

Województwo mazowieckie

Rodzaj ośrodka wsparcia	Adres	Kod	Telefon	Email
Klub Senior+	Żółwin, ul. Nadarzyńska 25	05-807	533305925	i.cichocka@brwinow.pl
Klub Senior+	Wola Rębkowska, ul. Długa 98	08-400	25 682 05 60	gops@garwolin-gmina.pl
Klub Senior+	ul. Mostowa 11a	06-212	29 717 50 72	opskrasnosielc@post.pl
Klub Senior+	ul. Biegańskiego 3	07-320	29 745 56 91	senior@malkiniagorna.pl
Klub Senior+	ul. Warszawska 52	05-190	23 691 25 31	klubsenior@mopsnasielsk.pl
Klub Senior+	ul. Orodowa 5	26-400	48 675 31 85	mgops@gminaprzysucha.pl
Klub Senior+	ul. Seroczyńska 3	08-320	25 787 04 11	gops_sterdyn@pro.onet.pl
Klub Senior+	ul. Kasztanowa 6	05-604	48 66 133 37	gops@gopsjasieniec.pl
Klub Senior+	Michalczew 10	05-660	48 667 02 29	i.gajewska@mgops.warka.pl
Klub Senior+	ul. Błękitna 32	04-649	504447824	klubseniora.opswawer@um.warszawa.pl
Klub Senior+	Łęg Probostwo 14a	09-210	787708970	cusslupno@wp.pl
Klub Senior+	ul. Koszarowa 1	08-116	25 631 26 58	gops@wodynie.eu
Klub Senior+	Gumowo 5D	06-452	23 672 48 74	klubseniorgumowo@o2.pl
Klub Senior+	ul. Marszałka J. Piłsudskiego 3	05-120	694409087	spp-nadzieja@wp.pl
Klub Senior+	ul. Mińska 38	05-332	25 757 22 64	klubseniora@gopssiennica.pl
Klub Senior+	ul. Płocka 19	09-100	793662290	plonsksenior@wp.pl

Klub Senior+	Mąkosy Stare 69	26-631	48 312 14 23	wieslawa.kowalska@jastrzebia.pl
Klub Senior+	ul. Przemysłowa 4	05-220	501265369	m.dorot@zielonka.pl
Klub Senior+	Dzbonie 19	06-406	789193066	seniorplus@opinogoragorna.pl
Klub Senior+	Bogate 57 a	06-300	29 751 21 23	gopsprzasnysz@data.pl
Klub Senior+	ul. Lipowa 28	05-506	22 757 92 32	gops@gops-lesznowola.pl
Klub Senior+	ul. Pułtуска 22	07-306	29 745 75 57	ops@brok.pl
Klub Senior+	ul. Letniskowa 4	08-440	664759499	mgops@pilawa.com.pl
Klub Senior+	ul. Marii Walewskiej 7a	26-624	500235713	j.lapczynska@kowala.pl
Klub Senior+	ul. Żeromskiego 1a	06-460	502280729	klubsenior@onet.pl
Klub Senior+	ul. 3 Maja 57	07-300	29 745 32 41	sekretariat@mopsostrowmaz.pl
Klub Senior+	ul. Torfowa 28	05-091	22 510 98 07	ops@zabki.pl
Klub Senior+	ul. 3 Maja 8	05-074	693038770	klubseniora@halinow.pl
Klub Senior+	ul. Rynek 31	05-304	25 757 58 72, 668 460 925	gops@stanislawow.pl
Klub Senior+	ul. Dworcowa 9	05-500	699710619	seniorplus@mgops.piaseczno.eu
Klub Senior+	Słubica Dobra, ul. Słoneczna 36	96-321	504738044	m.skorek@zabawola.pl
Klub Senior+	Zygmunt 37a	08-450	25 684 68 14	gops_laskarzew@pro.onet.pl
Klub Senior+	ul. Alejowa	08-450	25 68 45 963	mops@miastolaskarzew.pl
Klub Senior+	ul. Wspólna 5	07-110	25 793 00 40	gops@grebkow.pl
Klub Senior+	Wilczoruda-Parcela 2	05-652	48 668 64 85, 512 094 185	klubseniora@pniewy.pl
Klub Senior+	Wola Karczewska, ul. Doliny Świdra 6	05-408	502989903	d.czerminska@cuswiazowna.pl
Klub Senior+	ul. Odrodzenia 6	06-323	29 751 88 53	ops@jednorozec.pl
Klub Senior+	ul. Warszawska 95	05-090	22 797 44 18	ogniskojaworowa@op.pl
Klub Senior+	ul. Narutowicza 27	09-200	24 275 46 44	sekretariat@mops.sierpc.pl
Klub Senior+	Olszanka 42	08-207	83 357 51 19	ops.olszanka@poczta.fm

Klub Senior+	ul. Wojska Polskiego 20	05-310	25 757 61 47, 537 519 078	ops@opskaluszyn.pl
Klub Senior+	ul. Moniuszki 6 a	06-200	29 69 11 401	klubseniora@makowmazowiecki.pl
Klub Senior+	Podmarszczyn 11 a	09-152	23 661 59 04 w.43	gops@dierzaznia.pl
Klub Senior+	ul. Polna 10	26-920	486215003	klubseniora@gniewoszow.pl
Klub Senior+	Szadki 6b	05-140	22 782 61 18	ops@serock.pl
Klub Senior+	Prostyń 161	07-319	29 745 56 91	seniorplus@prostyn.pl
Klub Senior+	Chruślice 22	26-625	690 010 674, 48 380 36 63	jpiwonska@wolanow.pl
Klub Senior+	Rynek 6	08-445	451061691	klubseniora@gminaosieck.pl
Klub Senior+	ul. Długa 18	96-514	46 861 14 38	gminarybnorgk@wp.pl
Klub Senior+	Plac Kasztanowy 6	96-520	572254419	klubsenior@ilow.pl
Klub Senior+	Susk Nowy 20	07-411	29 643 20 80	ops@rzekun.net
Klub Senior+	Plac Kobendzy 4	05-155	22 785 65 82	opsleoncin@op.pl
Klub Senior+	Cygów 60 a	05-326	25 752 03 15	gops@ugposwietne.pl, gops.pomoc3@ugposwietne.pl
Klub Senior+	ul. Partyzantów 7	05-100	22 775 27 30	klubseniora@opsndm.pl
Klub Senior+	ul. T.Kościuszki 14 b	05-252	731 907 002, 604 466 317	gops@dabrowka.net.pl, tamara.100@wp.pl
Klub Senior+	Makowiec, ul. Radomska 52	26-640	48 610 32 84	mgops@skaryszew.eu
Klub Senior+	ul. Spółdzielcza 4	09-130	23 661 10 91	klubseniora@gminababoszewo.pl
Klub Senior+	Stary Lubotyń 7	07-303	29 644 64 22 w.107	gops@lubotyn.pl
Klub Senior+	Plac Wolności 16	06-445	23 679 42 47	gops_strzegowo@poczta.onet.pl
Klub Senior+	ul. Targowa 17	07-325	86 277 50 73	ops@boguty-pianki.pl
Klub Senior+	Rynek 1	05-610	512878016	klubsenior@goszczyzn.com.pl
Klub Senior+	Mieszki-Leśniki 32	06-120	23 691 40 21	start99@wp.pl
Klub Senior+	Stara Warka 55	05-660	608437855	mgops@warka.pl
Klub Senior+	ul. Jeżynowa 4	96-320	46 857 12 73	cus@mszczonow.pl
Klub Senior+	Czerwonka 39	08-300	665752100	klubseniorpluswczeronce@wp.pl

Klub Senior+	ul. Ogińskiego 2	96-317	46 854 50 42	a.wisniewska@mgops-wiskitki.pl
Klub Senior+	ul. Wiatraczna 11	08-124	25 641 13 48	gops@mokobody.pl
Klub Senior+	ul. Przasnyska 8	06-316	29 751 28 82	gops_krzyrna@op.pl
Klub Senior+	Długie 13	07-431	29 772 70 84	jwarych@cuscarnia.pl
Klub Senior+	Myszyniec Stary 105	07-430	690698841	senior@myszyniec.pl
Klub Senior+	ul. Ks. P. Kwiatkowskiego 1	09-506	24 261 14 14	gopsduninow@wp.pl
Klub Senior+	Lekowo 5a	06-461	23 681 17 55, 519 131 738	gops.regimin@op.pl
Klub Senior+	ul. Sportowa 1	08-441	25 685 01 42	klubseniorparysow@gmail.com
Klub Senior+	ul. Drogowców 12	05-600	48 664 23 01	sekretarz@grojecmiasto.pl
Klub Senior+	Michrów 74	05-652	48 668 64 85, 512 094 185	klubseniora@pniewy.pl
Klub Senior+	Piaseczno 44	05-660	48 667 02 29	i.gajewska@mgops.warka.pl
Klub Senior+	ul. Leżeńska 1	26-903	48 623 10 75 w.40, 601 385 502	gops@glowaczow.pl
Klub Senior+	Stare Łepki 1	08-207	83 357 51 19, 501 376 464	ops.olszanka@poczta.fm
Klub Senior+	Wilków Polski 1	05-155	22 785 65 82	opsleoncin@op.pl
Klub Senior+	Czarnia 43a	07-431	29 772 70 84	jwarych@cuscarnia.pl
Klub Senior+	Dzwonek 58	07-407	500285903	sylwia.sawicka@czerwin.pl
Klub Senior+	Borawe 107b	07-411	29 643 20 80	ops@rzekun.net
Klub Senior+	ul. Szkolna 6	07-405	29 767 10 03, 798 662 638	opstroszyn@wp.pl, jczaplicka@opstroszyn.pl
Klub Senior+	ul. Łomżyńska 14	07-322	86 277 41 18	gops@gminanur.pl
Klub Senior+	ul. Stary Rynek 15	09-530	24 27 71 014	mgops-gabin@o2.pl
Klub Senior+	ul. Długa 6	06-150	23 69 16 062	sekretariatgops@swiercze.pl
Klub Senior+	ul. Targowa 14	26-640	48 610 32 84	mgops@skaryszew.eu
Klub Senior+	ul. Szkolna 6	26-505	570526505	senior@oronsko.pl
Klub Senior+	Międzyleś 11B	05-326	25 752 03 15	gops@ugposwietne.pl, gops.pomoc3@ugposwietne.pl

Klub Senior+	ul.Tarczyńska 54/62	96-320	46 857 12 73	cus@mszczonow.pl
Klub Senior+	pl.Wolności 34	96-315	46 854 50 42	a.wisniewska@mgops-wiskitki.pl
Klub Senior+	Kraszewo 40	06-456	789223415	senior@gops.ojrzen.pl
Klub Senior+	ul. Rynek 1	05-334	25 740 20 17	gops@gmina-latowicz.pl, u-stosio@gmina-latowicz.pl
Klub Senior+	ul. Pijarska 40	05-530	799053309	a.bogatek@ops.gorakalwaria.pl
Klub Senior+	Roszczep, ul.Bitwy Warszawskiej 50	05-205	29 753 88 26, 669 998 609	gops@klembow.pl
Klub Senior+	Żelechów, ul. J.Chełmońskiego 21	96-321	46 857 82 88	cus@zabiawola.pl
Klub Senior+	Józefosław, ul. Julianowska 67A	05-500	503685926	magdalena.machaj@mgops.piaseczno.eu
Klub Senior+	Zaluski 77	09-142	518453809	gops-zaluski@wp.pl
Klub Senior+	Młodocin Większy 12	26-625	48 380 36 63	klubseniormlodocinwiekszy@gmail.com
Klub Senior+	al. 600-lecia 90	96-500	514899327	klubsenior@cussochaczew.pl
Klub Senior+	ul.Wschodnia 21A	26-500	48 617 18 12	mopsszydlowiec@ats.pl
Klub Senior+	Kampinos A 30A	05-085	22 725 00 05	opieka@kampinos.pl
Klub Senior+	ul. Bogusławskiego 4	07-410	29 764 68 11	malgorzata.radzka@um.ostroleka.pl
Klub Senior+	ul. Anny Walentynowicz 24	05-520	22 756 34 84, 502 507 511	e.michalska@opskonstancinjeziorna.pl
Klub Senior+	ul. Niepodległości 6	09-450	24 231 13 93	mgops@wyszogrod.pl
Klub Senior+	ul. Kubusia Puchatka 11	05-803	22 735 87 38	Istepien@miasto.pruszkow.pl
Klub Senior+	Nowa Wieś, ul. Wolności 37	08-300	25 781 25 31, 607 480 150	dmowski.karol@gminasokolowpodl.pl