




Starosta Żywiecki informuje, że dokonano aktualizacji listy jednostek nieodpłatnego poradnictwa opublikowanej w związku z realizacją zadań z zakresu nieodpłatnej pomocy prawnej i nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego


### LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

|                       | Nazwa Jednostki   | Zakres Poradnictwa   | Adres  | Telefon odpłatność połączeń | Dostępność dni i godziny   | Strona www oraz adres e-mail  | Kryteria dostępu               |
|-----------------------|---|--|--|-----------------------------|--|---|--------------------------------|
| <b>RODZINNE</b>       |   |  |  |                             |  |   |                                |
| 1.                    | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie   | Pomoc Społeczna, przeciwdziałania przemocy w rodzinie, Interwencja kryzysowa         | Ks. Prałata Stanisława Słonki 24, 34-300 Żywiec<br> | 33 861 93 36                | Poniedziałek 07:00-15:00<br>Wtorek. 07:00-15:00<br>Środa. 07:00-15:00<br>Czwartek 07:00-15:00<br>Piątek. 07:00-15:00 | <a href="http://www.pcpr-zywiec.pl">http://www.pcpr-zywiec.pl</a><br><a href="mailto:pcpr_zywiec@op.pl">pcpr_zywiec@op.pl</a> | Mieszkańcy Powiatu Żywieckiego |
| 2.                    | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Żywcu dział profilaktyki i opieki nad rodziną | Pomoc społeczna, psychologiczna, socjologiczna,                                      | Ul. Zamkowa 10, 34-300 Żywiec  | 33 475 70 00                | Poniedziałek 07:30-15:30<br>Wtorek 08:00-16:00<br>Środa 07:30-15:30<br>Czwartek 07:30-15:30<br>Piątek 07:30-15:30    | <a href="mailto:do@mops-zywiec.pl">do@mops-zywiec.pl</a>  | Mieszkańcy Powiatu Żywieckiego |
| 3.                    | Parafialna Poradnia Rodzinna Świętego Floriana Zabłocie                           | Poradnia dla nowożeńców  | Ul. Browarna 3<br>34-300 Żywiec  | 33 861 21 76                | Środa 18:45 – 19:45  | <a href="http://www.zablocie.katolik.bielsko.pl">http://www.zablocie.katolik.bielsko.pl</a>                                   | Ogólnodostępne                 |
| 4.                    | Sanktuarium Matki Bożej Rychwałdzkiej   | Poradnia dla rodzin i małżeństw przeżywających trudności i doświadczających kryzysów | Ul. Franciszkańska 10<br>34- 355 Rychwałd  | 33 862 21 49                | Psycholog:<br>Poniedziałek od godziny 17:00<br>Środa od godziny 17:00<br>Mediator<br>Środa od godziny 17:00          | <a href="http://www.fundacja.rfc.pl">www.fundacja.rfc.pl</a>  | Ogólnodostępne                 |
| <b>PSYCHOLOGICZNE</b> |   |  |  |                             |  |   |                                |





|    |  |   |   |                                   |   |  |   |
|----|--|---|---|-----------------------------------|---|--|---|
| 1. | Poradnia Psychologiczna<br>Urząd Miasta Żywiec   | Poradnictwo<br>psychologiczne                         | tylko telefonicznie                     | 505 502 162                       | Wtorek 18:00-20:00  | brak   | Dla osób będących w<br>kryzysie psychicznym   |
| 2. | Poradnia Zdrowia<br>Psychicznego z Punktem<br>Zgłoszeniowo-<br>Koordynacyjnym w<br>Żywcu   | wsparcie<br>psychoterapeutyczne i<br>psychologiczne   | 34-300 Żywiec<br>Ul. Garbarska 3        | 33 432 28 46                      | Poniedziałek 8:00-18:00<br>Wtorek 8:00-18:00<br>Środa 8:00-18:00<br>Czwartek 8:00-18:00<br>Piątek 8:00-18:00      | brak   | Dla osób będących w<br>kryzysie psychicznym   |
| 3. | Poradnia Psychologiczno-<br>Pedagogiczna w Żywcu   | Poradnictwo<br>psychologiczne,<br>pedagogiczne        | Grunwaldzka 10<br>34-300 Żywiec         | 33 861 33 09,<br><br>33 861 33 14 | Poniedziałek 08:00-18:00<br>Wtorek 08:00-18:00<br>Środa 08:00-18:00<br>Czwartek 08:00-18:00<br>Piątek 08:00-16:00 | <a href="mailto:pppywiec@interia.pl">pppywiec@interia.pl</a>   | Dla osób<br>niepełnoletnich,<br>uczęszczających do<br>szkoły z problemami<br>psychologiczno-<br>pedagogicznymi  |
| 4. | Infolinia -Fundacja ITAKA  | Poradnictwo<br>psychologiczne,<br>pedagogiczne        | skr. pocztowa 127<br>00-958 Warszawa 66 | 800 080 222                       | całodobowo  | <a href="http://www.liniadzieciom.pl">www.liniadzieciom.pl</a> | Całodobowa bezpłatna<br>infolinia dla dzieci,<br>młodzieży, rodziców i<br>nauczycieli                           |
| 5. | Telefon Zaufania dla<br>dzieci i młodzieży   | Poradnictwo<br>psychologiczne,<br>pedagogiczne        | Tylko telefonicznie                     | 116 111                           | Czynny 7 dni w tygodniu, 24<br>godziny na dobę  | brak   | Anonimowy telefon<br>zaufania dla dzieci i<br>młodzieży   |
| 6. | Młodzieżowy telefon<br>zaufania  | Poradnictwo<br>psychologiczne,<br>pedagogiczne        | Tylko telefonicznie                     | 19288                             | Od poniedziałku do piątku w<br>godzinach 15:00 – 19:00  | brak   | Dla młodzieży   |
| 7. | Infolinia Stowarzyszenia<br>OPTA   | Poradnictwo<br>psychologiczne,<br>pedagogiczne        | Tylko telefonicznie                     | 22 27 61 72                       | Poniedziałek 15:00-18:00<br>Wtorek 15:00-18:00<br>Środa 15:00-18:00<br>Czwartek 15:00-18:00<br>Piątek 15:00-18:00 | <a href="http://www.opta.org.pl">http://www.opta.org.pl</a>    | Telefon dla dzieci i<br>nastolatków<br>zaniedbanych,<br>seksualnie<br>wykorzystywanych,<br>których rodzice piją |
| 8. | Miejski Ośrodek Pomocy<br>Społecznej w Żywcu dział<br>profilaktyki i opieki nad<br>rodziną | Pomoc społeczna,<br>psychologiczna,<br>socjologiczna, | Ul Zamkowa 10, 34-<br>300 Żywiec        | 33 475 70 00                      | Poniedziałek 07:30-15:30<br>Wtorek 08:00-16:00<br>Środa 07:30-15:30<br>Czwartek 07:30-15:30                       | <a href="mailto:do@mops-zywiec.pl">do@mops-zywiec.pl</a>       | Osoby potrzebujące<br>wsparcia<br>terapeutycznego i<br>psychologicznego   |



|                     |   |  |  |                                    |  |  |   |
|---------------------|---|--|--|------------------------------------|--|--|---|
|                     |   |  |  |                                    | Piątek 07:30-15:30   |  |   |
| 9.                  | Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Milówce                  | Poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne               | Dworcowa 17,<br>34-360 Milówka   | 33-864 21 25                       | Od poniedziałku do piątku<br>w godzinach 8:00 - 18:00  | <a href="mailto:sekretariat@poradniamilowka.pl">sekretariat@poradniamilowka.pl</a>   | Dla osób będących w kryzysie psychicznym  |
| 10.                 | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Żywcu                       | Wsparcie psychologiczne,                               | 34-300 Żywiec<br>ul. Ks. Pr. S. Słonki 24<br> | 33 861 94 19 oraz<br>33 861 93 36  | Od poniedziałku do piątku<br>w godzinach 7:00 - 15:00  | Brak   | Dla osób będących w kryzysie psychicznym  |
| 11.                 | Centrum Psychiatrii w Katowicach –poradnia zdrowia psychicznego | Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze | 40-340 Katowice Ul. Korczaka 27  | 32 603 85 55<br>32 603 84 07       | Od poniedziałku do piątku<br>w godzinach 7:00 - 14:35  | <a href="mailto:statystyka5@op.pl">statystyka5@op.pl</a>   | Dla osób będących w kryzysie psychicznym  |
| 12.                 | Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (NFZ)   | Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze | Fundacja ITAKA<br>skr. pocztowa 127<br>00-958 Warszawa 66.   | 800 70 2222<br>bezpłatna infolinia | 24 godziny przez 7 dni w tygodniu  | <a href="http://www.linia wsparcia.pl">www.linia wsparcia.pl</a><br><a href="mailto:porady@linia wsparcia.pl">porady@linia wsparcia.pl</a> | Dla osób będących w kryzysie psychicznym  |
| <b>PEDAGOGICZNE</b> |   |  |  |                                    |  |  |   |
| 1.                  | Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna                            | Poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne               | Grunwaldzka 10, 34-300 Żywiec  | 33 861 33 09,<br>33 861 33 14      | Poniedziałek 8:00-18:00<br>Wtorek 8:00-18:00<br>Środa 8:00-18:00<br>Czwartek 8:00-18:00<br>Piątek 8:00-16:00 | <a href="mailto:pppywiec@interia.pl">pppywiec@interia.pl</a>   | Dla osób niepełnoletnich, uczęszczających do szkoły z problemami psychologiczno-pedagogicznymi                                    |
| 2.                  | Infolinia Fundacja Itaka  | Poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne               | Fundacja ITAKA<br>skr. pocztowa 127<br>00-958 Warszawa 66  | 800 080 222                        | całodobowo   | brak   | Całodobowa bezpłatna infolinia dla dzieci, młodzieży, rodziców i nauczycieli, dla osób z problemami psychologiczno-pedagogicznymi |
| 3.                  | Telefon Zaufania dla dzieci i młodzieży                         | Poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne               | Tylko telefonicznie  | 116 111                            | Czynny 7 dni w tygodniu, 24 H na dobę  | brak   | Anonimowy telefon zaufania dla dzieci i młodzieży   |





|                        |  |  |  |                              |   |   |  |
|------------------------|--|--|--|------------------------------|---|---|--|
| 4.                     | Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Żywcu        | Poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne | 34-300 Żywiec<br>Ul. Zamkowa 10  | 0 33 475 70 25               | Od poniedziałku do piątku<br>8:00 – 15:00   | <a href="mailto:do@mops-zywiec.pl">do@mops-zywiec.pl</a>  | warsztaty praktycznych umiejętności dobrego kontaktu z dziećmi i młodzieżą |
| 5.                     | Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Milówce | Poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne | Dworcowa 17, 34-360<br>Milówka   | 33 864 21 25                 | Od poniedziałku do piątku<br>w godzinach 8:00 – 18:00                                 | <a href="http://www.poradniamilowka.pl">www.poradniamilowka.pl</a>  | Dla osób z problemami psychologiczno-pedagogicznymi                        |
| <b>POMOC SPOŁECZNA</b> |  |  |  |                              |   |   |  |
| 1.                     | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie              | Poradnictwo socjalne                     | Księżda Prałata<br>Stanisława Słonki 24,<br>34-300 Żywiec<br> | 33 861-94-19<br>33 861-93-36 | Od poniedziałku do piątku<br>w godzinach 8:00 – 15:00                                 | <a href="http://www.pcpr-zywiec.pl">http://www.pcpr-zywiec.pl</a><br><a href="mailto:pcpr_zywiec@op.pl">pcpr_zywiec@op.pl</a> | Każdy mieszkaniec powiatu  |
| 2.                     | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w:            |  |  |                              |   |   |  |
|                        | Czernichowie                                   | Pomoc społeczna                          | 34-311 Czernichów<br>Ul. Strażacka 6/7   | 33 866 13 38                 | Od poniedziałku do piątku<br>w godzinach 7:30-15:30                                   | <a href="mailto:sekretariat@gops.czernichow.com.pl">sekretariat@gops.czernichow.com.pl</a>                                    | Mieszkaniec Gminy  |
|                        | Gilowice                                       | Pomoc społeczna                          | 34-322 Gilowice Ul.<br>Strażacka 2   | 33 865 35 56                 | Poniedziałek 7.30-17.30<br>Od wtorku do piątku<br>7:30-15:30                          | <a href="mailto:e-gops@gilowice.pl">e-gops@gilowice.pl</a>  | Mieszkaniec Gminy  |
|                        | Jeleśnia                                       | Pomoc społeczna                          | 34-340 Jeleśnia Ulica<br>Plebańska 5   | 33 861 95 75                 | Poniedziałek 7:00-16:00<br>Od wtorku do czwartku<br>7:00 - 15:00<br>Piątek 7:00-14:00 | <a href="mailto:gopsjelesnia@interia.pl">gopsjelesnia@interia.pl</a>  | Mieszkaniec Gminy  |
|                        | Koszarawa                                      | Pomoc społeczna                          | Koszarawa 17 34-332<br>Koszarawa   | 033 863 94 13                | Od poniedziałku do środy<br>7:00-15:00<br>Czwartek 7:00-16:00<br>Piątek 7:00-14:00    | <a href="mailto:gops.koszarawa@vp.pl">gops.koszarawa@vp.pl</a>  | Mieszkaniec Gminy  |
|                        | Lipowa   | Pomoc społeczna                          | 34-324 Lipowa Ul.<br>Wiejska 40<br>                         | 33 867 13 29                 | Od poniedziałku do piątku<br>w godzinach 7:00-15:00                                   | <a href="http://www.gopslipowa.naszops.pl">www.gopslipowa.naszops.pl</a>  | Mieszkaniec Gminy  |
|                        | Łękawica                                       | Pomoc społeczna                          | 34-321 Łękawica Ul.<br>Żywiecka 52   | 33 862 25 77                 | Poniedziałek 7:00-15:00<br>Wtorek 7:00-15:00  | <a href="mailto:gops@lekawica.com.pl">gops@lekawica.com.pl</a>  | Mieszkaniec Gminy  |








|    |   |                 |  |   |   |  |                    |
|----|---|-----------------|--|---|---|--|--------------------|
|    |   |                 |  |   | Środa 7:00-16:00<br>Czwartek 7:00-15:00<br>Piątek 7:00-14:00                            |  |                    |
|    | Łodygowice                                | Pomoc społeczna | 34-325 Łodygowice<br>Ul. Królowej Jadwigi 6  | 33 863 18 54<br>33 863 19 09<br>513 812 383 | Od poniedziałku do środy<br>7:00-15:00<br>Czwartek 7:00-16:30<br>Piątek 7:00-13:30      | <a href="mailto:kierownik@gopslodygowice.pl">kierownik@gopslodygowice.pl</a>             | Mieszkaniec Gminy  |
|    | Milówka                                   | Pomoc społeczna | 34-360 Milówka Ul. J.<br>Kazimierza 121      | 33 863 77 67<br>33 863 71 90                | Od poniedziałku do piątku<br>w godzinach 7:30-15:30                                     | <a href="mailto:gops@milowka.com.pl">gops@milowka.com.pl</a>                             | Mieszkaniec Gminy  |
|    | Radziechowy -Wieprz                       | Pomoc społeczna | 34-381 Radziechowy<br>Wieprz 700<br>         | 33 867 66 15                                | Od poniedziałku do środy<br>7:00-15:00<br>Czwartek 7:00-16:00<br>Piątek 7:00-14:00      | <a href="http://www.efsgops.radziechowy-wieprz.pl">www.efsgops.radziechowy-wieprz.pl</a> | Mieszkaniec Gminy  |
|    | Rajcza                                    | Pomoc społeczna | 34-370 Rajcza Ul.<br>Górska 1<br>            | 33 864 31 55<br>33 864 31 58                | Od poniedziałku do piątku<br>w godzinach 7:00-15:00                                     | <a href="mailto:gopsrajcza@poczta.onet.pl">gopsrajcza@poczta.onet.pl</a>                 | Mieszkaniec Gminy  |
|    | Ślemień                                   | Pomoc społeczna | 34-323 Ślemień Ul.<br>Zakopiańska 59<br>     | (33) 865-46-47                              | Od poniedziałku do środy<br>7:00-15:00<br>Czwartek 7:00-17:00<br>Piątek 7:00-13:00      | <a href="mailto:gops_slemien@wp.pl">gops_slemien@wp.pl</a>                               | Mieszkaniec Gminy  |
|    | Świnna                                    | Pomoc społeczna | 34-331 Pewel Mała<br>Ul. Jana Pawła II 68    | 33 863 80 03                                | Od poniedziałku do piątku<br>w godzinach 7:00-15:00                                     | <a href="mailto:gops@swinna.pl">gops@swinna.pl</a>                                       | Mieszkaniec Gminy  |
|    | Ujsoły                                    | Pomoc społeczna | 34-371 Ujsoły Ul.<br>Gminna 1                | 33 864 73 50 wew. 23, 38                    | Od poniedziałku do środy<br>7:00-15:00<br>Czwartek 7:00-17:00<br>Piątek 7:00-13:00      | <a href="mailto:gops@ujsoły.com.pl">gops@ujsoły.com.pl</a>                               | Mieszkaniec Gminy  |
|    | Węgierska Górka                           | Pomoc społeczna | 34-350 Węgierska<br>Górka ul. Zielona 43<br> | 33 860 97 79                                | Od poniedziałku do piątku<br>w godzinach 7:30-15:30                                     | <a href="mailto:gopswg@tenit.com.pl">gopswg@tenit.com.pl</a>                             | Mieszkaniec Gminy  |
| 3. | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Żywcu | Pomoc społeczna | 34-300 Żywiec Ul.<br>Zamkowa 10<br>          | 33 475 70 00                                | Poniedziałek 7:30-15:30<br>Wtorek 8:00-16:00<br>Środa 7:30-15:30<br>Czwartek 7:30-15:30 | <a href="mailto:do@mops-zywiec.pl">do@mops-zywiec.pl</a>                                 | Mieszkaniec miasta |





|   |  |   |   |                              |   |  |   |
|---|--|---|---|------------------------------|---|--|---|
|   |  |   |   |                              | Piątek 7:30-15:30   |  |   |
| 4.  | Fundacja Pomocy Potrzebującym- Punkt Wydawania Żywności                          | Wydawanie produktów żywnościowych, posiłków                         | 34-300 Żywiec Os. Parkowe 9   |                              |   |  | Dla najbardziej potrzebujących, bezdomnych  |
| <b>ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ</b> |  |   |   |                              |   |  |   |
| 1.  | Miejska Komisja rozwiązywania problemów alkoholowych w Żywcu                     | Profilaktyka i Rozwiązywanie Problemów Alkoholowych oraz Narkomanii | 34-300 Żywiec Ul. Jana 10   | 033-861-81-63                | Poniedziałek 7:30 -16:00<br>Wtorek 7:30 -16:00<br>Środa 7:30 -16:00<br>Czwartek 7:30 -16:00<br>Piątek 7:30 -16:00 | <a href="mailto:alkohol@zywiec.pl">alkohol@zywiec.pl</a>                     | Dla osób uzależnionych i ich rodzin   |
| 2.  | Klub AA Grojec Rzymskokatolicka Parafia św. Floriana – Żywiec-Zabłocie           | Przeciwdziałanie alkoholizmowi - wsparcie                           | 34-300 Żywiec Ul. Browarna 3  | 33 861 21 76                 | Poniedziałek od godziny 17:00   | <a href="mailto:zablocie@katolik.bielsko.pl">zablocie@katolik.bielsko.pl</a> | Dla osób uzależnionych  |
| 3.  | Ośrodek Leczenia Uzależnień w Żywcu Błękitny Krzyż                               | Leczenie uzależnień - wsparcie                                      | 34-300 Żywiec Al. Legionów 1  | 33 861 00 83                 | Poniedziałek 8:00-19:00<br>Wtorek 8:00-19:00<br>Środa 8:00-19:00<br>Czwartek 8:00-19:00<br>Piątek 8:00-19:00      | <a href="mailto:olu@bk-europe.pl">olu@bk-europe.pl</a>                       | Dla osób uzależnionych od alkoholu, innych środków chemicznych, hazardu i innych uzależnień nie chemicznych |
| <b>PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ</b>                        |  |   |   |                              |   |  |   |
| 1.  | Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy :                        |   |   |                              |   |  |   |
|   | Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie GOPS Łękawica | Przeciwdziałanie przemocy domowej                                   | 34-321 Łękawica Ul. Żywiecka 52<br>          | 33 862 25 77                 | Poniedziałek 7:00-15:00<br>Wtorek 7:00-15:00<br>Środa 7:00-16:00<br>Czwartek 7:00-15:00<br>Piątek 7:00-14:00      | <a href="mailto:gops@lekawica.com.pl">gops@lekawica.com.pl</a>               | Mieszkańcy Gminy Łękawicy   |
|   | Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie               | Przeciwdziałanie przemocy domowej                                   | 34-325 Łodygowice Ul. Królowej Jadwigi 6<br> | 33 863 18 54<br>33 863 19 09 | Poniedziałek 7:00-15:00<br>Wtorek 7:00-15:00<br>Środa 7:00-15:00<br>Czwartek 7:00-16:30                           | <a href="mailto:kierownik@gopsłodygowice.pl">kierownik@gopsłodygowice.pl</a> | Mieszkańcy Gminy Łodygowice   |



|  |   |   |  |                                  |  |  |                                      |
|--|---|---|--|----------------------------------|--|--|--------------------------------------|
|  | <b>GOPS Łodygowice</b>  |   |  |                                  | <b>Piątek 7:00-13:30</b>   |  |                                      |
|  | Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie<br>GOPS Milówka              | Przeciwdziałanie przemocy domowej                     | 34-360 Milówka Ul. Jana Kazimierza 121   | 33 863-77-67<br>33 863 71 90     | Od poniedziałku do piątku w godzinach 16:00-18:00<br>Dla osób uwikłanych w przemoc od poniedziałku do piątku w godzinach 15:00-17:00 | <a href="mailto:gopsmil@op.pl">gopsmil@op.pl</a>                           | Mieszkańcy Gminy Milówka             |
|  | Gminny Zespół Interdyscyplinarny<br>GOPS Rajcza   | Przeciwdziałanie przemocy domowej                     | 34-370 Rajcza Ul. Górská 1<br>                        | 33 864 31 55                     | Od poniedziałku do środy 7:00-15:00<br>Czwartek 7:00-16:30<br>Piątek 7:00-13:30  | <a href="mailto:gopsrajcza@poczta.onet.pl">gopsrajcza@poczta.onet.pl</a>   | Mieszkańcy Gminy Rajcza              |
|  | Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie<br>GOPS Radziechowy - Wieprz | Przeciwdziałanie przemocy domowej                     | Wieprz 700<br>34-381 Radziechowy<br>                  | 33 867 66 15                     | Od poniedziałku do środy 7:00-15:00<br>Czwartek 7:00-16:00<br>Piątek 7:00-14:00  | <a href="mailto:gops@radziechowy-wieprz.pl">gops@radziechowy-wieprz.pl</a> | Mieszkańcy Gminy Radziechowy -Wieprz |
|  | Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie<br>GOPS Ślemień              | Przeciwdziałanie przemocy domowej przemoc w rodzinie. | siedziba w Lesie<br>34-323 Las Ul. Zakopiańska 59<br> | 33 865 46 47                     | Od poniedziałku do środy 7:00-15:00<br>Czwartek 7:00-17:00<br>Piątek 7:00-13:00  | <a href="mailto:gops_slemien@wp.pl">gops_slemien@wp.pl</a>                 | Mieszkańcy Gminy Ślemień             |
|  | Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie<br>GOPS Świnna               | Przeciwdziałanie przemocy domowej                     | 34-331Pewel Mała Ul. Jana Pawła II 68<br>           | 33 863-80-03                     | Poniedziałek 7:00-15:00<br>Wtorek 7:00-15:00<br>Środa 7:00-16:00<br>Czwartek 7:00-15:00<br>Piątek 7:00-14:00                         | <a href="mailto:gops@swinna.pl">gops@swinna.pl</a>                         | Mieszkańcy Gminy Świnna              |
|  | Gminny Zespół Interdyscyplinarny<br>GOPS Ujsoty   | Przeciwdziałanie przemocy domowej                     | 34-371 Ujsoty Ul. Gminna 1<br>                      | 33 864 73 50 wew. 23,<br>wew. 38 | Od poniedziałku do piątku 7:00 – 15:00   | <a href="mailto:gops@ujsoy.com.pl">gops@ujsoy.com.pl</a>                   | Mieszkańcy Gminy Ujsoty              |
|  | Zespół Interdyscyplinarny<br>GOPS Węgierska-Górka   | Przeciwdziałanie przemocy domowej                     | 34-350 Węgierska Gorka ul. Zielona 43  | 33 860 97 88                     | Od poniedziałku do piątku 7:30 – 15:30   | <a href="mailto:gopswg@tenit.com.pl">gopswg@tenit.com.pl</a>               | Mieszkańcy Gminy Węgierska-Górka     |





|    |   |  |   |   |   |  |  |
|----|---|--|---|---|---|--|--|
|    | Zespół Interdyscyplinarny ds. Przemocy w Rodzinie GOPS Gilowice                   | Przeciwdziałanie przemocy domowej  | 34-322 Gilowice<br>Ul. Strażacka 2  | 33 865 35 56                              | Od poniedziałku do piątku<br>7:00-15:00   | <a href="mailto:gops@gilowice.pl">gops@gilowice.pl</a>   | Mieszkańcy Gminy<br>Gilowice               |
|    | Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie GOPS Jeleśnia  | Przeciwdziałanie przemocy domowej  | 34-340 Jeleśnia<br>Ul. Plebańska 5  | 33 861 95 75                              | Poniedziałek 7:00-16:00<br>Wtorek 7:00-15:00<br>Środa 7:00-15:00<br>Czwartek 7:00-15:00<br>Piątek 7:00-14:00  | <a href="mailto:sekretariat@gopsjelesnia.eu">sekretariat@gopsjelesnia.eu</a>   | Mieszkańcy Gminy<br>Jeleśnia               |
|    | Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie GOPS Koszarawa | Przeciwdziałanie przemocy domowej  | 34-332 Koszarawa<br>Koszarawa 17  | 33 863 94 13                              | Poniedziałek 7:00-15:00<br>Wtorek 7:00-15:00<br>Środa 7:00-15:00<br>Czwartek 7:00-16:00<br>Piątek 7:00-14:00  | <a href="mailto:gops.koszarawa@vp.pl">gops.koszarawa@vp.pl</a>   | Mieszkańcy Gminy<br>Koszarawa              |
|    | Zespół Interdyscyplinarny GOPS Lipowa   | Przeciwdziałanie przemocy domowej  | 34-324 Lipowa<br>Lipowa 654<br>      | 33 867 13 29                              | Od poniedziałku do piątku<br>7:00-15:00   | <a href="mailto:gops@lipowa.pl">gops@lipowa.pl</a>   | Mieszkańcy Gminy<br>Lipowa                 |
| 2. | Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie MOPS Żywiec    | Przeciwdziałanie przemocy domowej  | 34-300 Żywiec<br>Ul. Zamkowa 10<br> | 33 475 70 25                              | Od poniedziałku do piątku<br>7:30-15:30   | <a href="mailto:do@mops-zywiec.pl">do@mops-zywiec.pl</a>   | Mieszkańcy Żywca                           |
| 3. | Punkt Interwencji Kryzysowej w Żywcu przy PCPR                                    | Świadczenie pomocy osobom i rodzinom znajdującym się w stanie szeroko rozumianego kryzysu, w tym osobom doświadczającym przemocy | 34-300 Żywiec<br>Ul. Księdza Prałata Stanisława Słonki 24   | 33 861 94 19                              | w sytuacjach kryzysowych - całodobowo<br>Poniedziałek 7:00-17:00<br>Wtorek 7:00-15:00<br>Środa 7:00-15:00<br>Czwartek 7:00-17:00<br>Piątek 7:00-15:00 | <a href="http://www.pcpr-zywiec.pl">http://www.pcpr-zywiec.pl</a><br><a href="mailto:pcpr_zywiec@op.pl">pcpr_zywiec@op.pl</a>                    | Mieszkańcy Żywca                           |
| 4. | Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „                           | - wsparcie<br>- pomoc psychologiczna,<br>- informacja o  | Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów   | <b>800 120 002</b><br>Bezpłatna infolinia | Poniedziałek 8:00-22:00<br>Wtorek 8:00-22:00<br>Środa 8:00-22:00  | <a href="http://www.niebieskalinia.info">www.niebieskalinia.info</a><br><a href="mailto:biuro@niebieskalinia.info">biuro@niebieskalinia.info</a> | Dla osób doświadczających przemocy domowej |





|  |                  |  |  |  |  |  |  |
|--|------------------|--|--|--|--|--|--|
|  | Niebieska linia” | najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej | Alkoholowych<br>Al. Jerozolimskie 155<br>02-326 Warszawa |  | Czwartek 8:00-22:00<br>Piątek 8:00-22:00<br>Sobota 8:00-22:00<br>niedziela i święta 8:00-16:00 |  |  |
|--|------------------|--|--|--|--|--|--|

### INTERWENCJA KRYZYSOWA

|    |   |                              |                                  |  |   |   |   |
|----|---|------------------------------|----------------------------------|--|---|---|---|
| 1. | Zespół Zarządzania Kryzysowego –Starostwa Powiatowego w Żywcu | Monitorowanie bezpieczeństwa | 34-300 Żywiec<br>Ul. Kopernika 5 | 33 861 94 90<br>33 862 11 40   | w sytuacjach kryzysowych - całodobowo<br>Poniedziałek 6:30-15:00<br>Wtorek 6:30-15:00<br>Środa 6:30-16:00<br>Czwartek 6:30-12:30<br>Piątek 6:30-15:00 | <a href="mailto:zzk_zywiec@zywiec.powiat.pl">zzk_zywiec@zywiec.powiat.pl</a>  | Każdy Mieszkaniec Powiatu   |
| 2. | Centralne Zarządzenie Kryzysowe                               | Monitorowanie bezpieczeństwa | Rakowiecka 2A<br>00-993 Warszawa | Całodobowy dyżur:<br>(22) 361 69 00<br>(22) 785 700 177<br>e-mail:<br><a href="mailto:dyzurny@rcb.gov.pl">dyzurny@rcb.gov.pl</a> | 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu   | <a href="http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/">http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/</a><br><a href="mailto:poczta@rcb.gov.pl">poczta@rcb.gov.pl</a> | Świadek zagrożenia kryzysowego<br>Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego |

### DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

|    |                                     |                      |  |  |  |  |   |
|----|-------------------------------------|----------------------|--|--|--|--|---|
| 1. | Powiatowy Urząd Pracy Żywiec        | Poradnictwo zawodowe | 34-300 Żywiec<br>Ul. łączna 28                                   | Poradnictwo zawodowe<br>Tel:<br>33 475 75 65<br>Kontakt:<br>475 75 00<br>475 75 51 | Poniedziałek 7:00-15:00<br>Wtorek 7:00-15:00<br>Środa 7:00-15:00<br>Czwartek 7:00-15:00<br>Piątek 7:00-15:00 | <a href="mailto:kancelaria@pup.zywiec.pl">kancelaria@pup.zywiec.pl</a><br><a href="mailto:sekretariat@pup.zywiec.pl">sekretariat@pup.zywiec.pl</a> | Mogą korzystać:<br>- zarejestrowani<br>-poszukujący pracy<br>- pracodawcy |
| 2. | Wojewódzki Urząd Pracy w Katowicach | Poradnictwo zawodowe | ul. Kościuszki 30 pok.<br>228, 230, 230a, 232<br>40-048 Katowice | +48 7573389,<br>7573336,<br>7573340  | Od poniedziałku do piątku<br>7:30-15:30  | <a href="mailto:poradnictwo@wup-katowice.pl">poradnictwo@wup-katowice.pl</a>   | Mogą korzystać:<br>- zarejestrowani<br>-poszukujący pracy<br>- pracodawcy |



|    |   |   |                                      |                                      |   |  |  |
|----|---|---|--------------------------------------|--------------------------------------|---|--|--|
| 3. | Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia | Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy. | Ul. Ciepła 20 .<br>15-472 Białystok. | 19 524<br>(z Polski)<br>+48 22 19524 | Od poniedziałku do piątku<br>8:00-18:00 | <a href="http://www.zielonalinia.gov.pl">www.zielonalinia.gov.pl</a><br><br><a href="mailto:biuro@zielonalinia.gov.pl">biuro@zielonalinia.gov.pl</a> | Mogą korzystać:<br>- zarejestrowani<br>- poszukujący pracy<br>- pracodawcy |
|----|---|---|--------------------------------------|--------------------------------------|---|--|--|

### DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

|    |   |   |   |                                   |   |  |   |
|----|---|---|---|-----------------------------------|---|--|---|
| 1. | Okręgowy Ośrodek Osobom Pokrzywdzonym Przepęstwem Caritas Diecezji Bielsko-Żywieckiej | Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe | 43-300 Bielsko-Biała<br>Ul. S. Wyspiańskiego 33 | Całodobowy telefon<br>667 252 257 | Poniedziałek 10:00-17:00<br>Wtorek 6:00-16:00<br>Środa 13:00-20:00<br>Czwartek 9:00-16:00<br>Piątek 8:00-13:00<br>Sobota 8:00-13:00 | <a href="mailto:pokrzywdzenizywiec@caritas.bielsko.pl">pokrzywdzenizywiec@caritas.bielsko.pl</a>   | Osoby pokrzywdzone przestęstwem i ich osoby bliskie |
| 2. | Lokalny Punkt Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przepęstwem w Żywcu                         | Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe | ul. Rynek 12 34-300 Żywiec                      | 667 254 715                       | Poniedziałek 8:00-13:00<br>Piątek 14:00-19:00   | <a href="mailto:pokrzywdzeniczyszyn@caritas.bielsko.pl">pokrzywdzeniczyszyn@caritas.bielsko.pl</a> | Osoby pokrzywdzone przestęstwem i ich osoby bliskie |

### PRAWO KONSUMENCKIE

|    |   |                             |  |  |   |   |                     |
|----|---|-----------------------------|--|--|---|---|---------------------|
| 1. | Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów W Żywcu | Ochrona praw konsumentckich | 34-300 Żywiec<br>Ul. Krasińskiego 13                     | 33 860 50 20   | Dyżur<br>Poniedziałek 11:30-14:00<br>Wtorek 11:30-14:00 | <a href="mailto:prk@zywiec.powiat.pl">prk@zywiec.powiat.pl</a>  | Prawo konsumentckie |
| 2. | Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów     | Ochrona praw konsumentckich | UOKiK<br>Pl. Powstańców<br>Warszawy 1 00-950<br>Warszawa | Infolinia konsumentcka (prowadzona przez Federację Konsumentów)<br>801 440 220<br>22 290 89 16 | Od poniedziałku do piątku<br>8:00-18:00                 | <a href="https://www.uokik.gov.pl/">https://www.uokik.gov.pl/</a><br><br><a href="mailto:porady@dlakonsumentow.pl">porady@dlakonsumentow.pl</a> | Prawo konsumentckie |

### PRAWA DZIECKA



|                       |  |  |  |  |  |   |  |
|-----------------------|--|--|--|--|--|---|--|
| 1.                    | Rzecznik Praw Dziecka –<br>dziecięcy telefon<br>zaufania . | Ochrona praw dziecka   | Biuro RPD<br>Przemysłowa 30/32<br>00-450 Warszawa<br>tel.: (22) 583 66 00 .<br>fax.: (22) 583 66 96.<br>pn.-pt.<br>godz.08.15-16.15. | 800 121 212<br>Bezpłatna infolinia   | Poniedziałek 8:15-20:00<br>Wtorek 8:15-20:00<br>Środa 8:15-20:00<br>Czwartek 8:15-20:00<br>Piątek 8:15-20:00 | <a href="https://brpd.gov.pl">https://brpd.gov.pl</a><br><br><a href="mailto:rpd@brpd.gov.pl">rpd@brpd.gov.pl</a>   | Sprawy przemocy,<br>relacji rówieśniczych,<br>szkolnych i rodzinnych.<br>Może dzwonić każdy, kto<br>doświadcza problemu<br>lub jest świadkiem. |
| <b>PRAWA PACJENTA</b> |  |  |  |  |  |   |  |
| 1.                    | Narodowy Fundusz<br>Zdrowia - Oddział w<br>Żywcu           | Ochrona praw pacjenta  | 34-300 Żywiec<br>Ul. Dworcowa 23   | 33 475 44 33<br>33 475 44 66   | Poniedziałek 8:00-16:00<br>Wtorek 8:00-16:00<br>Środa 8:00-16:00<br>Czwartek 8:00-16:00<br>Piątek 8:00-16:00 | <a href="mailto:Kancelaria@nfz-katowice.pl">Kancelaria@nfz-<br/>katowice.pl</a>   | Z porad może korzystać<br>każdy kto ma poczucie<br>łamania praw pacjenta   |
| 2.                    | Rzecznik Praw Pacjenta                                     | Ochrona praw pacjenta  | ul. Młynarska 46.<br>01-171 Warszawa   | 800 190 590<br>Bezpłatna infolinia<br>Zapisy na poradę<br>osobistą:<br><a href="mailto:rezerwacja@rpp.gov.pl">rezerwacja@rpp.gov.pl</a><br>lub<br>(22) 532 82 43 | Od poniedziałku do piątku w<br>godzinach<br>8:00-20:00   | <a href="https://www.bpp.gov.pl">https://www.bpp.gov.pl</a><br><br><a href="mailto:kancelaria@rpp.gov.pl">kancelaria@rpp.gov.pl</a>   | Z porad może korzystać<br>każdy kto ma poczucie<br>łamania praw pacjenta   |
| 3.                    | Narodowy Fundusz<br>Zdrowia- Centrala                      | Uprawnienia<br>ubezpieczenia<br>zdrowotnego:<br>- prawa pacjenta<br>-leczenie w kraju i poza<br>granicami<br>-kolejki do świadczeń | Narodowy Fundusz<br>Zdrowia<br>Grójecka 186<br>02-390 Warszawa   | Infolinia Centralna<br>800 392 976<br>22 572 60 42   | Poniedziałek 8:00-16:00<br>Wtorek 8:00-16:00<br>Środa 8:00-16:00<br>Czwartek 8:00-16:00<br>Piątek 8:00-16:00 | <a href="http://www.nfz.gov.pl">http://www.nfz.gov.pl</a><br><br><a href="mailto:infolinia@nfz.gov.pl">infolinia@nfz.gov.pl</a>   | Każda osoba objęta<br>ubezpieczeniem lub<br>zainteresowana<br>ubezpieczeniem<br>zdrowotnym   |
| 4.                    | Rzecznik Praw Osób<br>Niepełnosprawnych                    | Ochrona praw<br>osób niepełnosprawnych   | SIEDZIBA<br>ul. Żurawia 4 A, 00-<br>503 Warszawa<br>Telefon<br>(22) 461 60 00<br>KORESPONDENCJA                                      | 801 801 015<br>Koszt połączenia zgodnie<br>z taryfą operatora  | Poniedziałek 8:00-17:00<br>Wtorek 8:00-17:00<br>Środa 8:00-17:00<br>Czwartek 8:00-17:00<br>Piątek 8:00-17:00 | <a href="http://www.niepelnosprawni.gov.pl">http://www.niepelnospra<br/>wni.gov.pl</a><br><br><a href="mailto:sekretariat.bon@mrpips.gov.pl">sekretariat.bon@mrpips.g<br/>ov.pl</a> | Z porad mogą korzystać<br>osoby niepełnosprawne,<br>ich rodziny oraz<br>organizacje działające na<br>rzecz osób<br>niepełnosprawnych           |



Nowogrodzka 1/3/5  
00-513 Warszawa

## PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

|    |   |   |  |  |  |   |  |
|----|---|---|--|--|--|---|--|
| 1. | Punkt Informacyjny Zakładu Ubezpieczeń Społecznych (oddział, biuro terenowe, inspektorat) W Żywcu | Zakres informacji:<br>-Pomoc techniczna<br>-Renty i emerytury<br>-Zasiłki<br>-Informacje dla ubezpieczonych<br>-Informacje dla płatników<br>-Informacje dla lekarzy | 34-300 Żywiec<br>Ul. Piernikarska 2  | 22 560 16 00<br>Całodobowa infolinia informacyjna o ZUS<br>703 803 028 | Poniedziałek 8:00-17:00<br>Wtorek 8:00-16:00<br>Środa 8:00-15:00<br>Czwartek 8:00-15:00<br>Piątek 8:00-15:00 | <a href="mailto:cot@zus.pl">cot@zus.pl</a><br><br><a href="mailto:bok@zus-info.pl">bok@zus-info.pl</a>  | Adresaci porad:<br>- ubezpieczeni<br>- płatnicy<br>- lekarze |
| 2. | Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych                                     | Zakres informacji:<br>- pomoc techniczna<br>- składki<br>- renty<br>- emerytury   | Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w <u>Centrum Obsługi Telefonicznej</u> lub podczas wizyty osobistej w placówce jak wyżej.<br>Nr centrali :<br>(22) 667 10 00. | (22) 560 16 00<br>Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.         | Poniedziałek 7:00-18:00<br>Wtorek 7:00-18:00<br>Środa 7:00-18:00<br>Czwartek 7:00-18:00<br>Piątek 7:00-18:00 | <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><br><br><a href="mailto:cot@zus.pl">cot@zus.pl</a> | Adresaci porad:<br>- ubezpieczeni<br>- płatnicy<br>- lekarze |

## PRAWO PRACY

|    |  |                               |  |                           |  |  |                               |
|----|--|-------------------------------|--|---------------------------|--|--|-------------------------------|
| 1. | Państwowa Inspekcja Pracy – oddział w Bielsku-Białej | Porady z zakresu prawa pracy. | 43-300 Bielsko-Biała<br>Ul. Piastowska 40                            | 33 829 13 40              | Od Poniedziałku do Piątku w godzinach 9:00-15:00 | <a href="mailto:bielsko@katowice.pip.gov.pl">bielsko@katowice.pip.gov.pl</a>   | Porady z zakresu prawa pracy. |
| 2. | Kancelaria Prawna                                    | Porady z zakresu prawa pracy. | Kancelaria Prawna siedziba:<br>41-905 Bytom, ul. B. Krzywoustego 8/6 | Infolinia:<br>703-603-009 | Czynne 7 dni w tygodniu<br>Od 8:00 do 21:00      | <a href="https://prawnik-infolinia.pl/bezplatne-porady">https://prawnik-infolinia.pl/bezplatne-porady</a><br><a href="http://www.prawnik-infolinia.pl">http://www.prawnik-infolinia.pl</a> | Porady z zakresu prawa pracy. |



|    |  |                               |  |   |  |  |                               |
|----|--|-------------------------------|--|---|--|--|-------------------------------|
| 3. | Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP) | Porady z zakresu prawa pracy. | Główny Inspektorat Pracy<br>ul. Barska 28/30<br>02-315 Warszawa.<br>tel. 22 391 82 15<br>fax. 22 391 82 14 | 801 002 006<br>459 599 000<br>22 391 83 60<br>(dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) | Poniedziałek 9:00-15:00<br>Wtorek 9:00-15:00<br>Środa 9:00-15:00<br>Czwartek 9:00-15:00<br>Piątek 9:00-15:00 | <a href="http://www.bip.pip.gov.pl">www.bip.pip.gov.pl</a> ,<br><a href="mailto:kancelaria@gip.pip.gov.pl">kancelaria@gip.pip.gov.pl</a> | Porady z zakresu prawa pracy. |
|----|--|-------------------------------|--|---|--|--|-------------------------------|

### PRAWO PODATKOWE

|    |                             |   |  |   |  |  |  |
|----|-----------------------------|---|--|---|--|--|--|
| 1. | Urząd Skarbowy w Żywcu      | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc. | 34-300 Żywiec,<br>Budynek „A” ul.<br>Kraśnińskiego 11<br>Budynek „B”<br>Powstańców Śląskich<br>1 | 33 86-51-300  | Sala Obsługi Klienta:<br>Poniedziałek 7:00-18:00<br>Od Wtorku do piątku<br>7:00-15:00                        | <a href="mailto:us2436@sl.mofnet.gov.pl">us2436@sl.mofnet.gov.pl</a><br><br><a href="mailto:sekretariat.us.zywiec@mf.gov.pl">sekretariat.us.zywiec@mf.gov.pl</a>   | Z porad może skorzystać każdy podatnik |
| 2. | Krajowa Informacja Skarbowa | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc. | ul. Teodora Sixta 17,<br>43-300 Bielsko-Biała  | 01 055 055 (L3 z tel. stacjonarnych.<br>(22) 330 03 30<br>z t13tel. komórkowych.<br>48 (22)33 00 330<br>z 13tel. zagranicznych. | Poniedziałek 7:00-18:00<br>Wtorek 7:00-18:00<br>Środa 7:00-18:00<br>Czwartek 7:00-18:00<br>Piątek 7:00-18:00 | <a href="http://www.kis.gov.pl">www.kis.gov.pl</a><br>więcej:<br><a href="https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa">https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa</a> | Z porad może skorzystać każdy podatnik |

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

|    |                                      |                      |   |  |   |   |  |
|----|--------------------------------------|----------------------|---|--|---|---|--|
| 1. | Rzecznik Finansowy. (Ubezpieczonych) | Prawa ubezpieczonych | Biuro Rzecznika Finansowego<br>Al. Jerozolimskie 87<br>02-001 Warszawa. | <u>Ubezpieczenia gospodarcze</u><br>(22) 333 73 28<br><u>Ubezpieczenia Społeczne, OFE ZUS</u><br>(22) 333 73 26<br>lub (22) 333 73 27<br><u>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego</u><br>(22) 333 73 25 | Od poniedziałku do piątku w godzinach od 08:00 do 18:00<br><br>Od poniedziałku do piątku w godzinach od.<br>11:00 do 15:00<br><br>Od poniedziałku do piątku w godzinach od 08:00 do 16:00 | Porady e-mail:<br><a href="mailto:porady@rf.gov.pl">porady@rf.gov.pl</a><br>(czas oczekiwania na odpowiedź e-mailową ok.2 tygodni)<br><br><a href="https://rf.gov.pl/kontakt">https://rf.gov.pl/kontakt</a><br><br><a href="mailto:biuro@rf.gov.pl">biuro@rf.gov.pl</a> | Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń |
|----|--------------------------------------|----------------------|---|--|---|---|--|

### INNE



|   |                                |                               |  |  |   |   |  |
|---|--------------------------------|-------------------------------|--|--|---|---|--|
| 1 | www.obywatel.gov.pl            |                               |  | Informacje i usługi przyjazne obywatelom<br>portal Ministerstwa Cyfryzacji     |   |   |  |
| 2 | Rzecznik Praw<br>Obywatelskich | Ochrona praw<br>obywatelskich | Biuro RPO<br>Al. Solidarności 77.<br>00-090 Warszawa | 800 676 676 .<br>Połączenia bezpłatne z<br>tel. stacjonarnych i<br>komórkowych | Poniedziałek od<br>10:00 do 18:00<br>Od wtorku do piątku w<br>godzinach od 08:00 do 16:00 | <a href="https://www.rpo.gov.pl">https://www.rpo.gov.pl</a><br><br><a href="mailto:biurorzecznika@brpo.gov.pl">biurorzecznika@brpo.gov.pl</a> | Może zgłosić się każdy,<br>kto uważa,<br>że jego prawa są<br>naruszone |