

## I. LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA DOSTĘPNEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU ZIELONOGÓRSKIEGO

Lp.	Nazwa jednostki	Zakres poradnictwa	Adres	Dni i godziny działalności	Kryteria dostępu do usługi	Nr telefonu	www e-mail
<b>RODZINNE</b>							
1	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie im. Jana Pawła II  Zespół do spraw poradnictwa specjalistycznego i interwencji kryzysowej	- prawne - psychologiczne - rodzinne - poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	ul. Podgórna 5 65-057 Zielona Góra	poniedziałek – piątek: 7.30-15.30  w zależności od potrzeb również w innych dniach i godzinach	Mieszkańcy Powiatu Zielonogórskiego	tel./fax. 68 452 75 90  68 452 75 51	<a href="mailto:sekretariat@pcpr.powiat-zielonogorski.pl">sekretariat@pcpr.powiat-zielonogorski.pl</a>
2	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	Poradnictwo rodzinne, psychologiczne, pedagogiczne	ul. Kruszyna 1 66-100 Sulechów	od poniedziałku do czwartku 8:00-18:00  piątek 8:00-15:00	Dzieci i młodzież ucząca się oraz ich rodzice i opiekunowie	690 240 776	Przesłanie wypełnionej karty zgłoszenia na adres: <a href="mailto:pppsulechow@wp.pl">pppsulechow@wp.pl</a> <a href="mailto:ops.sulechow@vp.pl">ops.sulechow@vp.pl</a>
3	Ośrodek Pomocy Społecznej w Sulechowie:  Punkt konsultacyjny przy Biurze Pełnomocnika ds. Uzależnień  Grupa Samopomocowa Kobiet	- prawne - psychologiczne - rodzinne - poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie - pomoc osobom uzależnionym i współuzależnionym - poradnictwo dla osób pokrzywdzonych przestępstwem	ul. Jana Pawła II 52 66-100 Sulechów	OPS Punkt konsultacyjny poniedziałek – piątek 7.00-15.00 Pok. 129  Grupa Samopomocowa Kobiet w III czwartek miesiąca 15.00-20.00	Mieszkańcy Gminy Sulechów	Sekretariat 68 478 22 44,  Biuro Pełnomocnika ds. Uzależnień 68 410 94 95	<a href="mailto:pu@sulechow.pl">pu@sulechow.pl</a>
<b>PSYCHOLOGICZNE</b>							
4	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie im. Jana Pawła II  Zespół do spraw poradnictwa specjalistycznego i interwencji kryzysowej	- prawne - psychologiczne - rodzinne - poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	ul. Podgórna 5 65-057 Zielona Góra	poniedziałek – piątek: 7.30-15.30  w zależności od potrzeb również w innych dniach i godzinach	Mieszkańcy Powiatu Zielonogórskiego	tel./fax. 68 452 75 90  68 452 75 51	<a href="mailto:sekretariat@pcpr.powiat-zielonogorski.pl">sekretariat@pcpr.powiat-zielonogorski.pl</a>
5	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	Poradnictwo rodzinne, psychologiczne, pedagogiczne	ul. Kruszyna 1 66-100 Sulechów	od poniedziałku do czwartku 8:00-18:00  piątek 8:00-15:00	Dzieci i młodzież ucząca się oraz ich rodzice i opiekunowie	690 240 776	Przesłanie wypełnionej karty zgłoszenia na adres: <a href="mailto:pppsulechow@wp.pl">pppsulechow@wp.pl</a>
6	Punkt Konsultacji Psychologicznej dzieci, młodzieży i osób dorosłych	Rozmowy motywujące, poradnictwo rodzinne, psychologiczne, pedagogiczne	Zespół Szkolno-Przedszkolny w Kargowej ul. Kościelna 45 66-120 Kargowa	2 razy w tygodniu po 5 godzin dziennie	Dzieci i młodzież ucząca się oraz ich rodzice i opiekunowie	68 352 52 96	brak

7	Punkt psychologiczno-socjoterapeutyczny w Czerwieńsku	Pomoc dla osób doznających przemocy w rodzinie	ul. Zielonogórska 2 66-016 Czerwieńsk (Przychodnia zdrowia II piętro)	Psycholog przyjmuje w każdy poniedziałek w godz. 15:00-19:00	Mieszkańcy Gminy Czerwieńsk	brak	brak
8	Ośrodek Pomocy Społecznej w Sulechowie: Punkt konsultacyjny przy Biurze Pełnomocnika ds. Uzależnień	- pomoc psychologiczna	ul. Jana Pawła II 52 66-100 Sulechów	w każdy wtorek 14.00-19.00 w pokoju 130, w drugi i trzeci poniedziałek miesiąca 14.00-19.00 w pokoju 129	Mieszkańcy Gminy Sulechów	Biuro Pełnomocnika ds. Uzależnień 68 410 94 95	<a href="mailto:pu@sulechow.pl">pu@sulechow.pl</a>
9	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Poradnictwo psychologiczne, psychoterapeutyczne oraz psychoedukacja	ul. Lipowa 15 66-003 Zabór		Po uprzednim zgłoszeniu pod nr telefonu	68 321 83 15	<a href="mailto:ops@gminazabor.pl">ops@gminazabor.pl</a>
10	Centrum Psychologiczno-Terapeutyczne w Świdnicy	- pomoc psychologiczna - psychoterapia Gestalt - terapia uzależnień	ul. Długa 85/3 (budynek GOPS-u) 66-008 Świdnica (wejście z boku budynku, I piętro)	Psycholog o specjalności klinicznej: od poniedziałku do środy 8.00-15.00, w czwartek 8.00-13.00  Psychoterapeuta: czwartek 15.00-19.00, piątek 9.00-13.00  Terapeuta uzależnień: poniedziałek 16.00-20.00	Mieszkańcy Gminy Świdnica	Rejestracja tel. 68 327 32 30 w godz. pracy GOPS (pn.: 7.00-16.00, wt.-czw.: 7.00-15.00, pt.: 7.00-14.00) lub tel. do Centrum: 798 867 092	<a href="mailto:gops@swidnica.zgora.pl">gops@swidnica.zgora.pl</a>
<b>PEDAGOGICZNE</b>							
11	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	Poradnictwo rodzinne, psychologiczne, pedagogiczne	ul. Kruszyna 1 66-100 Sulechów	od poniedziałku do czwartku 8:00-18:00  piątek 8:00-15:00	Dzieci i młodzież ucząca się oraz ich rodzice i opiekunowie	690 240 776	Przesłanie wypełnionej karty zgłoszenia na adres: <a href="mailto:pppsulechow@wp.pl">pppsulechow@wp.pl</a>
<b>PRAWNE</b>							
12	Urząd Miejski w Babimoście	Nieodpłatna pomoc prawna udzielana przez radcę prawnego	ul. Rynek 3 66-110 Babimost	Ostatni poniedziałek miesiąca w godzinach: 14.00-17.00	Z porad może skorzystać mieszkaniec Gminy Babimost, którego nie stać na odpłatną pomoc prawną	68 351 38 61	brak
13	Urząd Gminy w Świdnicy	Nieodpłatna pomoc prawna dla mieszkańców z terenu Gminy Świdnica	ul. Długa 38 66-008 Świdnica	we wtorki po godz. 15.00 w formie teleporady po wcześniejszej rejestracji w Urzędzie Gminy	Mieszkańcy Gminy Świdnica	Rejestracja tel.: 68 327 31 18	<a href="mailto:uradsw@swidnica.zgora.pl">uradsw@swidnica.zgora.pl</a>
<b>POMOC SPOŁECZNA</b>							
14	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowogrodzie Bobrzańskim	Porady psychologa (głównie dot. problemów przemocy, opiekuńczo-wychowawczych z zakresu pomocy społecznej)	ul. Poczтовая 7 66-010 Nowogród Bobrzański	3 x w miesiącu w godz. 16.00-19.00	Bezpłatnie, po wcześniejszym umówieniu	694 708 176 571 310 858	<a href="mailto:mgopsnb@nowogrodbobrz.pl">mgopsnb@nowogrodbobrz.pl</a>

15	Ośrodek Pomocy Społecznej w Sulechowie:  Punkt konsultacyjny przy Biurze Pełnomocnika ds. Uzależnień	- porady psychologiczne z zakresu pomocy społecznej	ul. Jana Pawła II 52 66-100 Sulechów	w każdy wtorek 14.00 - 19.00 w pokoju 130,  w drugi i trzeci poniedziałek miesiąca 14.00 - 19.00, w pokoju 129	Mieszkańcy Gminy Sulechów	Biuro Pełnomocnika ds. Uzależnień 68 410 94 95	<a href="mailto:pu@sulechow.pl">pu@sulechow.pl</a>
16	Ośrodek Pomocy Społecznej w Zaborze	Pomoc społeczna	ul. Lipowa 15 66-003 Zabór	poniedziałek-piątek 7.30-15.00	Dostęp w godz. pracy ośrodka	68 321 83 05 68 321 83 06 68 321 83 15	<a href="mailto:gops@gminazabor.pl">gops@gminazabor.pl</a>
17	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Świdnicy	Pomoc społeczna	ul. Długa 85/1 66-008 Świdnica	pon. 7.00-16.00 wt.-czw. 7.00-15.00 pt. 7.00-14.00	Mieszkańcy Gminy Świdnica	Tel. 68 327 32 30	<a href="mailto:gops@swidnica.zgora.pl">gops@swidnica.zgora.pl</a>

### ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

18	Punkt Pomocy Rodzinie w Nowogrodzie Bobrzańskim	Porady: psychologa, terapeuty uzależnień, terapia dla współuzależnionych	ul. Poczтовая 7 66-010 Nowogród Bobrzański	Dyżury w każdy wtorek w godz. 15.00-18.00 w siedzibie MGOSKiR	Bezpłatnie, osoby z problemem uzależnień z terenu Gminy Nowogród Bobrzański	517 886 263	brak
19	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Uzależnienie alkoholowe	ul. Długa 85/1 66-008 Świdnica	pon. 7.00-16.00 wt.-czw. 7.00-15.00 pt. 7.00-14.00	Mieszkańcy Gminy Świdnica	Tel.: 68 327 32 30	<a href="mailto:gops@swidnica.zgora.pl">gops@swidnica.zgora.pl</a>
20	Punkt Konsultacyjny dla osób uzależnionych w Kargowej	Porady: psychologa, terapeuty uzależnień	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych ul. Rynek 33 66-120 Kargowa	Pierwsza i trzecia środa miesiąca	Bezpłatnie wg kolejności zgłoszeń	68 352 51 31	brak
21	Punkt konsultacyjny w Babimoście	Specjaliści w sprawach uzależnień	ul. Gagarina 18 66-110 Babimost	Ostatni poniedziałek miesiąca: 14.00-16.00 Ostatni wtorek miesiąca: 16.00-18.00	Brak kryteriów	721 998 200	brak
22	Punkt konsultacyjny w Trzebiechowie	Porady terapeuty uzależnień osobom uzależnionym i członkom ich rodzin	Trzebiechowski Ośrodek Kultury im. Tadeusza Wojtera (parter) ul. Sulechowska 2 66-132 Trzebiechów	Drugi i czwarty wtorek miesiąca w godzinach 15.00-18.00 (w grudniu wyłącznie 12.12.2023r.)	Mieszkańcy Gminy Trzebiechów	Zgłoszenia osobiste	brak
23	Punkt konsultacyjny dla osób uzależnionych od alkoholu i narkotyków Bojadła	Rozmowy motywujące, pomoc w skierowaniu na odwykowe leczenie, wsparcie	ul. Sulechowska 35 66-130 Bojadła	Każdy pierwszy czwartek miesiąca 15.00-18.00		68 352 33 32	<a href="mailto:urząd@bojadla.pl">urząd@bojadla.pl</a>

24	Punkt Konsultacyjno- Terapeutyczny w Czerwińsku	Pomoc osobom uzależnionym i członkom rodzin z problemem alkoholowym i narkotykowym	ul. Bolesława Chrobrego 2 66-016 Czerwińsk (II piętro wejście od biblioteki miejskiej)	-w drugi czwartek każdego miesiąca od 16.00 do 19.00 -w ostatnią środę każdego miesiąca od 16.00 do 19.00 -w ostatni czwartek każdego miesiąca od 16.00 do 19.00	Mieszkańcy Gminy Czerwińsk	brak	brak
25	Ośrodek Pomocy Społecznej w Sulechowie:  Punkt konsultacyjny przy Biurze Pełnomocnika ds. Uzależnień	- porady terapeutów uzależnień od alkoholu i narkotyków, terapeuta dla osób współuzależnionych	ul. Jana Pawła II 52 66-100 Sulechów	Terapeuta uzależnień od alkoholu, pok. 130: poniedziałek 15.00-20.00, I, II, III środa miesiąca 15.00-20.00, III czwartek miesiąca 16.00-19.00  Terapeuta dla osób współuzależnionych, pok. 130: III czwartek miesiąca 16.00-19.00	Mieszkańcy Gminy Sulechów	Biuro Pełnomocnika ds. Uzależnień 68 410 94 95	<a href="mailto:pu@sulechov.pl">pu@sulechov.pl</a>
26	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Zaborze	Uzależnienia alkoholowe i narkotykowe	ul. Lipowa 15 66-003 Zabór	Drugi czwartek miesiąca w godz. 15.30-16.30	Dostęp w godz. urzędowania komisji lub po uprzednim zgłoszeniu	68 321 83 05	<a href="mailto:ops@gminazabor.pl">ops@gminazabor.pl</a>
27	Punkt konsultacyjny w Zaborze	Uzależnienia, przemoc, problemy opiekuńczo- wychowawcze	ul. Lipowa 15 66-003 Zabór	2 razy w miesiącu	Informacja o dyżurze każdorazowo zamieszczana jest na stronie internetowej gminy oraz w mediach społecznościowych	68 321 83 14	<a href="mailto:ops@gminazabor.pl">ops@gminazabor.pl</a>
28	Punkt konsultacyjny w Droszkowie	Uzależnienia, przemoc, problemy opiekuńczo- wychowawcze	Świetlica Wiejska Droszków ul. Porzeczkowa 2	2 razy w miesiącu	Informacja o dyżurze każdorazowo zamieszczana jest na stronie internetowej gminy oraz w mediach społecznościowych	524 624 087	<a href="mailto:ops@gminazabor.pl">ops@gminazabor.pl</a>

### PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ

29	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie im. Jana Pawła II  Zespół do spraw poradnictwa specjalistycznego i interwencji kryzysowej	- prawne - psychologiczne - rodzinne - poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	ul. Podgórna 5 65-057 Zielona Góra	poniedziałek – piątek: 7.30-15.30  w zależności od potrzeb również w innych dniach i godzinach	Mieszkańcy Powiatu Zielonogórskiego	tel./fax. 68 452 75 90  68 452 75 51	<a href="mailto:sekretariat@pcpr.powiat-zielonogorski.pl">sekretariat@pcpr.powiat-zielonogorski.pl</a>
----	--	---	---------------------------------------	---	---	--	--

30	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Czerwieńsku	Pomoc dla osób doznających przemocy w rodzinie	ul. Marsz. Józefa Piłsudskiego 4 66-016 Czerwieńsk	Godziny urzędowania: poniedziałek: 8.00-16.00 wtorek-piątek: 7:00-15:00	Mieszkańcy Gminy Czerwieńsk	68 327 83 37	brak
31	Ośrodek Pomocy Społecznej w Zaborze: Zespół interdyscyplinarny oraz jego grupy robocze	Przemoc w rodzinie	Ośrodek Pomocy Społecznej w Zaborze ul. Lipowa 15 66-003 Zabór	Dostęp w godzinach pracy ośrodka pomocy społecznej	Bez ograniczeń	68 321 83 06 68 321 83 15	<a href="mailto:ops@gminazabor.pl">ops@gminazabor.pl</a>
32	Gminny Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy domowej oraz jego grupy robocze	Przemoc domowa	GOPS ul. Długa 85/1 66-008 Świdnica	Przewodnicząca dostępna w godzinach pracy ośrodka	Bez ograniczeń	68 327 32 30	<a href="mailto:gops@swidnica.zgora.pl">gops@swidnica.zgora.pl</a>
33	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”	- wsparcie - pomoc psychologiczna, informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej	Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa	Sekretariat Pogotowia poniedziałek-piątek 8.00-16.00  tel. 22 666-10-36	Dla osób doświadczających przemocy domowej	Całodobowa infolinia: 800 120 002	<a href="http://www.niebieskalinia.info">www.niebieskalinia.info</a> <a href="mailto:biuro@niebieskalinia.info">biuro@niebieskalinia.info</a>

### INTERWENCJA KRYZYSOWA

34	Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego	Monitorowanie bezpieczeństwa	MSK PSP w Zielonej Górze ul. Kasprowicza 3/5 65-074 Zielona Góra  Starostwo Powiatowe w Zielonej Górze ul. Podgórna 5 65-057 Zielona Góra	poniedziałek-czwartek: 7.30-15.30 piątek 8.30-13.30	W sytuacjach kryzysowych i stanach nadzwyczajnych	tel. 68 45 75 640 fax. 68 45 75 647 (całodobowo)  tel. 68 45 27 598 fax 68 45 27 521 (w godzinach pracy Starostwa) 607 779 875 (całodobowo)	<a href="mailto:msk@straz.zgora.pl">msk@straz.zgora.pl</a>  <a href="mailto:zkioc@powiat-zielonogorski.pl">zkioc@powiat-zielonogorski.pl</a> więcej informacji: <a href="http://bip.powiat-zielonogorski.pl/55/Zarzadzanie_Kryzysowe/">http://bip.powiat-zielonogorski.pl/55/Zarzadzanie_Kryzysowe/</a>
35	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa	Monitorowanie bezpieczeństwa	Al. Ujazdowskie 5 00-583 Warszawa	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego	Całodobowy dyżur: 785 700 177 e-mail: dyzurny@rcb.gov.pl	<a href="http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/">http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/</a>  <a href="mailto:poczta@rcb.gov.pl">poczta@rcb.gov.pl</a>

### DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

36	Powiatowy Urząd Pracy w Zielonej Górze	Poradnictwo zawodowe dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy lub pozostających bez zatrudnienia a także dla zainteresowanych podmiotów gospodarczych	ul. Batorego 126A 65-735 Zielona Góra	Godziny otwarcia: poniedziałek- piątek 7.00-15.00	Wynikające z ustawy o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy	tel. 68 456 56 50	<a href="http://www.pup.zgora.pl">www.pup.zgora.pl</a>  <a href="mailto:kancelaria@pup.zgora.pl">kancelaria@pup.zgora.pl</a>
----	--	---	--	---	--	-------------------	--

37	Powiatowy Urząd Pracy Filia Sulechów	Poradnictwo zawodowe dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy lub pozostających bez zatrudnienia a także dla zainteresowanych podmiotów gospodarczych	ul. Niepodległości 15 66-100 Sulechów	Godziny otwarcia: poniedziałek- piątek 7.00-15.00	Wynikające z ustawy o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy	tel. 68 385 07 60	<a href="mailto:sulechow@pup.zgora.pl">sulechow@pup.zgora.pl</a>
38	Powiatowy Urząd Pracy Filia Nowogród Bobrzański	Poradnictwo zawodowe dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy lub pozostających bez zatrudnienia a także dla zainteresowanych podmiotów gospodarczych	ul. Słowackiego 11 66-010 Nowogród Bobrzański	Godziny otwarcia: poniedziałek- piątek 7.00-15.00	Wynikające z ustawy o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy	tel. 68 321 66 26	<a href="mailto:zizino@praca.gov.pl">zizino@praca.gov.pl</a>
39	Infolinia Urzędów Pracy – Zielona Linia	Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy		poniedziałek-piątek 08.00-18.00	Mogą korzystać: - zarejestrowani - poszukujący pracy - pracodawcy	19524 (z Polski) +48 22 19524 (z zagranicy) Koszt zgodny z taryfą operatora	<a href="http://www.zielonalinia.gov.pl">www.zielonalinia.gov.pl</a> <a href="mailto:kontakt@zielonalinia.gov.pl">kontakt@zielonalinia.gov.pl</a>
<b>DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM</b>							
40	Linia Pomocy Pokrzywdzonym	Wsparcie osób pokrzywdzonych przestępstwem			Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie	+48 222 309 900	<a href="mailto:info@numerosos.pl">info@numerosos.pl</a>
<b>PRAWO KONSUMENCKIE</b>							
41	Powiatowy Rzecznik Konsumentów	Zapewnienie bezpłatnego poradnictwa konsumenckiego i informacji prawnej w zakresie ochrony interesów konsumentów	ul. Podgórna 5 65-057 Zielona Góra parter, pokój nr 9	Przyjmowanie interesantów: w poniedziałek od 7.30 do 16.00, od wtorku do czwartku od 7.30 do 15.30, w piątek od 7.30 do 15.00.	Mieszkańcy Powiatu Zielonogórskiego	tel. 68 452 75 18 fax. 68 452 75 00	<a href="mailto:rzecznik.konsumentow@powiat-zielonogorski.pl">rzecznik.konsumentow@powiat-zielonogorski.pl</a>  Wnioski do rzecznika o podjęcie interwencji należy przekazywać pocztą tradycyjną. Wnioski przekazywane na adres poczty elektronicznej powinny zawierać podpis elektroniczny
42	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	poniedziałek-piątek w godz. 8.00-18.00	Prawo konsumenckie	Infolinia konsumencka 801 440 220 222 66 76 76	<a href="https://www.uokik.gov.pl">https://www.uokik.gov.pl</a> <a href="mailto:porady@dlakonsumentow.pl">porady@dlakonsumentow.pl</a>
<b>PRAWO PRACY</b>							
43	Państwowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy w Zielonej Górze	Prawo pracy	ul. Dekoracyjna 8 65-722 Zielona Góra	poniedziałek-piątek w godz. 7.30-15.30		tel. 68 451 39 00	<a href="https://zielonagora.pip.gov.pl">https://zielonagora.pip.gov.pl</a> <a href="mailto:kancelaria@zgora.pip.gov.pl">kancelaria@zgora.pip.gov.pl</a>



44	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy	Porady prawne z zakresu prawa pracy	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa tel. 22 391 82 15 fax. 22 391 82 14	porady telefoniczne udzielane są od poniedziałku do piątku w godz. 9.00-15.00		801 002 006 (dla osób dzwoniących z tel. stacjonarnych) 459 599 000 (dla osób dzwoniących z tel. komórkowych)	<a href="http://www.bip.pip.gov.pl">www.bip.pip.gov.pl</a> <a href="mailto:kancelaria@gip.pip.gov.pl">kancelaria@gip.pip.gov.pl</a>
----	--	-------------------------------------	---	---	--	--	--

### PRAWA PACJENTA

45	Narodowy Fundusz Zdrowia Oddział w Zielonej Górze	Prawa pacjenta	ul. Podgórna 9b 65-057 Zielona Góra	poniedziałek: 8.00-18.00 wtorek-piątek: 8.00-16.00		tel. 68 328 77 00  fax. 68 328 76 57	<a href="http://www.nfz-zielonagora.pl">www.nfz-zielonagora.pl</a> <a href="mailto:oddzial@nfz-zielonagora.pl">oddzial@nfz-zielonagora.pl</a>
46	Rzecznik Praw Pacjenta	Ochrona praw pacjenta	Biuro RPP ul. Młynarska 46 01-171 Warszawa	od poniedziałku do piątku: 8.00-18.00	Z porad może skorzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta	Bezpłatna infolinia: 800 190 590	<a href="https://www.gov.pl/web/rpp">https://www.gov.pl/web/rpp</a>  <a href="mailto:kancelaria@rpp.gov.pl">kancelaria@rpp.gov.pl</a>
47	Narodowy Fundusz Zdrowia-Centrała	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta - leczenie w kraju i poza granicami - kolejki do świadczeń	Narodowy Fundusz Zdrowia ul. Rakowiecka 26/30 02-528 Warszawa	od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-16.00	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym	Całodobowy kontakt, 7 dni w tygodniu: 800 190 590	<a href="http://www.nfz.gov.pl">http://www.nfz.gov.pl</a>
48	Pełnomocnik Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	SIEDZIBA ul. Żurawia 4A 00-503 Warszawa  KORESPONDENCJA ul. Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	od poniedziałku do piątku w godz. 8.15-16.15	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych	tel. 538 117 590	<a href="http://www.niepelnosprawni.gov.pl">http://www.niepelnosprawni.gov.pl</a>  <a href="mailto:sekretariat.bon@mrips.gov.pl">sekretariat.bon@mrips.gov.pl</a>

### PRAWA DZIECKA

49	Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka w Zielonej Górze Koło w Nowogrodzie Bobrzańskim	Poradnictwo pedagogiczne, psychologiczne, mediacje, terapia systemowa rodzin	ul. Poczтовая 7 66-010 Nowogród Bobrzański	po wcześniejszym umówieniu telefonicznym	bezpłatnie	68 324 49 00 lub 503 190 032	brak
50	Rzecznik Praw Dziecka	Ochrona praw dziecka	Biuro RPD ul. Chocimska 6 00-791 Warszawa tel. (22) 583 66 00 fax. (22) 583 66 96 pn.-pt. w godz. 8.15-16.15	Dziecięcy Telefon Zaufania RPD czynny całodobowo, 7 dni w tygodniu	Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.	Dziecięcy Telefon Zaufania RPD: 800 12 12 12	<a href="https://brpd.gov.pl">https://brpd.gov.pl</a>  <a href="mailto:rpd@brpd.gov.pl">rpd@brpd.gov.pl</a>

## PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

51	Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego Oddział Regionalny w Zielonej Górze	Ubezpieczenia społeczne	ul. Gen. Józefa Bema 44 65-170 Zielona Góra	poniedziałek: 8.00-16.00 wtorek-piątek: 7.00-15.00	Mieszkańcy Powiatu Zielonogórskiego i Miasta Zielona Góra	tel. (68) 452 31 00 (68) 452 31 01 fax. (68) 452 31 10	<a href="http://www.krus.gov.pl">www.krus.gov.pl</a>
52	Zakład Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Zielonej Górze	Ubezpieczenia społeczne	ul. Kupiecka 65 65-426 Zielona Góra	Godziny urzędowania od poniedziałku do piątku w godz. 7.00-15.00	Bezpośrednia obsługa klienta, może skorzystać każdy zainteresowany	Infolinia ZUS: (22) 560 16 00	<a href="http://www.zus.pl">www.zus.pl</a>
53	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury		od poniedziałku do piątku w godz. 7.00-18.00	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze	22 560 16 00	<a href="http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl">http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl</a>

## DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

54	Rzecznik Finansowy	Wspieranie klientów w sporach z podmiotami rynku finansowego	Biuro Rzecznika Finansowego ul. Nowogrodzka 47A 00-695 Warszawa	Dyżury ekspertów:  Banki i inne podmioty rynku kapitałowego pn.-pt. 8.00-16.00  OFE lub inne formy oszczędzania emerytalnego pn. 14.00 -17.00 śr. i pt. 12.00-14.00  Ubezpieczenia pn. 9.00 -17.00 wt.-pt. 9.00-14.00	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń	Banki i inne podmioty rynku kapitałowego 22 333 73 25  OFE lub inne formy oszczędzania emerytalnego 22 333 73 32  Ubezpieczenia 22 333 73 28	<a href="http://www.rf.gov.pl">www.rf.gov.pl</a> <a href="mailto:porady@rf.gov.pl">porady@rf.gov.pl</a> <a href="mailto:biuro@rf.gov.pl">biuro@rf.gov.pl</a>  Wnioski (skargi/zażalenia) do Rzecznika Finansowego należy przekazywać pocztą tradycyjną. Wnioski przekazywane na adres poczty elektronicznej powinny mieć formę skanu podpisanego wniosku lub zawierać podpis elektroniczny.
----	--------------------	--	---	---	--	--	---

## PRAWO PODATKOWE

55	Drugi Urząd Skarbowy w Zielonej Górze	Obsługa i wsparcie podatnika i płatnika w prawidłowym wykonywaniu obowiązków podatkowych	ul. dr Pieniężnego 24 65-054 Zielona Góra	poniedziałek: 8.00-18.00 wtorek-piątek: 8.00-15.00	Bieżąca obsługa realizowana w siedzibie urzędu po umówieniu wizyty	68 456 02 00	<a href="http://www.lubuskie.kas.gov.pl/drugi-urzad-skarbowy-w-zielonej-gorze">http://www.lubuskie.kas.gov.pl/drugi-urzad-skarbowy-w-zielonej-gorze</a>  <a href="mailto:2us.zielonagora@mf.gov.pl">2us.zielonagora@mf.gov.pl</a>
----	---------------------------------------	--	--	---	--	--------------	---



56	Krajowa Informacja Skarbowa	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Teodora Sixta 17 43-300 Bielsko-Biała	od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-18.00	z porad może skorzystać każdy podatnik	801 055 055 (z tel. stacjonarnych) 22 330 03 30 (z tel. komórkowych) +48 22 330 03 30 (z zagranicy)	<a href="http://www.kis.gov.pl">www.kis.gov.pl</a> więcej: <a href="https://poradnikprzedsieborcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa">https://poradnikprzedsieborcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa</a>
<b>INNE</b>							
57	Centrum Wsparcia Rozwoju Społecznego	Zajęcia socjoterapeutyczne, psychoedukacyjne dla dzieci i młodzieży	Gminne Centrum Kultury ul. Browarna 7 66-120 Kargowa	Codziennie	Dla dzieci szkolnych	brak	brak
58	Rzecznik Praw Obywatelskich	Ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO Al. Solidarności 77 00-090 Warszawa	pn. 10.00-18.00 wt.-pt. 8.00-16.00	Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone	800 676 676 (połączenia bezpłatne)	<a href="https://www.rpo.gov.pl">https://www.rpo.gov.pl</a> <a href="mailto:biurorzecznika@brpo.gov.pl">biurorzecznika@brpo.gov.pl</a>

## II. NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA

Lp.	Nazwa punktu	Adres	Dni i godziny dyżurów	Lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich	Pomocy udziela	Kryteria dostępu do usługi	Zapisy na wizyty
1	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej	ul. Porzeczkowa 2 66-003 Droszków (budynek świetlicy wiejskiej)	poniedziałek: 10.00-14.00 wtorek: 13.30-17.30	tak	Radca prawny i adwokat	Pomoc przysługuje osobie uprawnionej, która nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej, w tym osobie fizycznej prowadzącej jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniającej innych osób w ciągu ostatniego roku. Więcej informacji dostępnych jest na stronie: <a href="https://bip.powiat-zielonogorski.pl">https://bip.powiat-zielonogorski.pl</a>	Telefonicznie pod nr telefonu <b>68 45 35 201</b> lub drogą elektroniczną e-mail: <a href="mailto:pomocprawna@powiat-zielonogorski.pl">pomocprawna@powiat-zielonogorski.pl</a> lub za pośrednictwem strony internetowej: <a href="https://zapisy-np.ms.gov.pl">https://zapisy-np.ms.gov.pl</a>
		ul. Zielonogórska 2 66-016 Czerwieńsk (Ośrodek Zdrowia)	środa: 8.00-12.00 czwartek: 13.00-17.00 piątek: 8.00-12.00	tak			
2	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej	ul. Jana Pawła II 52 66-100 Sulechów (Ośrodek Pomocy Społecznej)	poniedziałek-piątek: 8.00-12.00	tak	Adwokat (punkt prowadzony przez Fundację Inter Vivos z siedzibą w Warszawie)		
3	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej	ul. Rynek 33 66-120 Kargowa (Urząd Miejski w Kargowej)	poniedziałek: 12.30-16.30 wtorek: 8.00-12.00	tak	Radca prawny i adwokat		
		ul. Sulechowska 2 66-132 Trzebiechów (Trzebiechowski Ośrodek Kultury)	środa: 8.00-12.00 piątek: 12.00-16.00	tak			
		ul. Boczna 1A 66-130 Bojadła (Gminny Ośrodek Kultury)	czwartek: 12.00-16.00	tak			