

CZĘŚĆ I: lista wg art. 8a ust 1 pkt 1:

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU	
RODZINNE							
1	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krośnie Odrzańskim	ul. Piastów 10B 66 – 600 Krosno Odrzańskie	664 126 531		sekretariat@pcpr.powiatkrosnienski.pl		
		PORADNICTWO SPECJALISTYCZNE					
		Psychoterapeutyczne	ul. Piastów 10B 66- – 600 Krosno Odrzańskie	664 126 531	Środy 15:30 – 18:00		
			ul. Pułaskiego 1 66 – 620 Gubin		Piątki 17:00 – 19:00		
		Prawne	ul. Piastów 10B 66 – 600 Krosno Odrzańskie	509 567 757	Wtorki 15:00 – 17:00		
			ul. Pułaskiego 1 66 – 620 Gubin		Środy 16:00 – 17:30		
Pedagogiczne	ul. Pułaskiego 1 66 – 620 Gubin	664 126 531	Pon. – Pt. 15:00 – 17:00				
PSYCHOLOGICZNE							
2	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Krośnie Odrzańskim Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Gubinie	ul. Piastów 10B 66 – 600 Krosno Odrzańskie	68 383 02 60	Pon. – Pt. 7:30-15:30	sekretariat@ppp.powiatkrosnienski.pl		
		ul. Pułaskiego 1 66 – 620 Gubin	68 455 82 52 797 307 698	Pon. – Pt. 8:00-16:30	ppp_gubin@interia.pl sekretariat@pppg.powiatkrosnienski.pl		

3	Pomoc psychologiczna dla uczniów i ich rodziców oraz pracowników szkoły – Szkoła podstawowa w Maszewie		Maszewo 114 66 – 614 Maszewo	68 383 13 10	Raz w miesiącu		
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 66	800 702 222 bezpłatna infolinia	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	www.linia wsparcia.pl porady@linia wsparcia.pl	Dla osób będących w kryzysie psychicznym
PEDAGOGICZNE							
5	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Krośnie Odrzańskim		ul. Piastów 10B 66 – 600 Krosno Odrzańskie	68 383 02 60	Pon. – Pt. 7:30-15:30	sekretariat@ppp.powiatkrosnienski.pl	
	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Gubinie		ul. Pułaskiego 1 66 – 620 Gubin	68 455 82 52 797 307 698	Pon. – Pt. 7:30-15:30	ppp_gubin@interia.pl	
POMOC SPOŁECZNA							
6	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krośnie Odrzańskim		ul. Piastów 10B 66 – 600 Krosno Odrzańskie	68 383 02 02	Pon. – Pt. 7:00 – 15:00	sekretariat@pcpr.powiatkrosnienski.pl	
7	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Dąbiu		ul. Szeroka 6c 66 – 615 Dąbie	68 383 12 98	Pon. 7:30 – 16:30 Wt. – Czw. 7:30 – 15:30 Pt. 7:30 – 14:30	ops@dabie.pl	
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej		Bytnica 130		Pon. – Pt.		

	w Bytnicy		66 – 630 Bytnica	68 391 59 79 508 – 392 – 086 508 – 392 – 151	7:30 – 15:30	kontakt@opsbytnica.pl	
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Gubinie		ul. Gdańska 17 66 – 620 Gubin	68 455 81 50	Pon. – Pt. 7:00 – 15:00	mops@gubin.pl	
	Ośrodek Pomocy Społecznej w Maszewie		Maszewo 71 66 – 614 Maszewo	68 383 13 21 wew. 33	Pon. – Pt. 7:30 – 15:30		
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Gubinie		ul. Obrońców Pokoju 20 66 – 620 Gubin	68 478 43 20 68 478 43 21 68 478 43 22			
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Bobrowicach		Bobrowice 131 66 – 627 Bobrowice	68 391 92 29 68 391 32 25	Pon. 8:00 – 16:00 Wt. – Pt. 7:00 - 15:00	ops@bobrowice.pl	
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Krośnie Odrzańskim		ul. Piastów 10H 66 – 600 Krosno Odrzańskie	68 383 33 60	Pon. 7:30 – 16:30 Wt.–Czw. 7:30 –15:30 Pt. 7:30 – 14:30	ops@krosnoodrzanskie.pl	
ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ							
8	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Dąbiu		ul. Szeroka 4 66 – 615 Dąbie	68 888 60 01	Komisja ma dyżur dwa razy w miesiącu, 15:00 – 17:00		
	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych		Maszewo 71 66 – 614 Maszewo	68 383 13 21 wew. 28			

	<p>w Maszewie</p> <p>Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Bytnicy</p>		<p>Bytnica 52 66 – 630 Bytnica</p>	<p>68 391 57 96</p>			
	<p>Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Krośnie Odrzańskim</p>		<p>ul. Parkowa 1 66 – 600 Krosno Odrzańskie</p>	<p>68 410 97 11</p>	<p>Pon. – Pt. 7:30 – 14:30 Konieczny jest wcześniejszy kontakt telefoniczny w celu umówienia spotkania</p>		
	<p>Pełnomocnik ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych</p>		<p>ul. Parkowa 1 66 – 600 Krosno Odrzańskie</p>	<p>68 410 97 11</p>	<p>Komisja ma dyżur raz w tygodniu w godz. 14:00 – 16:00</p>		
	<p>Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych działająca przy Urzędzie Miejskim w Gubinie</p>		<p>ul. Piastowska 24 66 – 620 Gubin</p>	<p>68 455 81 13</p>	<p>Pon. – Pt. 7:00 – 15:00</p>		
	<p>Pełnomocnik ds. uzależnień działający przy Urzędzie Miejskim w Gubinie</p>		<p>ul. Piastowska 24 66 – 620 Gubin</p>	<p>68 455 81 13</p>	<p>Koordinator ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Pon., Śr., Czw., Pt. 11:15 – 15:15</p>		
	<p>Punkt Konsultacji ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych</p>		<p>ul. Obrońców Pokoju 20 I piętro 66 – 620 Gubin</p>	<p>68 359 16 40 wew. 104</p>			

	Ośrodek Terapii Grunwald		ul. Śląska 35B 66 – 620 Gubin	68 451 00 00	Wt. 13:30 – 17:30 Pon. 12:00 – 18:00 Wt. 08:00 – 12:00, 15:30 – 18:00 Śr. 08:00 – 18:00 Czw. 08:00 – 18:00 Pt. 08:00 – 18:00		
PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ							
9	Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie w Gminie Dąbie		ul. Szeroka 6c 66-615 Dąbie	68 888 60 25 534 483 548	Pon. 7:30 – 16:30 Wt., Śr., Czw. 7:30 – 15:30 Pt. 7:30 – 14:30		
	Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie działający przy MOPS w Gubinie		ul. Gdańska 17 66-620 Gubin	68 455 81 53	Pon. – Pt. 7:00 – 15:00		
	Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie działający w Maszewie		Maszewo 71 66-614 Maszewo	68 383 13 21			
10	Ogólnopolskie	- wsparcie	Państwowa Agencja	800 120 002	Pn. – Sob.	www.niebieskalinia.info	Dla osób

	Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”	- pomoc psychologiczna, - informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej	Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa	Bezpłatna infolinia	08.00 – 22.00 Niedz. i święta 08.00 – 16.00	biuro@niebieskalinia.pl	doświadczających przemocy domowej
INTERWENCJA KRYZYSOWA							
11	Ośrodek Interwencji Kryzysowej „WYSPA”		ul. Pułaskiego 1 66 – 620 Gubin	Całodobowy dyżur 664 126 531	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu		
12	Centralne Zarządzanie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Rakowiecka 2A 00 – 993 Warszawa	Całodobowy dyżur: (+48 47) 72 16 900 (-03) <u>(+48) 785 700 177</u> e-mail: dyzurny@rcb.gov.pl	24 godziny na dobę 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							
13	Powiatowy Urząd Pracy w Krośnie Odrzańskim		ul. Piastów 10B 66 – 600 Krosno Odrzańskie	68 383 03 13	Pon. – Pt. 7:00-15:00		
14	Wojewódzki Urząd Pracy w Zielonej Górze		ul. Wyspiańskiego 15, 65 – 036 Zielona Góra	68 456 56 10	Pon. – Pt. 7:30 – 15:30		
15	Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia	Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy.	Urząd Pracy. Trawiasta 20B 15 – 161 Białystok.	19 524 (z Polski) +48 22 19524 (z zagranicy)	Pon. – Pt. 08.00-18.00	www.zielonalinia.gov.pl biuro@zielonalinia.gov.pl	Mogą korzystać: - zarejestrowani -poszukujący pracy - pracodawcy
DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM							
16	Lokalny punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przystępem w Krośnie Odrzańskim	Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	ul. Piastów 10H 66 – 600 Krosno Odrzańskie	667 351 095 (całodobowy)	Piątek 10:00 – 14:00		Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie

PRAWO KONSUMENCKIE

17	Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	ul. Piastów 10B 66 – 600 Krosno Odrzańskie	68 383 02 35	Pon. 10:00 – 16:00 Wt. – Pt. 8:30 – 14:30		
18	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 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	Pon. – Pt. 08.00- – 18.00	https://www.uokik.gov.pl/ porady@dlakonsumentow.pl	Prawo konsumenckie

PRAWA PACJENTA

19	Narodowy Fundusz Zdrowia - Oddział w Zielonej Górze		ul. Podgórna 9B, 65 – 057 Zielona Góra	tel. 68 328 77 00, fax 68 328 76 57	Pon. 08:00 – 18:00 Wt. – Pt. 08:00 – 16:00	oddzial@nfz-zielonagora.pl	
20	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 82 43	Pon. – Pt. 08.00-20.00	https://www.bpp.gov.pl kancelaria@rpp.gov.pl	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
21	Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta -leczenie w kraju i poza granicami -kolejki do świadczeń	Narodowy Fundusz Zdrowia Grójecka 186 02-390 Warszawa	Infolinia Centralna 800 392 976 (*) 22 572 60 42 (**) (*) połączenia bezpłatne (**) koszt zgodnie z taryfą operatora Także każdy oddział NFZ posiada własną	Pon. – Pt. 08.00-16.00	http://www.nfz.gov.pl infolinia@nfz.gov.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym

				infolinię			
22	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	<p>SIEDZIBA ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa Telefon (22) 461 60 00 KORRESPONDENCJA Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa</p>	<p>801 801 015 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora</p>	Pon. – Pt. 08.00-17.00	<p>http://www.niepelnosprawni.gov.pl sekretariat.bon@mrpips.gov.pl</p>	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych
23	3.Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania .	Ochrona praw dziecka	<p>Biuro RPD Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa tel.: (22) 583 66 00 . fax.: (22) 583 66 96. pn.-pt. godz.08.15-16.15.</p>	<p>800 121 212 Bezpłatna infolinia</p>	Pon. – Pt. 08.15-20.00. (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią)	<p>https://brpd.gov.pl rpd@brpd.gov.pl</p>	Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.
PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH							
24	ZUS w Krośnie Odrzańskim		ul. Słubicka 1, 66-600 Krosno Odrzańskie	22 560 16 00			
25	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	<p>Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w <u>Centrum Obsługi Telefonicznej</u> lub podczas wizyty osobistej w placówce jak wyżej. Nr centrali : (22) 667 10 00.</p>	<p>(22) 560 16 00 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.</p>	Pon. – Pt. 07.00 – 18.00	<p>http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot- cot@zus.pl</p>	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze
PRAWO PRACY							

26	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	Porady z zakresu prawa pracy.	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa. tel. 22 391 82 15 fax. 22 391 82 14	801 002 006 (dla tel. stacj.) 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 .		www.bip.pip.gov.pl , kancelaria@gip.pip.gov.pl	
PRAWO PODATKOWE							
27	Urząd Skarbowy w Krośnie Odrzańskim		ul. Słubicka 3 66-600 Krosno Odrzańskie	68 383 53 17	Pon. 8:00 – 18:00 Wt. – Pt. 8:00 – 15:00
28	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	Pon. – Pt. 07.00-18.00	www.kis.gov.pl więcej: https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa	Z porad może skorzystać każdy podatnik
DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO							
29	Rzecznik Finansowy. (Ubezpieczonych)	Prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87 02-001 Warszawa.	<u>Ubezpieczenia gospodarcze</u> (22) 333 73 28 <u>Ubezpieczenia Społeczne, OFE ZUS</u> (22) 333 73 26 lub (22) 333 73 27	Pon. – Pt. 08.00 – 18.00 Pon. – Pt. 11.00 – 15.00	Porady e-mail: porady@rf.gov.pl (czas oczekiwania na odpowiedz e-mailową ok.2 tygodni) https://rf.gov.pl/kontakt	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń

				<u>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego</u> (22) 333 73 25	Pon. – Pt. 08.00 – 16.00	biuro@rf.gov.pl	
INNE							
30	WWW. OBYWATEL.GOV.PL			Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji			
31	Rzecznik Praw Obywatelskich	Ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO Al. Solidarności 77. 00-090 Warszawa	800 676 676 Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych	Pon. 10.00 – 18.00 Wt. – Pt. 08.00 – 16.00	https://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 (wg art. 8a ust 1 pkt 2):

ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu: 507 025 963, [opcjonalnie: e-mailem: w.niezbecki@powiatkrosnienski.pl]

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.

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA							
	PROWADZĄCY	ADRESY DYŻURÓW	DNI i GODZINY	SPECJALIZACJA (o ile określono)	lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich	DANE KONTAKTOWE	WWW
1	Punkt prowadzony przez Adwokatów i Radców Prawnych	ul. Piastów 10B 66 – 600 Krosno Odrzańskie Starostwo Powiatowe	Pon., Wt. i Pt. 11:00 – 15:00 Śr. i Czw. 12:45 – 16:45		Tak		
2	Adwokaci wskazani przez Okręgową Radę Adwokacką w Zielonej Górze	ul. Obrońców Pokoju 20 66 – 620 Gubin Filia Powiatowego Urzędu Pracy	Czw. 08:00 – 12:00 Pt. 11:00 – 15:00		Tak		
NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE							

3	Osoba wskazana przez Okręgową Radę Adwokacką w Zielonej Górze posiadająca uprawnienia doradcy obywatelskiego	Piastów 10B 66 – 600 Krosno Odrz. Starostwo Powiatowe	Czw. 12:45 – 16:45		Tak		
---	--	---	-----------------------	--	-----	--	--