w pierwszą środę godz. 15:00,  Klub rękodzielniczy „Zakręcone motki”, spotkania raz w miesiącu w ostatnią środę godz. 15:00. |
| Polski Związek Wędkarski  Okręg w Wałbrzychu  Koło Boguszów-Gorce  ul. Główna 14  58 – 370 **Boguszów-Gorce** | tel. 74 844 96 88  e-mail: [pzw.walbrzych@wp.pl](mailto:pzw.walbrzych@wp.pl) | Promocja wędkarstwa, ochrona zasobów przyrodniczych i rekreacja – dla seniorów ulgi w tabeli składek za wędkowanie. |
| Biblioteka + Centrum Kultury  w Czarnym Borze  ul. Sportowa 43  58-379 **Czarny Bór** | tel. 74 845 02 42  e-mail: [ck@ck.czarny-bor.pl](mailto:ck@ck.czarny-bor.pl) | Organizacja ,,Dnia Seniora''  Warsztaty oraz wydarzenia kulturalne |
| Dom Dziennego Pobytu Senior-Wigor  ul. 11 Listopada 6A  58 – 340 **Głuszyca** | tel. 601 563 424  od poniedziałku do piątku w godz. od 08.00 do 16.00 | m.in. zajęcia z cyklu Uniwersytet Trzeciego Wieku  z przymrużeniem oka (ćwiczenia pamięci, koncentracji, język angielski i włoski dla początkujących), ćwiczenia medytacji, warsztaty czytelnicze, czyli biblioterapia, głośne i ciche czytanie, biblioteka pozycyjna, warsztaty wokalne pn. „Śpiewać każdy może...”, zajęcia manualne -  aktualnie „Papierowa wiklina", zajęcia amatorskiego kółka teatralnego |
| Centrum Kultury Miejska Biblioteka Publiczna w Głuszycy  ul. Grunwaldzka 26  58 – 340 **Głuszyca** | Czytelnia i czytelnia internetowa   * poniedziałek: 10.00 – 18.00 * wtorek: 10.00 – 17.00 * środa: 10.00 – 17.00 * czwartek: nieczynna * piątek: 10.00 – 20.00 * sobota: 10.00 – 14.00 | Działalność Klubu Seniora „Renoma” oraz chóru „Renoma” |
| Biblioteka Publiczna  ul. Piastowska 11-13  58 – 330 **Jedlina-Zdrój** | tel. 74 845 52 49 | Program ,,Książka na telefon” |
| Centrum Kultury Jedlina-Zdrój ul. Piastowska 13  58 – 330 **Jedlina-Zdrój** | tel. 74 845 52 49 | Zajęcia, wernisaże, koncerty i wiele innych |
| Centrum Usług Społecznych  Ul. Piastowska 11  58-330 **Jedlina-Zdrój** | Tel. Tel.74 88 05 333  Kom: 720 801 833 | Zajęcia aktywizacyjne, ruchowe, wydarzenia o charakterze kulturalno-rozrywkowym, warsztaty edukacyjne i inne otwarte dla mieszkanców |
| [Mieroszowskie Centrum Kultury](https://www.google.com/search?client=firefox-b&q=mieroszowskie+centrum+kultury+telefon&sa=X&ved=0ahUKEwjdkZW3h5fcAhVFxKYKHa8rADcQ6BMIwAEwEQ&biw=1366&bih=786)  ul. Żeromskiego 28  58 – 350 **Mieroszów** | tel. 74 880 12 68 | 1. Chór śpiewaczy „Irysy”  2. Sekcja Rękodzieła |
| Biblioteka Publiczna w Mieroszowie  (wchodzi w skład struktury organizacyjnej MCK w Mieroszowie)  ul. Żeromskiego 28  58-350 **Mieroszów** | tel. 74 880 11 03  e-mail: biblioteka\_mieroszow@vp.pl  strona internetowa: www.mck.pl | Szkolenia dla seniorów |
| Gminne Centrum Biblioteczno-Kulturalne w Starych Bogaczowicach  ul. Główna 148  58 – 312 **Stare Bogaczowice** | tel. 74 844 35 03  czynne od poniedziałku do piątku od 9.00 do 17.00  [centrum@gcbk.pl](mailto:centrum@gcbk.pl) | Biblioteka. Zajęcia integracyjne, wycieczki, realizacja projektów |
| Miejska Biblioteka Publiczna  ul. Wojska Polskiego 4a  58 – 310 **Szczawno-Zdrój** | tel. 74 843 81 29  e-mail: [bibliotekaszczawnozdroj@wp.pl](mailto:bibliotekaszczawnozdroj@wp.pl)  Poniedziałki, środy, czwartki i piątki – 10.00-18.00  Wtorki – 09.00-16.00  Soboty – 10.00-14.00 | Dyskusyjny Klub Książki  (ostatni czwartek miesiąca godz. 16.30)  Klub Nowoczesnego Seniora  (poniedziałki godz. 11.00) |
| Centrum Kultury i Turystyki  ul. Kościuszki 2  58 – 320 **Walim** | tel. 74 845 72 30  PN-PT 11.00-19.00,  SO 10.00-14.00 | Wydarzenia o charakterze kulturalno- rozrywkowym, wycieczki, turnusy wczasowe itp. |
| Centrum Sportu i Rekreacji  ul. Boczna 9  58 – 320 **Walim** | tel. 74 842 30 33  PN-PT 09.00-14.00, 16.00-21.00, SO 16.00-20.00 | Imprezy o charakterze sportowym, siłownia, fitness, boisko sportowe, sekcje sportowe |
| Gminna Biblioteka Publiczna w Walimiu  ul. Długa 8  58-320 **Walim** | tel. 74 84 57 272  e-mail: [biblioteka.walim@wp.pl](mailto:biblioteka.walim@wp.pl)  poniedziałek 10.00-17.00  wtorek 10.00-17.00  środa 10.00-17.00  czwartek 13.00-17.00  piątek 10.00-17.00 | Szkolenia dla seniorów (komputerowe)  Program „Książka na telefon” |

|  |  |
| --- | --- |
| **UZDROWISKA** | |
| **Nazwa i siedziba** | **Dane kontaktowe (telefon, e-mail)** |
| Sanatorium HALINA  Aleja Niepodległości 1  58 – 330 **Jedlina – Zdrój** | tel. 74 845 52 86  e-mail: [uzdrowisko@szczawno-jedlina.pl](mailto:uzdrowisko@szczawno-jedlina.pl) |
| Dom Zdrojowy  Plac Zdrojowy 1  58 – 330 **Jedlina - Zdrój** | tel. 74 849 32 00, 572 729 899  e-mail: recepcja.domzdrojowyjedlina@szczawno-jedlina.pl |
| Uzdrowiskowy Szpital Kardiologiczny TERESA  Plac Zdrojowy 9  58 – 330 **Jedlina - Zdrój** | tel. 74 849 32 00, 572 729 899  e-mail:  [recepcja.domzdrojowyjedlina@szczawno-jedlina.pl](mailto:recepcja.domzdrojowyjedlina@szczawno-jedlina.pl) |
| Sanatorium Uzdrowiskowe AZALIA  ul. Ofiar Katynia 3-5  58 – 310 **Szczawno - Zdrój** | tel. 74 664 26 30 |
| Dom Zdrojowy  ul. Kolejowa 14  58 – 310 **Szczawno - Zdrój** | tel. 74 849 31 30, 572 729 829  e-mail:  [recepcja.domzdrojowy@szczawno-jedlina.pl](mailto:recepcja.domzdrojowy@szczawno-jedlina.pl) |
| Sanatorium ANKA  ul. Wojska Polskiego 6  58 – 310 **Szczawno - Zdrój** | tel. 74 849 31 51, 572 729 850  e-mail: [uzdrowisko@szczawno-jedlina.pl](mailto:uzdrowisko@szczawno-jedlina.pl) |
| Sanatorium CIS  ul. Wojska Polskiego 6  58 – 310 **Szczawno - Zdrój** | tel. 74 849 31 51, 572 729 850  e-mail: [uzdrowisko@szczawno-jedlina.pl](mailto:uzdrowisko@szczawno-jedlina.pl) |
| Sanatorium DĄBRÓWKA  ul. Wojska Polskiego 5  58 – 310 **Szczawno - Zdrój** | tel. 74 849 31 51, 572 729 887  e-mail: [uzdrowisko@szczawno-jedlina.pl](mailto:uzdrowisko@szczawno-jedlina.pl) |
| Sanatorium MŁYNARZ  ul. Wojska Polskiego 3  58 – 310 **Szczawno - Zdrój** | tel. 74 849 31 51, 572 729 850  e-mail: [uzdrowisko@szczawno-jedlina.pl](mailto:uzdrowisko@szczawno-jedlina.pl) |
| Sanatorium PIONIER  ul. I. Potockiego 4  58 – 310 **Szczawno - Zdrój** | tel. 74 849 31 51  e-mail: [uzdrowisko@szczawno-jedlina.pl](mailto:uzdrowisko@szczawno-jedlina.pl) |
| Sanatorium KORONA PIASTOWSKA  ul. Wojska Polskiego 1  58 – 310 **Szczawno - Zdrój** | tel. 74 849 32 45 |