

## 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  68 452 75 52	<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 każdy czwartek 15.00-20.00 pok. 130	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>
4	Ośrodek Pomocy Społecznej w Sulechowie:  Lokalny punkt pomocy osobom pokrzywdzonym przestępstwem	- prawne - psychologiczne - rodzinne - poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie - poradnictwo dla osób pokrzywdzonych przestępstwem	ul. Jana Pawła II 52 66-100 Sulechów	Każdy wtorek 13.00-17.00  Pok. 101	Mieszkańcy Gminy Sulechów	Sekretariat 68 478 22 44	<a href="mailto:ops.sulechow@vp.pl">ops.sulechow@vp.pl</a>
5	Centrum Psychologiczno-Terapeutyczne w Świdnicy	wsparcie psychologiczne indywidualne dla osób dorosłych, wsparcie grupowe dla rodziców dzieci niepełnosprawnych, wsparcie indywidualne dla osób z niepełnosprawnością	ul. Długa 85/3 (budynek GOPS-u) 66-008 Świdnica (wejście z boku budynku, I piętro)	- od poniedziałku do środy 8.00-15.00 - czwartek 8.00-13.00 - po wcześniejszej rejestracji możliwa jest również wizyta we wtorki od 15.00-18.00	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>

6	Centrum Psychologiczno-Terapeutyczne w Świdnicy	Wsparcie psychologiczne dla dzieci, młodzieży i rodziców z problemami rodzinnymi, szkolnymi oraz osobistymi, prowadzenie zajęć z elementami arteterapii	ul. Długa 85/3 (budynek GOPS-u) 66-008 Świdnica (wejście z boku budynku, I piętro)	czwartek 15.00-19.00 piątek 8.00-13.00	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>
---	---	---	--	---	---------------------------	--	--

### PSYCHOLOGICZNE

7	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  68 452 75 52	<a href="mailto:sekretariat@pcpr.powiat.zielonogorski.pl">sekretariat@pcpr.powiat.zielonogorski.pl</a>
8	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>
9	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
10	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
11	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>
12	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Zaborze	Poradnictwo psychologiczne i psychoterapia	ul. Lipowa 15 66-003 Zabór		Po uprzednim zgłoszeniu potrzeby pod nr telefonu	68 321 83 05	<a href="mailto:ops@gminazabor.pl">ops@gminazabor.pl</a>

### PEDAGOGICZNE

13	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>
----	--------------------------------------	--	--------------------------------	---	---	-------------	--

### PRAWNE

14	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
----	----------------------------	---	-----------------------------	--	---	--------------	------

15	Urząd Gminy Świdnica	Nieodpłatna pomoc prawna	ul. Długa 38 66-008 Świdnica	- w każdy wtorek od godziny 15.00 - w okresie pandemii w formie teleporady, po wcześniejszej konsultacji z Urzędem Gminy	Mieszkańcy Gminy Świdnica	68 327 31 18	brak
----	----------------------	--------------------------	---------------------------------	---	---------------------------	--------------	------

### POMOC SPOŁECZNA

16	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	2 x w miesiącu w godz. 16.00-19.00	Bezpłatnie, po wcześniejszym umówieniu	68 327 68 43 lub 694 708 176 571 310 858	<a href="mailto:mgopsnb@nowogrodbobrz.pl">mgopsnb@nowogrodbobrz.pl</a>
17	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>
18	Ośrodek Pomocy Społecznej w Zaborze	Pomoc społeczna	ul. Lipowa 15 66-003 Zabor	poniedziałek-piątek 7.30-15.00	Dostęp w godz. pracy ośrodka	68 321 83 05 68 321 83 06	<a href="mailto:ops@gminazabor.pl">ops@gminazabor.pl</a>

### ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

19	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
20	Centrum Psychologiczno-Terapeutyczne w Świdnicy	Wsparcie dla osób uzależnionych i współuzależnionych	ul. Długa 85/3 (budynek GOPS-u) 66-008 Świdnica (wejście z boku budynku, I piętro)	poniedziałek w godz. 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>
21	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
22	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
23	Punkt konsultacyjny w Trzebiechowie	Porady terapeuty uzależnień osobom uzależnionym i członkom ich rodzin	ul. Sulechowska 2 66-132 Trzebiechów	Drugi i czwarty wtorek miesiąca w godzinach 16.00-19.00 (w grudniu wyłącznie 13.12.2022r.)	Mieszkańcy Gminy Trzebiechów	Zgłoszenia osobiste	brak

24	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:marta@bojadla.pl">marta@bojadla.pl</a>
25	Punkt Konsultacyjno-Terapeutyczny w Czerwińsku	Pomoc osobom uzależnionym i członkom rodzin z problemem alkoholowym i narkotykowym	ul. Bolesława Chrobrego 2 66-016 Czerwieńsk (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 Czerwieńsk	brak	brak
26	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, IV wtorek miesiąca 15.00-20.00, I, II, III środa miesiąca 15.00-20.00, I i III czwartek miesiąca 16.00-19.00  Terapeuta uzależnień od narkotyków pok. 129: każdy piątek 15.00-20.00  Terapeuta dla osób współuzależnionych: I i III czwartek miesiąca 16.00-19.00 , pok. 130	Mieszkańcy Gminy Sulechów	Biuro Pełnomocnika ds. Uzależnień 68 410 94 95	<a href="mailto:pu@sulechow.pl">pu@sulechow.pl</a>
27	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>
28	Punkt konsultacyjny w Zaborze	Uzależnienia, przemoc, problemy opiekuńczo-wychowawcze	ul. Lipowa 15 66-003 Zabór	2 razy w miesiącu	Informacja o dyżurze każdorazowo zamieszczana na stronie internetowej gminy oraz w mediach społecznościowych	68 321 83 05	<a href="mailto:ops@gminazabor.pl">ops@gminazabor.pl</a>
29	Punkt konsultacyjny w Droszkowie	Uzależnienia, przemoc, problemy opiekuńczo-wychowawcze	Świetlica Wiejska Droszków ul. Porzeczkowa 2	2 razy w miesiącu	Informacja o dyżurze każdorazowo zamieszczana na stronie internetowej gminy oraz w mediach społecznościowych	68 321 83 05	<a href="mailto:ops@gminazabor.pl">ops@gminazabor.pl</a>

## PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ

30	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  68 452 75 52	<a href="mailto:sekretariat@pcpr.powiat-zielonogorski.pl">sekretariat@pcpr.powiat-zielonogorski.pl</a>
31	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
32	Ośrodek Pomocy Społecznej w Sulechowie:  Punkt konsultacyjny przy Biurze Pełnomocnika ds. Uzależnień  Lokalny punkt pomocy osobom pokrzywdzonym przestępstwem	- poradnictwo prawne z zakresu przemocy domowej, poradnictwo dla osób dotkniętych przestępstwem	ul. Jana Pawła II 52 66-100 Sulechów	Lokalny punkt dla osób dotkniętych przestępstwem każdy wtorek 13.00-17.00 Pok. 101	Mieszkańcy Gminy Sulechów	Sekretariat 68 478 22 44	<a href="mailto:ops.sulechow@vp.pl">ops.sulechow@vp.pl</a>
33	Zespół Interdyscyplinarny oraz jego grupy robocze	Przemoc w rodzinie	Ośrodek Pomocy Społecznej w Zaborze ul. Lipowa 15 66-003 Zabór	Przewodniczący oraz zastępca dostępni w godzinach pracy ośrodka pomocy społecznej	Bez ograniczeń	68 321 83 05	<a href="mailto:ops@gminazabor.pl">ops@gminazabor.pl</a>
34	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

35	Punkt konsultacyjny w Zaborze		ul. Lipowa 15 66-003 Zabór	2 razy w miesiącu	Informacja o dyżurze każdorazowo zamieszczana na stronie internetowej gminy oraz w mediach społecznościowych	68 321 83 05	<a href="mailto:ops@gminazabor.pl">ops@gminazabor.pl</a>
36	Punkt konsultacyjny w Droszkowie		Droszków ul. Porzeczkowa 2 66-003 Zabór	2 razy w miesiącu	Informacja o dyżurze każdorazowo zamieszczana na stronie internetowej gminy oraz w mediach społecznościowych	68 321 83 05	<a href="mailto:ops@gminazabor.pl">ops@gminazabor.pl</a>

37	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	od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00-14.00	W sytuacjach kryzysowych i stanach nadzwyczajnych	tel. 68 45 75 640 fax. 68 45 75 647 (całodobowo)  68 45 27 598 68 45 27 521 (pn.-pt. w godz. 7.00-14.00) 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>
38	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>
<b>DLA OSÓB BEZROBOTNYCH</b>							
39	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 fax. 68 452 06 66	<a href="http://www.pup.zgora.pl">www.pup.zgora.pl</a>  <a href="mailto:kancelaria@pup.zgora.pl">kancelaria@pup.zgora.pl</a>
40	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	poniedziałek- piątek 7.00-15.00	Wynikające z ustawy o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy	tel. 68 385 07 60 fax. 68 385 07 62	<a href="mailto:sulechow@pup.zgora.pl">sulechow@pup.zgora.pl</a>
41	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>
42	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>



**DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM**

43	Ośrodek Pomocy Społecznej w Sulechowie: Lokalny punkt pomocy osobom pokrzywdzonym przestępstwem	Poradnictwo dla osób dotkniętych przestępstwem	ul. Jana Pawła II 52 66-100 Sulechów	Lokalny punkt dla osób dotkniętych przestępstwem każdy wtorek 13.00-17.00 Pok. 101	Mieszkańcy Gminy Sulechów	Sekretariat 68 478 22 44	<a href="mailto:ops.sulechow@vp.pl">ops.sulechow@vp.pl</a>
44	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>

**PRAWO KONSUMENCKIE**

45	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 19	<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
46	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 konsumentencka 801 440 220 22 290 89 16	<a href="https://www.uokik.gov.pl">https://www.uokik.gov.pl</a> <a href="mailto:porady@dlakonsumentow.pl">porady@dlakonsumentow.pl</a>

**PRAWO PRACY**

47	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 fax. 68 451 39 11	<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>
48	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**

49	Narodowy Fundusz Zdrowia Oddział w Zielonej Górze	Prawa pacjenta	ul. Podgórna 9b 65-057 Zielona Góra	od poniedziałku do piątku w godz. 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>
----	---	----------------	--	---	--	--	--

50	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>
51	Narodowy Fundusz Zdrowia-Centrala	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>
52	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. (22) 461 60 00	<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

53	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
54	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

55	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>
56	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>



57	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>
----	---	---	--	--	--	--------------	---

### PRAWO PODATKOWE

58	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-urząd-skarbowy-w-zielonej-gorze">http://www.lubuskie.kas.gov.pl/drugi-urząd-skarbowy-w-zielonej-gorze</a>  <a href="mailto:2us.zielonagora@mf.gov.pl">2us.zielonagora@mf.gov.pl</a>
59	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://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa">https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa</a>

### DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

60	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. – pt. 12.00 -14.00  Ubezpieczenia pn. – 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 508 810 370  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.
----	--------------------	--	---	--	--	--	---

### INNE

61	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
62	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 I NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE

Lp.	Nazwa punktu	Adres	Dni i godziny dyżurów	Kryteria dostępu do usługi	Zapisy na wizyty	Pomocy udziela
<b>NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA</b>						
1	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej	ul. Porzeczkowa 2 66-003 Droszków (budynek świetlicy wiejskiej)	poniedziałek: 10.00-14.00 wtorek: 13.30-17.30	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	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://np.ms.gov.pl/lubuskie/zielonogorski">https://np.ms.gov.pl/lubuskie/zielonogorski</a>	Radca prawny i adwokat
		ul. Zielonogórska 2 66-016 Czerwieńsk (Ośrodek Zdrowia)	środa: 8.00-12.00 czwartek: 13.00-17.00 piątek: 8.00-12.00			
2	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej	ul. Jana Pawła II 52 66-100 Sulechów (Ośrodek Pomocy Społecznej)	poniedziałek-piątek: 8.00-12.00	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	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://np.ms.gov.pl/lubuskie/zielonogorski">https://np.ms.gov.pl/lubuskie/zielonogorski</a>	Adwokat i radca prawny  (punkt prowadzony przez Stowarzyszenie Wspierania Aktywności Obywatelskiej „CIVIS SUM” z siedzibą w Zielonej Górze przy al. Niepodległości 7a/2)
<b>NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE</b>						
3	Punkt nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego	ul. Rynek 33 66-120 Kargowa (Urząd Miejski w Kargowej)	poniedziałek: 12.00-16.00 wtorek: 8.00-12.00	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	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://np.ms.gov.pl/lubuskie/zielonogorski">https://np.ms.gov.pl/lubuskie/zielonogorski</a>	Doradca obywatelski  (punkt prowadzony przez Stowarzyszenie Wspierania Aktywności Obywatelskiej „CIVIS SUM” z siedzibą w Zielonej Górze przy al. Niepodległości 7a/2)
		ul. Sulechowska 2 66-132 Trzebiechów (Trzebiechowski Ośrodek Kultury)	środa: 8.00-12.00 piątek: 12.00-16.00			
		ul. Boczna 1A 66-130 Bojadła (Gminny Ośrodek Kultury)	czwartek: 14.00-18.00			