

## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

### CZĘŚĆ I:

Lp.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	www e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
RODZINNE							
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	poradnictwo rodzinne	ul. H. Sienkiewicza 28, Słubice	95 758 21 40 wg stawek operatora	pn. 9.00-14.00 po wcześniejszym uzgodnieniu bądź osobistym w siedzibie PCPR	www.centrumslubice.pl	każdy mieszkaniec powiatu słubickiego
PSYCHOLOGICZNE							
2.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	poradnictwo psychologiczne i pedagogiczne	ul. H. Sienkiewicza 28, Słubice	95 758 22 99 wg stawek operatora	pn.-pt. 7.30-15.00	www.pppslubice.pl	każdy mieszkaniec powiatu słubickiego oraz uczniowie z innych powiatów uczęszczający do szkół i placówek powiatu słubickiego

3.	Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)	kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze	Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66	800 70 2222 bezpłatna infolinia	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	<a href="http://www.liniawsparcia.pl">www.liniawsparcia.pl</a> <a href="mailto:porady@liniawsparcia.pl">porady@liniawsparcia.pl</a>	dla osób będących w kryzysie psychicznym
PEDAGOGICZNE							
4.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	poradnictwo psychologiczne i pedagogiczne	ul. H. Sienkiewicza 28, Słubice	95 758 22 99 wg stawek operatora	pn.-pt., 7.30-15.00	<a href="http://www.pppslubice.pl">www.pppslubice.pl</a>	każdy mieszkaniec powiatu słubickiego oraz uczniowie z innych powiatów uczęszczający do szkół i placówek powiatu słubickiego

POMOC SPOŁECZNA

5.	<p>Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cybinka</li> <li>2. Ośno Lubuskie</li> <li>3. Słubice</li> <li>4. Rzepin</li> <li>5. Górzycza</li> </ol>	<p>poradnictwo z zakresu pomocy społecznej</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ul. Słubicka 30, Cybinka</li> <li>2. Rybacka 3c, Ośno Lubuskie</li> <li>3. Pl. Wolności 17F, Słubice</li> <li>4. Plac Ratuszowy 1, Rzepin</li> <li>5. ul. Kostrzyńska 13A, Górzycza</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 68 391 11 16</li> <li>2. 95 757 13 42</li> <li>3. 95 758 23 94</li> <li>4. 95 759 65 90</li> <li>5. 95 759 11 41</li> </ol> <p>wg stawek operatora</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. pn.-wt., 7.30-16.00</li> <li>pt., 7.30-13.30</li> <li>2. pn.-pt., 7.30-15.30</li> <li>3. pn., 8.00-16.00</li> <li>wt.-</li> <li>pt. 7.00 - 15.00</li> <li>4. pn., 7.30-16.30,</li> <li>wt.-czw., 7.30-15.30,</li> <li>pt., 7.30-14.30</li> <li>5. pn., 8.00-16.00</li> <li>wt.-pt., 7.30-15.30</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <a href="http://www.ops.cybinka.pl">www.ops.cybinka.pl</a></li> <li>2. <a href="http://www.osnolub.naszops.pl">www.osnolub.naszops.pl</a></li> <li>3. <a href="mailto:ops@slubice.eu">ops@slubice.eu</a></li> <li>4. <a href="mailto:ops@rzepin.pl">ops@rzepin.pl</a></li> <li>5. <a href="mailto:opsgorzycza@o2.pl">opsgorzycza@o2.pl</a></li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. mieszkańcy gminy Cybinka</li> <li>2. mieszkańcy gminy Ośno Lubuskie</li> <li>3. mieszkańcy gminy Słubice</li> <li>4. mieszkańcy gminy Rzepin</li> <li>5. 4. mieszkańcy gminy Górzycza</li> </ol>
----	---	--	--	--	---	---	--

## ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

6.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w: 1. Górzycy 2. Rzepinie 3. Cybince	poradnictwo w zakresie problemów alkoholowych i innych uzależnień	1. ul. Kostrzyńska 13A, Górzycy (OPS) 2. ul. Inwalidów Wojennych 3, Rzepin 3. ul. Szkolna 5, Cybinka	1. 95 759 15 27 2. 516 148 604, 95 759 6590 3. 68 391 14 40  wg stawek operatora	1. czw., 15:30-17:30 2. pn., 7.30-16.30, wt.-czw. 7.30-15.30, pt. 7.30-14.30 ostatni wtorek miesiąca 16:00-18:00 3. pn.-czw., 7.30-16.00 pt., 7.30-13.30	-	z pomocy mogą korzystać osoby uzależnione i ich rodziny z poszczególnych gmin
7.	Punkt informacyjno-konsultacyjny	poradnictwo w zakresie problemów alkoholowych i innych uzależnień	ul. Inwalidów Wojennych 3, Rzepin		pn., 15.30-18.30 czw. 15.30-20.30		z pomocy mogą korzystać osoby uzależnione i ich rodziny z gminy Rzepin
8.	Punkt konsultacyjny ds. uzależnień.	poradnictwo w zakresie problemów alkoholowych i innych uzależnień	ul. Dąbrowskiego 32, Cybinka	tel. 506 004 279 wg stawek operatora	po wcześniejszym umówieniu pn., 16.00-19.00		z pomocy mogą korzystać osoby uzależnione i ich rodziny z gminy Cybinka

9.	Punkt informacyjno-konsultacyjny	udzielanie informacji o możliwościach uzyskania pomocy	ul. Rybacka 3, Ośno Lubuskie	95 7571347 wg stawek operatora	pn. 17.00-18.00		mieszkańcy gminy Ośno Lubuskie
10.	Punkt konsultacyjny ds. uzależnień	konsultacje specjalistyczne w zakresie uzależnień	ul. Rybacka 3, Ośno Lubuskie	95 757 1342 (OPS), wg stawek operatora	16.00-18.00 drugi i czwarty wtorek miesiąca		mieszkańcy gminy Ośno Lubuskie
11.	Gminna Komisja ds. Uzależnień w Ośnie Lubuskim	poradnictwo w zakresie problemów dot. uzależnień	Rynek 1, Ośno Lubuskie	95 757 6029 95 757 1342 (OPS) wg stawek operatora	pn.-pt., 7.30-15.30	oposno@wp.pl	mieszkańcy gminy Ośno Lubuskie

**PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ**

12.	Punkt informacyjno-konsultacyjny	rozpoznawanie zjawiska przemocy domowej, udzielanie stosowanego	ul. Inwalidów Wojennych 3, Rzepin	-	pn., 15.30-18.30 czw., 15.30-20.30	-	mieszkańcy gminy Rzepin doświadczający przemocy
13.	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”	- wsparcie - pomoc psychologiczna, - informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej	Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa	800 120 002 Bezpłatna infolinia	pn.-sob., 08.00-22.00 ndz. i święta, 08.00-16.00	www.niebieskalinia.info biuro@niebieskalinia	dla osób doświadczających przemocy domowej
14.	Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie przy OPS w Rzepinie	sprawy z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie	Plac Ratuszowy 1, Rzepin	95 759 65 90 wg stawek operatora	pn., 7.30-16.30, wt.-czw., 7.30-15.30, pt., 7.30-14.30	ops@rzepin.pl	mieszkańcy gminy Rzepin

15.	Zespół Interdyscyplinary ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie przy OPS w Ośnie Lubuskim	sprawy z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie	ul. Rybacka 3c, Ośno Lubuskie	95 757 13 42 wg stawek operatora	pn.-pt., 7.30-15.30	opsosno@wp.pl	mieszkańcy gminy Ośno Lubuskie
16.	Zespół Interdyscyplinary ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie przy OPS w Górzycy	sprawy z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie	ul. Kostrzyńska 13A, Górzycy	95 759 15 27 wg stawek operatora	pn., 8,00-16,00 wt.-pt. 7.30-15.30	opsgorzycy@o2.pl	mieszkańcy gminy Górzycy
17.	Zespół Interdyscyplinary ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie przy OPS w Słubicach	sprawy z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie	Pl. Wolności 17 F, Słubice	95 758 23 94 wg stawek operatora	pn. 8.00-16.00 wt.-pt., 7:00-15:00	ops@slubice.pl	mieszkańcy gminy Słubice
18.	Zespół Interdyscyplinary ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie przy OPS w Cybince	sprawy z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie	ul. Słubicka 30, Cybinka	68 391 11 16 wg stawek operatora	pn.-wt., 7.30-16.00 pt., 7.30-13.30	ops@cybinka.pl	mieszkańcy gminy Cybinka

INTERWENCJA KRYZYSOWA

19.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	interwencja kryzysowa	ul. H. Sienkiewicza 28, Słubice	505 251 043 wg stawek operatora	pn.-pt., 8.00-15.00	m.kozak@powiatslubice.ki.pl	mieszkańcy powiatu
20.	Centralne Zarządzanie Kryzysowe	monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa ul. Rakowiecka 2A 00-993 Warszawa	22 361 69 00 22 785 700 177 wg stawek operatora	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/ dyzurny@rcb.gov.pl poczta@rcb.gov.pl	świadek zagrożenia kryzysowego, osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego

DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

21.	Powiatowy Urząd Pracy	poradnictwo zawodowe	ul. Mickiewicza 3, Słubice	95 758 36 08 95 758 36 09 wg stawek operatora	pn.-pt., 7.00-15.00	www.pupslubice.pl j.dulewicz@pupslubice.pl sekretariat@pupslubice.pl	osoby bezrobotne i poszukujące pracy z terenu powiatu słubickiego
22.	Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia	pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy	Urząd Pracy ul. Ciepła 20, 15-472 Białystok	22 19524 wg stawek operatora	pn.-pt., 08.00-18.00	www.zielonalinia.gov.pl biuro@zielonalinia.gov.pl	mogą korzystać: - zarejestrowani - poszukujący pracy - pracodawcy



DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM							
23.	Stowarzyszenie Pomocy Bliźniemu im. Brata Krystyna	wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	ul. Wojska Polskiego 140, Słubice	507 025 983 wg stawek operatora	dyżur całodobowy 7 dni w tygodniu	biuro@bratkrystyn.pl	osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie
PRAWO KONSUMENCKIE							
24.	Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów	poradnictwo z zakresu praw konsumentów	ul. Piłsudskiego 19, Słubice	95 759 20 68 wg stawek operatora	pn. 8.00-16.00 wt.- pt., 7.30-15.30	e.pilimon@powiatslubi cki.pl	dla mieszkańców oraz osób przebywających na terenie powiatu słubickiego
25.	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	ochrona praw konsumenckich	UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	Infolinia konsumencka (prowadzona przez Federację Konsumentów) 801 440 220 22 290 89 16 wg stawek operatora	pn.- pt., 08.00-18.00	<a href="https://www.uokik.gov.pl/">https://www.uokik.gov.pl/</a> porady@dlakonsumentow.pl	osoby zainteresowane uzyskaniem pomocy lub informacji w sprawach dotyczących konsumenta

## PRAWA PACJENTA

26.	Rzecznik Praw Pacjenta	ochrona praw pacjenta	Biuro RPP ul. Młynarska 46. 01-171 Warszawa	800 190 590 Bezpłatna infolinia Zapisy na poradę osobistą: rezerwacja@rpp.gov.pl lub (22) 532	pn.-pt., 08.00-20.00	www.bpp.gov.pl kancelaria@rpp.gov.pl	z porad może korzystać każdy, kto ma poczucie łamania praw pacjenta
27.	Narodowy Fundusz Zdrowia, Lubuski Oddział Wojewódzki w Zielonej Górze	prawa pacjenta	ul. Podgórna 9b, Zielona Góra	Tel. 68 328 76 00, Fax. 68 328 76 57	pn., śr., czw., pt. 8.00-16.00, wt., 8.00-18.00	www.nfz-zielonagora.pl oddzial@nfz-zielonagora.pl	informacja dostępna na stronie www
28.	Narodowy Fundusz Zdrowia - Centrala	uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta -leczenie w kraju i poza	Narodowy Fundusz Zdrowia ul. Grójecka 186 02-390 Warszawa	Infolinia Centralna 800 392 976 (*) 22 572 60 42 (**) (*) połączenia bezpłatne (**) koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt., 8.00-16.00	www.nfz.gov.pl infolinia@nfz.gov.pl	każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
29.	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	ochrona praw osób niepełnosprawnych	SIEDZIBA ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa, KORESPONDENCJA Nowogrodzka 1/3/5, 00-513 Warszawa	(22) 461 60 00 801 801 015 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt., 8.00-17.00	www.niepelnosprawni.gov.pl sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych

30.	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania	ochrona praw dziecka	Biuro RPD ul. Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa tel.: (22) 583 66 00 fax.: (22) 583 66 96	800 121 212 Bezpłatna infolinia	pn.-pt. 08.15-20.00. (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią)	brpd.gov.pl rpd@brpd.gov.pl	sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem
<b>PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH</b>							
31.	Punkt Informacyjny Zakładu Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Słubicach	ubezpieczenia społeczne	ul. Kościuszki 2 69-100 Słubice	22 560 16 00 95 759 27 11 95 759 27 28 wg stawek operatora	pn., 8.00-18.00 Wt. – pt. 8:00-15:00	www.zus.pl	każdy zainteresowany
32.	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytura	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w Centrum Obsługi Telefonicznej lub podczas wizyty osobistej w placówce jak wyżej. Nr centrali : (22) 667 10 00	22 560 16 00 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt., 07.00 – 18.00	<a href="http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-">http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-</a>  cot@zus.pl	adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze

PRAWO PRACY

33.	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	porady z zakresu prawa pracy	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa	801 002 006 (dla tel. stacjonarny.) 459 599 000 (dla tel. kom.) 22 391 83 60 (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. Uwaga!!! naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie	Porady telefoniczne w godz. 9.00-15.00	www.bip.pip.gov.pl, kancelaria@gip.pip.gov.pl	każdy zainteresowany
34.	Okręgowy Inspektorat Pracy w Zielonej Górze, Oddział w Gorzowie Wlkp.	porady z zakresu prawa pracy	ul. Mościckiego 6, Gorzów Wlkp.	j.w.	Porady telefoniczne w godz. 9.00-15.00  osobiste porady: pon.-pt. 8.00-15.00	kancelaria@zgora.pip.gov.pl	każdy zainteresowany

PRAWO PODATKOWE

35.	Urząd Skarbowy w Słubicach	prawo podatkowe, dla osób w sporze z podmiotami rynku finansowego	ul. Wojska Polskiego 55, Słubice	95 750-15-11	pn., 7:30-18:00 wt.-pt. 7:30-14:30	<a href="http://www.lubuskie.kas.gov.pl/urząd-skarbowy-w-slubicach">www.lubuskie.kas.gov.pl/urząd-skarbowy-w-slubicach</a>	każdy zainteresowany podatnik
36.	Krajowa Informacja Skarbowa	informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Teodora Sixta 17, 43-300 Bielsko-Biała	801 055 055 ( z tel. stacjonarnych. ( (22) 330 03 30 Z z tel. komórkowych. + 48 (22)33 00 330 ( z tel. zagranicznych. Koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt., 7.00-18.00	<a href="http://www.kis.gov.pl">www.kis.gov.pl</a> więcej: <a href="http://www.poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa">www.poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa</a>	z porad może skorzystać każdy podatnik

DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

37.	Rzecznik Finansowy (Ubezpieczonych)	prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87 02-001 Warszawa	Ubezpieczenia gospodarcze (22) 333 73 28  Ubezpieczenia Społeczne, OFE ZUS (22) 333 73 26 lub (22) 333 73 27  Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego (22) 333 73 25 koszt wg stawek operatora	pn.-pt., 08.00-18.00  pn.-pt., 11.00-15.00  pn.-pt., 08.00-16.00	Porady e-mail: porady@rf.gov.pl (czas oczekiwania na odpowiedź ok.2 tygodni)  www.rf.gov.pl/kontakt biuro@rf.gov.pl	osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń
INNE							
WWW.OBYWATEL.GOV.PL					Informacje i usługi przyjazne obywatelom, portal Ministerstwa Cyfryzacji		
38.	Rzecznik Praw Obywatelskich	ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO Al. Solidarności 77 00-090 Warszawa	800 676 676 połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych	pn. 10.00-18.00 wt.-pt. 08.00-16.00	www.rpo.gov.pl biurorzecznika@brpo.gov.pl	może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone

## CZĘŚĆ II: NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE:

ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu: + 48 95 759 20 29 (pn., 8.00-16.00, wt.-pt., 7.30 -15.30) oraz poprzez stronę internetową pod adresem: [np.ms.gov.pl/lubuskie/slubicki](http://np.ms.gov.pl/lubuskie/slubicki)

Osoby, które ze względu na niepełnosprawność ruchową nie są w stanie przybyć do punktu lub osoby doświadczające trudności w komunikowaniu się mogą otrzymać poradę przez telefon lub przez Internet. Bliższe informacje pod numerem podanym do zapisów. Z porad może skorzystać każda osoba, której nie stać na odpłatną pomoc prawną i która złoży stosowne oświadczenie.

	PROWADZĄCY	ADRESY DYŻURÓW	DNI i GODZINY	lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich	DANE KONTAKTOWE	WWW
39.	Adwokaci, radcowie prawni	<p>pomoc prawna i mediacja</p> <p>ul. Piłsudskiego 19, Słubice</p> <p>pomoc prawna i mediacja Rynek 1, Ośno Lubuskie</p> <p>pomoc prawna i mediacja, ul. 1 Maja 1, Górzycza</p>	<p>pn., 12.00-16.00</p> <p>wt., 8.00-12.00</p> <p>śr., 8.00-12.00</p> <p>czw., 11.30-15.30</p> <p>pt., 8.00-12.00</p> <p>czw., 11.30 – 15.30</p>	Tak	<p>INFORMACJE i ZAPISY:</p> <p>pon. w godz. 8.00 -16.00</p> <p>wt.-pt. w godz. 7.30-15.30</p> <p>pod nr tel. 95 759 20 29</p> <p>oraz poprzez stronę internetową pod adresem:</p> <p><a href="http://np.ms.gov.pl/lubuskie/slubicki">np.ms.gov.pl/lubuskie/slubicki</a></p>	<p><b>zakładka: nieodpłatna pomoc prawna</b></p> <p><b><a href="http://www.powiatslubicki.pl">www.powiatslubicki.pl</a></b></p>

40.	Stowarzyszenie Wspierania Aktywności Obywatelskiej CIVIS SUM	pomoc prawna, poradnictwo obywatelskie i mediacja ul. Słubicka 3, Rzepin	pn., 8.00-12.00	Tak		
			wt., 15.00-19.00			
			śr., 15.00-19.00			
			W okresie wakacji (01.07–31.08): pn., 8.00-12.00 wt., 12.00-16.00 śr., 8.00-12.00			
		Poradnictwo obywatelskie: 4 stycznia, 15 lutego, 15 marca, 12 kwietnia, 10 maja, 7 czerwca, 5 lipca, 2 i 30 sierpnia, 13 września, 11 października, 8 listopada, 20 grudnia.				
		Pomoc prawna i mediacja ul. Dąbrowskiego 32, Cybinka	czw., 14.00-18.00			
	pt., 10.00-14.00					