


LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

| LP | NAZWA JEDNOSTKI | ZAKRES PORADNICTWA | ADRES | TELEFON odpłatność połączeń | DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny | WWW e-mail | KRYTERIA DOSTĘPU |
|-----------------------|---|--|----------------------------------|---|--|---|--|
| RODZINNE | | | | | | | |
| 1. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Świebodzinie | wspieranie rodziny i system pieczy zastępczej obejmuje szeroko rozumiane problemy funkcjonowania rodziny, w tym problemy wychowawcze w rodzinach naturalnych i zastępczych oraz problemy opieki nad osobą niepełnosprawną, a także terapię rodzinną | ul. Żaków 3 66-200 Świebodzin | 68 47 553 53 według stawek operatora | Poniedziałek 7.30 ÷ 15.30 Wtorek ÷ Piątek 7.00 ÷ 15.00 | http://www.pcpr.swiebodzin.pl/ pcpr_swieb@wp.pl | każdy mieszkaniec Powiatu Świebodzińskiego |
| PSYCHOLOGICZNE | | | | | | | |
| 2. | Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Świebodzinie | Poradnictwo rodzinne, psychologiczne, pedagogiczne | ul. Żaków 3 66-200 Świebodzin | 68 457 88 01 według stawek operatora | Pon. 8.00 ÷ 19.00 Wt. 8.00 ÷ 18.00 Śr. 8.00 ÷ 16.00 Czw. 8.00 ÷ 18.00 Pt. 8.00 ÷ 13.00 | http://www.poradniapp.swiebodzin.pl/ sekretariat@poradniapp.swiebodzina.pl | dzieci i młodzież ucząca się z terenu powiatu oraz ich rodzice i opiekunowie prawni, a także nauczyciele <u>Obowiązują zgłoszenia pisemne</u> na druku poradni, które przyjmuje sekretariat w godz. od 7.00 do 15.00 od poniedziałku do piątku. |

| | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|--|---|
| 3. | Strefa Wsparcia Rodziny | <ul style="list-style-type: none"> - wsparcie dla osób doświadczających przemocy w rodzinie i innej, - wsparcie dla osób z problemami związanymi z uzależnieniem w rodzinie, - wsparcie dla osób w kryzysie, - usprawnienie komunikacji między stronami konfliktów rodzinnych, - poprawa/naprawa relacji pomiędzy dziećmi i rodzicami, a także relacji rówieśniczych dzieci i młodzieży, - porady prawne w zakresie pomocy rodzinie w kryzysie. | ul. Bramkowa 2 66-200 Świebodzin (wejście od ul. Garbarskiej) | 68 475 67 87 lub 721 396 999 Tel. w godzinach dyżurów | + poniedziałek i środa godz. 16.00-19.00 (psycholog, pedagog specjalny) + wtorek i czwartek godz. 16.00-19.00 (terapeuta motywujący, mediator rodzinny, pedagog) + wtorek godz. 16.00-19.00 (pomoc prawna) + wtorek godz. 16.00-18.00 (psycholog, traumatolog, specjalista ds. przemocy) + środa godz. 15.00-19.00 (psycholog dziecięcy) + czwartek godz. 15.00-19.00 (psychoterapeuta, interwent kryzysowy, pedagog specjalny) | https://strefawsparciarodziny.wordpress.com/ | Z pomocy mogą korzystać osoby z rodzin z problemami uzależnień i przemocy oraz osoby znajdujące się w kryzysie, czyli znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej i mające poczucie utraty równowagi psychicznej |
| 4. | Centrum wsparcia dla osób dorosłych w kryzysie psychicznym (zlecenie NFZ) | Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze | Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa | 800 70 2222 bezpłatna infolinia | 24 godz. przez 7 dni w tygodniu | www.centrumwsparcia.pl porady@centrumwsparcia.pl | Dla osób dorosłych będących w kryzysie psychicznym |
| 5. | Instytut Psychologii Zdrowia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego i NASK | Pomoc psychologiczna osobom dorosłym doświadczającym kryzysu emocjonalnego, samotnym, cierpiącym z powodu depresji, bezsenności, chronicznego stresu | | 116 123 bezpłatna infolinia | Linia działa codziennie, 24 godziny na dobę | https://116sos.pl/ | Telefon Zaufania dla Osób Dorosłych w Kryzysie Emocjonalnym |
| 6. | Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę | <u>Bezpieczeństwo dzieci</u> - wsparcie i informacje w zakresie przeciwdziałania i pomocy psychologicznej dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności takie jak: agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia | - | Tel. 800 100 100 bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna i online | od poniedziałku do piątku w godzinach 12:00 - 15:00 i dodatkowo w czwartki w godzinach 16.30-20.30 Logowanie. | www.fdds.pl e-mail: pomoc@800100100.pl | bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna dla rodziców i nauczycieli w sprawach bezpieczeństwa dzieci |

| | | | | | | | |
|---------------------|---|---|---|--|--|--|--|
| | | <p>związane z nowymi technologiami, wykorzystanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, depresja i obniżony nastrój, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania.</p> <p>- konsultacje w zakresie podejmowania interwencji w przypadku podejrzenia przestępstw wobec dzieci, w szczególności wykorzystywania seksualnego, oraz pomocy psychologicznej dla dzieci doświadczonych przemocą i wykorzystywaniem seksualnym i uczestniczących w charakterze świadków i pokrzywdzonych w procedurach prawnych.</p> | | | <p>Jeśli zadzwonisz tam w godzinach nocnych i zostawisz informację o sobie i swój numer – konsultanci do Ciebie oddzwonią.</p> | | |
| | | Wsparcie psychologiczne, anonimowa pomoc w trudnych sytuacjach życiowych | - | 116 111 bezpłatny telefon zaufania dla dzieci i młodzieży | Linia i czat działa codziennie, 24 godziny na dobę. | www.116111.pl | Z porady mogą skorzystać dzieci i młodzież |
| 7. | Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka | <p>najczęściej zgłaszane są sprawy dotyczące przemocy, problemów emocjonalnych, w relacjach rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych oraz wynikających z okresu dorastania. Pod numer interwencyjny mogą też dzwonić osoby dorosłe, aby zgłosić problemy dzieci lub rażące zaniedbania względem nich</p> | <p>Biuro Rzecznika Praw Dziecka ul. Chocimska 6 00-791 Warszawa</p> <p>lub poprzez ePUAP  pocztą elektroniczną na adres: rpd@brpd.gov.pl</p> | Tel. 800 12 12 12 dzwoniący pod numer telefonu zaufania nie ponoszą żadnych kosztów | Telefon i czat są czynne przez całą dobę, siedem dni w tygodniu! | www.brpd.gov.pl | Oprócz dzieci pod numer interwencyjny mogą też dzwonić osoby dorosłe, aby zgłosić problemy dzieci lub rażące zaniedbania względem nich |
| PEDAGOGICZNE | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|------------------------|--|---|---|---|--|---|--|
| 8. | Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Świebodzinie | Poradnictwo rodzinne, psychologiczne, pedagogiczne | ul. Żaków 3 66-200 Świebodzin | 68 457 88 01 według stawek operatora | Pon. 8.00 ÷ 19.00 Wt. 8.00 ÷ 18.00 Śr. 8.00 ÷ 16.00 Czw. 8.00 ÷ 18.00 Pt. 8.00 ÷ 13.00 | http://www.poradniapp.swiebodin.pl/ sekretariat@poradniapp.swiebodin.pl | dzieci i młodzież ucząca się z terenu powiatu oraz ich rodzice i opiekunowie prawni, a także nauczyciele <u>Obowiązują zgłoszenia pisemne</u> na druku poradni, które przyjmuje sekretariat w godz. od 7.00 do 15.00 od poniedziałku do piątku. |
| POMOC SPOŁECZNA | | | | | | | |
| 9. | Centrum Usług Społecznych w Świebodzinie | poradnictwo z zakresu pomocy społecznej | Plac Wolności 14 66-200 Świebodzin | 68 4750 821 | Pon. 8.00 - 16.00 Wt. – Pt. 7.20 - 15.20 | www.cus.swiebodin.pl sekretariat@cus.swiebodin.pl | mieszkańcy Gminy Świebodzin |
| | Ośrodek Pomocy Społecznej w: 1. Zbąszynku 2. Łagowie 3. Skąpe | Pomoc społeczna umożliwia przezwyciężanie trudnych sytuacji życiowych tym, którzy nie są w stanie sami ich pokonać, wykorzystując własne uprawnienia, zasoby i możliwości. Wspiera ich w wysiłkach zmierzających do zaspokojenia niezbędnych potrzeb i umożliwia im życie w warunkach odpowiadających godności człowieka. Zadaniem pomocy społecznej jest także zapobieganie trudnym sytuacjom życiowym przez podejmowanie działań zmierzających do usamodzielnienia osób i rodzin oraz ich integracji ze środowiskiem. | 1. ul. Kosieczńska 4 66-210 Zbąszynek | 1. 68 384 91 02 | 1. Pon. – Pt. 7.30 – 15.30 | 1. www.ops.zbaszynek.pl ops@zbaszynek.pl | 1. mieszkańcy Gminy Zbąszynek |
| | | | 2. ul. Sulęcińska 2 66-220 Łagów | 2. 68 325 89 59 | 2. Pon. 8.00 - 16.00 Wt. – Pt. 7.30 - 15.00 | 2. https://bip.wrota.lubuskie.pl/ops_lagow/ ops@lagow.pl | 2. mieszkańcy Gminy Łagów |
| | | | 3. 66-213 Skąpe 49 | 3. 68 341 91 08 | 3. Pon. - Pt. 7.00 - 15.00 | 3. http://www.skape.naszops.pl/ ops@skape.pl | 3. mieszkańcy Gminy Skąpe |
| | Centrum Usług Społecznych | | ul. Herbowia 30 66-225 Szczaniec | 68 34 107 11 | Pon. 7.00 - 16.00 Wt. – Czw. 7.00 - 15.00 Pt. 7.00 - 14.00 | cus@szczaniec.pl | mieszkańcy Gminy Szczaniec |
| | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Lubrzy | | os. Szkolne 13 66-218 Lubrza | 512 004 128 512 004 793 | Pon. 7.00 - 17.00 Wt. – Czw. 7.00 - 15.00 Pt. 7.00 - 13.00 | ops@lubrza.pl http://bip.wrota.lubuskie.pl/opslubrza/ | mieszkańcy Gminy Lubrza |
| 10. | Noclegownia "Nasz Dom" | Pomoc osobom wykluczonym społecznie | ul. Wałowa 7 66-200 Świebodzin | 881 785 365 lub | całoroczna oraz całodobowa | www.fundacjarazem.eu a.rokitnicki@wp.pl | osoby wykluczone społecznie |

| | | | | | | | |
|--|---|--|---|--|---|--|--|
| | prowadzona przez Fundację RAZEM | | | 669 174 438 | | | |
| ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ | | | | | | | |
| 11. | Ogólnopolskie Stowarzyszenie JOKER | - wsparcie terapeutyczne osób uzależnionych i współuzależnionych | Stowarzyszenie JOKER - Centrum Rozwoju Osobistego i Terapii ul. Sulechowska 6 66-200 Świebodzin | 606 37 66 46 | | www.stowarzyszenie-joker.pl stowarzyszeniejoker@interia.pl | Z pomocy mogą korzystać osoby uzależnione i współuzależnione |
| 12. | Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnienia | Poradnictwo w zakresie problemów alkoholowych, narkotyków, leków, nikotyny, hazardu, internetu, seksu itp. | ul. Zamenhofska 27, 65-186 Zielona Góra | 68 325 79 17 68 324 33 78 | Pon. Czw. :7.30 - 20.00 Wt. Śr. Pt. :7.30 - 18.00 | https://ciborz.eu/wotuw-zielona-gora/ wotuw@ciborz.eu | Konsultacje i wsparcie rodzin osób uzależnionych |
| 13. | Lubuski Ośrodek Profilaktyki i Terapii "LOPiT" | Uzależnienia od substancji psychoaktywnych, alkoholi i uzależnień behawioralnych | Poradnie leczenia uzależnień ul. Jelenia 1A, 65-090 Zielona Góra | Poradnie leczenia uzależnień 68 453 20 00 515 675 046 | Poradnia od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-19.00. Rejestracja telefoniczna w godz. 10.00-19.00. | http://www.lopit.pl/ lopit@lopit.pl | Pomoc osobom wychodzącym z nałogu i ich rodzinom |
| | | | Poradnia leczenia uzależnień dla dzieci i młodzieży Al. J. Słowackiego 12, 65-326 Zielona Góra | Poradnia dla dzieci i młodzieży 884 882 101 | poniedziałek: 10.00-19.00 wtorek: 10.00-19.00 środa: 10.00-18.00 czwartek: 12.00-19.00 piątek: 9.00-17.00 | | |
| PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ | | | | | | | |
| 14. | Punkt Interwencji Kryzysowej | dla osób dotkniętych przemocą w rodzinie | ul. Bramkowa 2 66-200 Świebodzin | 68 475 67 87 | | | mieszkańcy Gminy Świebodzin |
| 15. | Gminny Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w: 1. Zbąszynku 2. Łagowie 3. Skąpe 4. Szczaniću 5. Lubrzy | poradnictwo psychologiczne, prawne, socjalne, zawodowe i rodzinne | 1. ul. Kosieczńska 4 66-210 Zbąszynek 2. ul. Sulęcińska 2 66-220 Łagów 3. 66-213 Skąpe 49 4. ul. Herbowia 30 66-225 Szczaniec | 1. 68 384 91 02 2. 68 325 89 59 3. 68 341 91 08 4. 68 34 107 10 | 1. Pon. – Pt. 7.30 – 15.30 2. Pon. 8.00 - 16.00 Wt. – Pt. 7.30 - 15.00 3. Pon. - Pt. 7.00 - 15.00 4. Pon. 7.00 - 16.00 Wt. – Czw. 7.00 - 15.00 Pt. 7.00 - 14.00 | 1. www.ops.zbaszynek.pl 2. http://lagow.pl/PL/3036/Osrodek_Pomocy_Spolecznej/#ops@lagow.pl 3. http://www.skape.naszops.pl/ops@skape.pl 4. opsszcz@wp.pl | 1. mieszkańcy Gminy Zbąszynek 2. mieszkańcy Gminy Łagów 3. mieszkańcy Gminy Skąpe 4. mieszkańcy Gminy Szczaniec |

| | | | | | | | |
|------------------------------|--|---|--|---|---|---|--|
| | | | 5. os. Szkolne 13 66-218 Lubrza | 5. 512 004 128 wew. 208 | 5. Pon. 7.00 - 17.00 Wt. – Czw. 7.00 - 15.00 Pt. 7.00 - 13.00 | 5. ops@lubrza.pl | 5. mieszkańcy Gminy Lubrza |
| 16. | Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka | pomoc psychologiczna, ochrona praw i interesów dziecka i rodziny. | ul. Piaskowa 9E 65-204 Zielona Góra | 68 324 49 00 całą dobę osobiście lub telefonicznie Telefon Zaufania dla osób doznających przemocy czynny 24/7 68 328 08 63 | | tkopd@poczta.onet.pl | Pomoc głównie dla kobiet i dzieci uciekających od przemocy domowej |
| 17. | Lubuskie Stowarzyszenie na Rzecz Kobiet BABA | wsparcie kobiet na wszystkich polach ich działalności i aktywności, a także czynnie przeciwdziałanie dyskryminacji kobiet oraz przemocy domowej i seksualnej | Stary Rynek 17 (wejście od ul. Lisowskiego) Zielona Góra | 68 454 92 32 692 064 061 | Pon. – Pt. 12.00 – 16.00 | https://baba.org.pl/ baba@baba.org.pl | dla osób doznających przemocy i dyskryminacji |
| 18. | Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia” | wsparcie, pomoc psychologiczna, informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej | Biuro Pogotowia: Al. Jerozolimskie 155, 02-326 Warszawa Tel. 22 666-10-36 | Infolinia 800 12 00 02 czynna całodobowo Poradnia e – mailowa pod adresem: niebieskalinia@niebieskalinia.info | Poradnia działa 7 dni w tygodniu przez 24h; | www.niebieskalinia.org biuro@niebieskalinia.info | dla osób doświadczających przemocy domowej |
| 19. | Fundacja FEMINOTEKA | Specjalistyczna pomoc dla kobiet, które doświadczają jakiegokolwiek przemocy – psychicznej, fizycznej, ekonomicznej i seksualnej – w rodzinie i poza nią. | ul. Konrada Guderskiego 3/96 03-982 Warszawa | Infolinia 888 88 33 88 czynna w godz. 11:00-19:00 w dni powszednie | | www.feminoteka.pl pomoc@feminoteka.pl | dla kobiet, które doświadczają jakiegokolwiek przemocy |
| INTERWENCJA KRYZYSOWA | | | | | | | |
| 20. | Centralne Zarządzenie Kryzysowe (Rządowe Centrum Bezpieczeństwa) | monitorowanie bezpieczeństwa | Al. Ujazdowskie 5 00-583 Warszawa | 785 700 177 całodobowy dyżur | dyzurny@rcb.gov.pl całodobowy dyżur przez 7 dni w tygodniu | http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/ poczta@rcb.gov.pl | świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego |
| DLA OSÓB BEZROBOTNYCH | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|--|--|
| 21. | Powiatowy Urząd Pracy | poradnictwo zawodowe dla bezrobotnych, poszukujących pracy oraz dla podmiotów gospodarczych | ul. Studencka 8 66-200 Świebodzin | 68 38 210 66 | Godziny Pracy Urzędu: Pon. – Pt. 7:00 – 15:00 | https://swiebodzin.praca.gov.pl/ sekretariat@pup.swiebodzin.pl zisw@praca.gov.pl | wynikające z ustawy o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy |
| 22. | Centrum Integracji Społecznej | aktywizacja zawodowa i społeczna osób wykluczonych społecznie | ul. Okrężna 3 66-200 Świebodzin | +48 784 955 568 | | www.naszpomost.pl cis@naszpomost.pl | aktywizacja zawodowa i społeczna osób wykluczonych społecznie |
| 23. | Zielona Linia - Infolinia Urzędu Pracy | udzielane są informacje o usługach urzędów pracy | ul. Trawiasta 20b 15-161 Białystok | 19 524 | Pon. – Pt. 7:00 – 18:00 | www.zielonalinia.gov.pl kontakt@zielonalinia.gov.pl | |
| DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM | | | | | | | |
| 24. | Lubuskie Stowarzyszenie na Rzecz Kobiet BABA | poradnictwo dla osób pokrzywdzonych przestępstwem | ul. Stary Rynek 17 (wejście od ul. Lisowskiego) Zielona Góra | 68 454 92 32 692 064 061 | Pon. – Pt. 12.00 – 16.00 | https://baba.org.pl/ baba@baba.org.pl | osoby pokrzywdzone przestępstwem |
| 25. | Komenda Powiatowa Policji w Świebodzinie | pomoc pokrzywdzonym w sprawach karnych | ul. Zielona 2 66-200 Świebodzin | telefony alarmowe 997 112 Dyżurny Komendy Powiatowej Policji w Świebodzinie Telefon: 47 79 35 211 | 7 dni w tygodniu | https://swiebodzin.policja.gov.pl/ dyzurny.kpp_swiebodzin@go.policja.gov.pl | osoby pokrzywdzone przestępstwem |
| PRAWO KONSUMENCKIE | | | | | | | |
| 26. | Powiatowy Rzecznik Konsumentów | bezpłatne porady konsumenckie | ul. Piłsudskiego 18 66-200 Świebodzin (budynek B Starostwa Powiatowego w Świebodzinie) | 68 475 53 66 według stawek operatora | Pon. 8.00 – 16.30 Wt., Śr. 8.00 – 15.30 Czw. 13.00 – 15.30 Pt. 8.00 – 12.00 | www.samorząd.gov.pl/web/powiat-swiebodzinski/powiatowy-rzecznik-konsumentow-kontakt w.hordziejczuk@powiat.swiebodzin.pl | mieszkańcy Powiatu Świebodzińskiego |
| 27. | Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów | ochrona praw konsumenckich | UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa | Infolinia konsumencka 801 440 220 22 290 89 16 | pon. - pt. 08.00 - 18.00 | https://www.uokik.gov.pl/ porady@dlakonsumentow.pl | prawo konsumenckie |
| PRAWA DZIECKA | | | | | | | |
| 28. | Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania | ochrona praw dziecka | Biuro RPD ul. Chocimska 6 00-791 Warszawa tel. 22 583 66 00 fax. 22 583 66 96 biuro: Pn. – Pt. 8.15 – 16.15 | Tel. 800 12 12 12 (bezpłatna infolinia) | Telefon i czat są czynne przez całą dobę, siedem dni w tygodniu! | www.brpd.gov.pl rpd@brpd.gov.pl | sprawy przemocy relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem. |

| PRAWA PACJENTA | | | | | | | |
|-------------------------------|---|---|---|--|---|---|---|
| 29. | Narodowy Fundusz Zdrowia Lubuski Oddział w Zielonej Górze | prawa pacjenta | ul. Podgórna 9b, 65-057 Zielona Góra | Telefoniczna informacja pacjenta 800 190 590 | Pn. 8.00 - 18.00 Wt. - Pt. 8.00 - 16.00 tel. 68 328 77 00 | www.nfz-zielonagora.pl oddzial@nfz-zielonagora.pl | informacja dostępna na stronie www |
| 30. | Narodowy Fundusz Zdrowia Lubuski Delegatura w Gorzowie Wlkp. | prawa pacjenta | ul. Pionierów 8, 66-400 Gorzów Wlkp. | Telefoniczna informacja pacjenta 800 190 590 | Pn. 8.00 - 18.00 Wt. - Pt. 8.00 - 16.00 tel. 95 733 63 04 | www.nfz-zielonagora.pl | informacja dostępna na stronie www |
| 31. | Rzecznik Praw Pacjenta | ochrona praw pacjenta | Biuro RPP ul. Młynarska 46 01-231 Warszawa | 800 190 590 Bezpłatna infolinia czynna całą dobę | | www.bpp.gov.pl kancelaria@rpp.gov.pl | z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta |
| 32. | Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala | uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta -leczenie w kraju i poza granicami -kolejki do świadczeń | ul. Rakowiecka 26/30 02-528 Warszawa | 800 190 590 Bezpłatna infolinia czynna całą dobę, 7 dni w tygodniu | Pon.- Pt. 8.00 - 16.00 | http://www.nfz.gov.pl infolinia@nfz.gov.pl | każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym |
| 33. | Pełnomocnik Rządu do spraw Osób Niepełnosprawnych | ochrona praw osób z niepełnosprawnościami | <u>SIEDZIBA</u> ul. Żurawia 4 A 00- 503 Warszawa <u>KORESPONDENCJA</u> Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa | 538 117 590 | Pon.- Pt. 8.30 – 15.30 | www.niepelnosprawni.gov.pl sekretariat.bon@mrpips.gov.pl | osoby z niepełnosprawnościami ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób z niepełnosprawnościami |
| 34. | Lubuski Oddział PFRON | ułatwienie osobom z niepełnosprawnościami pełnego uczestnictwa w życiu zawodowym i społecznym | ul. Boh. Westerplatte 11 65-034 Zielona Góra | 68 42 27 800 | Pon. - Pt. 8.00 - 16.00 | Centrum Informacyjno-Doradcze (CIDON): 68 42 27 807 lub 825, e-mail: cidon.lubuskie@pfron.org.pl Ośrodek Wsparcia i Testów w Świebodzinie: 690 357 002, e-mail: owit@naszpomost.pl | |
| PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH | | | | | | | |
| 35. | Zakład Ubezpieczeń Społecznych Inspektorat w Świebodzinie | popularyzacja wiedzy o ubezpieczeniach społecznych | ul. Sikorskiego 42 66-200 Świebodzin | 22 560 16 00 według stawek operatora Pn. - pt. 7.00-18.00 | Pon. 8.00 - 17.00 Wt. – Pt. 8.00 - 15.00 | http://www.zus.pl cot@zus.pl | każdy zainteresowany |
| 36. | Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych | zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury | | 22 560 16 00 | Pon. – Pt. 7.00 – 18.00 | http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot- cot@zus.pl | adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze |
| PRAWO PRACY | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|--|--|--|
| 37. | Państwowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy | porady z zakresu prawa pracy | ul. Dekoracyjna 8 65-722 Zielona Góra | 68 451 39 00 | Pon. - Pt. 7.30 - 15.30 | www.zielonagora.pip.gov.pl kancelaria@zgora.pip.gov.pl | osobiście (Pon. 8.00-18.00, Wt. - Pt. 8.00-15.00), listownie i elektronicznie. |
| PRAWO PODATKOWE | | | | | | | |
| 38. | Krajowa Informacja Skarbowa | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc. | ul. Warszawska 5 43-300 Bielsko-Biała | 801 055 055 (z tel. stacjonarnych) 22 330 03 30 (z tel. komórkowych) +48 22 33 00 330 (z tel. zagr.) | Pon. - Pt. 8.00 - 18.00 | www.kis.gov.pl więcej: https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa | każdy podatnik |
| DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO | | | | | | | |
| 39. | Rzecznik Finansowy | Wsparcie klientów w sporach z podmiotami rynku finansowego | Biuro Rzecznika Finansowego ul. Nowogrodzka 47a 00-695 Warszawa | <u>Ubezpieczenia Gospodarcze</u> 22 333 73 28 (9.00-14.00) <u>Ubezpieczenia społeczne, OFE:</u> 508 810 370 (12.00-14.00) <u>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego</u> 22 333 73 25 (9.00-16.00) | Pon. - Pt. 8.00 - 16.00 | www.rf.gov.pl e-mail: biuro@rf.gov.pl Porady e-mail: porady@rf.gov.pl (czas oczekiwania na odpowiedź e-mailową ok.2 tygodni) | osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń |
| INNE | | | | | | | |
| WWW.OBYWATEL.GOV.PL | | | | | INFORMACJE I USŁUGI PRZYJAZNE OBYWATEŁOM PORTAL MINISTERSTWA CYFRYZACJI | | |
| 40. | Rzecznik Praw Obywatelskich | ochrona praw obywatelskich | Biuro RPO Al. Solidarności 77 00-090 Warszawa | 800 676 676 Połączenia bezpłatne | Pon. 10.00 - 18.00 Wt. - Pt. 8.00 - 16.00 | www.brpo.gov.pl biurorzecznika@brpo.gov.pl | Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone |