

## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA OBYWATELSKIEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU ŻARSKIEGO

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU	
<b>RODZINNE</b>							
1	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Dział pomocy instytucjonalnej, środowiskowej i świadczeń	Artylerzystów 6, 68-200 Żary	68 363 06 80	Pon. 7-16 Wt. 7-15 Śr. 7-15 Czw. 7-15 Pt. 7-14	www.pcpzary.pl pcpr@pcpzary.pl	Każdy mieszkaniec powiatu żarskiego
<b>PSYCHOLOGICZNE</b>							
2	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Powiatu Żarskiego – siedziba Żary	<b>Dział I:</b> Opieka nad małym dzieckiem 0-5r.ż. i dzieckiem z zaburzeniami rozwojowymi <b>Dział II:</b> Opieka nad dzieckiem w szkole podstawowej od kl. „0” <b>Dział III:</b> Opieka nad młodzieżą w szkole ponadpodstawowej <b>Dział IV:</b> Opieka logopedyczna <b>Dział V:</b> Poradnictwo zawodowe	Ul. Wrocławska 5 68-200 Żary	tel/fax 68 4794383	Poradnia czynna: pon. – pt. od 7.30 do 18.00 Sekretariat czynny: pon. – pt. od 8.00 do 15.00	www.pppzary.pl sekretariat@pppzary.pl	Każdy mieszkaniec powiatu żarskiego
3	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Powiatu Żarskiego – siedziba Lubsko	<b>Dział I:</b> Opieka nad małym dzieckiem od 0 do 6 r.ż. <b>Dział II:</b> Opieka nad dzieckiem w szkole podstawowej <b>Dział III:</b> Opieka nad młodzieżą w szkole ponadpodstawowej <b>Dział IV:</b> Opieka logopedyczna <b>Dział V:</b> Poradnictwo zawodowe	ul. Pokoju 1c 68 – 300 Lubsko	tel/fax 68 4597733-34	pon. – pt. od 7.30 do 18.00 Sekretariat czynny: pon. – pt. od 8.00 do 12.00	www.pppzary.pl lubsko@pppzary.pl	Każdy mieszkaniec powiatu żarskiego

4	Instytut Psychologii Zdrowia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego	Pomoc psychologiczna osobom doświadczającym kryzysu emocjonalnego, samotnym, cierpiącym z powodu depresji, bezsenności, chronicznego stresu.	Instytut Psychologii Zdrowia Polskie Towarzystwo Psychologiczne ul. Gęślarska 3, 02-412 Warszawa  tel. 0-22/ 863 87 38 fax 0-22/ 863 42 75 poczta@ipz.edu.pl	116 123 bezpłatna infolinia	Od poniedziałku do piątku od godz 14:00 – 22:00	www.psychologia.edu.pl	Telefon Zaufania dla Osób Dorosłych w Kryzysie Emocjonalnym
5	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	www.linia wsparcia.pl porady@linia wsparcia.pl	Dla osób będących w kryzysie psychicznym
<b>PEDAGOGICZNE</b>							
6	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Powiatu Żarskiego – siedziba Żary	<b>Dział I:</b> Opieka nad małym dzieckiem 0-5r.ż. i dzieckiem z zaburzeniami rozwojowymi <b>Dział II:</b> Opieka nad dzieckiem w szkole podstawowej od kl. „0” <b>Dział III:</b> Opieka nad młodzieżą w szkole ponadpodstawowej <b>Dział IV:</b> Opieka logopedyczna <b>Dział V:</b> Poradnictwo zawodowe	Ul. Wrocławska 5 68-200 Żary	tel/fax 68 4794383.	Poradnia czynna: pon. – pt. od 7.30 do 18.00 Sekretariat czynny: pon. – pt. od 8.00 do 15.00	www.pppzary.pl sekretariat@pppzary.pl	Każdy mieszkaniec powiatu żarskiego
7	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Powiatu Żarskiego – siedziba Lubsko	<b>Dział I:</b> Opieka nad małym dzieckiem od 0 do 6 r.ż. <b>Dział II:</b> Opieka nad dzieckiem w szkole podstawowej <b>Dział III:</b> Opieka nad młodzieżą w szkole ponadpodstawowej <b>Dział IV:</b> Opieka logopedyczna <b>Dział V:</b> Poradnictwo zawodowe	ul. Pokoju 1c 68 – 300 Lubsko	tel/fax 68 4597733-34	pon. – pt. od 7.30 do 18.00 Sekretariat czynny: pon. – pt. od 8.00 do 12.00	www.pppzary.pl lubsko@pppzary.pl	Każdy mieszkaniec powiatu żarskiego

8	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Zespół ds. pieczy zastępczej	Artylerzystów 6, 68-200 Żary	68 363 06 80	Pon. 7-16 Wt. 7-15 Śr. 7-15 Czw. 7-15 Pt. 7-14	<a href="http://www.pcprzary.pl">www.pcprzary.pl</a> pcpr@pcprzary.pl	Każdy mieszkaniec powiatu żarskiego
<b>POMOC SPOŁECZNA</b>							
9	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Dział pomocy instytucjonalnej, środowiskowej i świadczeń	Artylerzystów 6, 68-200 Żary	68 363 06 80	Pon. 7-16 Wt. 7-15 Śr. 7-15 Czw. 7-15 Pt. 7-14	<a href="http://www.pcprzary.pl">www.pcprzary.pl</a> pcpr@pcprzary.pl	Każdy mieszkaniec powiatu żarskiego
10	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Gminie Brody	Działania Ośrodka mają na celu zaspokajanie niezbędnych potrzeb życiowych osób i rodzin oraz umożliwienie im bytowania w warunkach odpowiadających godności człowieka. Działania powinny w miarę możliwości doprowadzić do życiowego usamodzielniania osób i rodzin oraz ich integracji ze środowiskiem.	Rynek 2, 68-343 Brody	68 371 25 74	od poniedziałku do piątku od 7.30 do 15.30	<a href="http://bip.wrota.lubuskie.pl/gops-brody/">http://bip.wrota.lubuskie.pl/gops-brody/</a> opsbrody@interia.pl	Każdy mieszkaniec Gminy Brody
11	Miejsko –Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Jasieniu	Działania Ośrodka mają na celu zaspokajanie niezbędnych potrzeb życiowych osób i rodzin oraz umożliwienie im bytowania w warunkach odpowiadających godności człowieka. Działania powinny w miarę możliwości doprowadzić do życiowego usamodzielniania osób i rodzin oraz ich integracji ze środowiskiem.	68-320 Jasień ul. XX-lecia 20 (3 piętro)	tel. 068 3710667 fax. 068 3710842	M-GOPS w Jasieniu jest czynny: poniedziałek od 7.30 do 16.30 wtorek - czwartek od 7.00 do 15.00 piątek: od 7.00 do 14.00 Klienci przyjmowani są w godzinach: poniedziałek od 7.30 do 11.00 wtorek - piątek od 7.00 do 11.00 Kasa czynna: poniedziałek od 13.00 do 16.00,	<a href="http://www.bip.jasien.com.pl/">http://www.bip.jasien.com.pl/</a> e-mail: mgops_jasien@wyp.pl	Każdy mieszkaniec Gminy Jasień

					wtorek - czwartek od 13.00 do 15.00 piątek od 13.00 do 14.00		
12	Ośrodek Pomocy Społecznej w Lipinkach Łużyckich	Działania Ośrodka mają na celu zaspokajanie niezbędnych potrzeb życiowych osób i rodzin oraz umożliwienie im bytowania w warunkach odpowiadających godności człowieka. Działania powinny w miarę możliwości doprowadzić do życiowego usamodzielniania osób i rodzin oraz ich integracji ze środowiskiem.	ul. Główna 9, 68-213 Lipinki Łużyckie	68 362 62 40	poniedziałek 8:00 – 16:00 wtorek -piątek 7:00 – 15:00	<a href="http://www.bip.lipinki-luzyckie.pl/">http://www.bip.lipinki-luzyckie.pl/</a> ops@lipinki-luzyckie.pl lub lipinki.ops@gmail.com	Każdy mieszkaniec Gminy Lipinki Łużyckie
13	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	Działania Ośrodka mają na celu zaspokajanie niezbędnych potrzeb życiowych osób i rodzin oraz umożliwienie im bytowania w warunkach odpowiadających godności człowieka. Działania powinny w miarę możliwości doprowadzić do życiowego usamodzielniania osób i rodzin oraz ich integracji ze środowiskiem.	ul. 3 Maja 1, 68-300 Lubsko	tel. 68 455 83 80 fax 68 455 83 81	poniedziałek 7.30 – 17.00, wtorek – czwartek 7.30 – 15.30, piątek 7.30 – 14.00.	<a href="http://www.mgops.lubsko.pl">www.mgops.lubsko.pl</a> mgops@lubsko.pl	Każdy mieszkaniec Gminy Lubsko
14	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łęknicy	Działania Ośrodka mają na celu zaspokajanie niezbędnych potrzeb życiowych osób i rodzin oraz umożliwienie im bytowania w warunkach odpowiadających godności człowieka. Działania powinny w miarę możliwości doprowadzić do życiowego usamodzielniania osób i rodzin oraz ich integracji ze środowiskiem.	68-208 Łęknica ul. Żurawska 1	68 36 24 717	Poniedziałek – piątek 7-15	<a href="http://bip.umleknica.pl/">http://bip.umleknica.pl/</a> opieka@umleknica.pl	Każdy Mieszkaniec Gminy Łęknica

15	Ośrodek Pomocy Społecznej w Gminie Przewóz	Działania Ośrodka mają na celu zaspokajanie niezbędnych potrzeb życiowych osób i rodzin oraz umożliwienie im bytowania w warunkach odpowiadających godności człowieka. Działania powinny w miarę możliwości doprowadzić do życiowego usamodzielniania osób i rodzin oraz ich integracji ze środowiskiem.	Pl. Partyzantów 1 68-132 Przewóz	Tel. (068) 362-32-99	poniedziałek 8.00 – 16.00 wtorek-piątek 7.00 – 15.00	<a href="http://www.przewoz.com.pl">http://www.przewoz.com.pl</a> <a href="mailto:ops_przewoz@wp.pl">ops_przewoz@wp.pl</a>	Każdy Mieszkaniec Gminy Przewóz
16	Ośrodek Pomocy Społecznej w Gminie Trzebień	Działania Ośrodka mają na celu zaspokajanie niezbędnych potrzeb życiowych osób i rodzin oraz umożliwienie im bytowania w warunkach odpowiadających godności człowieka. Działania powinny w miarę możliwości doprowadzić do życiowego usamodzielniania osób i rodzin oraz ich integracji ze środowiskiem.	ul. Żarska 41 68-212, Trzebień	tel. 68 375 67 68, 68 375 68 25 fax 68 375 67 51	Poniedziałek – piątek 7-15	<a href="http://www.trzebień.pl">http://www.trzebień.pl</a> <a href="mailto:slawinskiagnieszka@poczta.onet.pl">slawinskiagnieszka@poczta.onet.pl</a>	Każdy Mieszkaniec Gminy Trzebień
17	Ośrodek Pomocy Społecznej w Gminie Tuplice	Działania Ośrodka mają na celu zaspokajanie niezbędnych potrzeb życiowych osób i rodzin oraz umożliwienie im bytowania w warunkach odpowiadających godności człowieka. Działania powinny w miarę możliwości doprowadzić do życiowego usamodzielniania osób i rodzin oraz ich integracji ze środowiskiem.	ul. Parkowa 17 68-219 Tuplice	690 341 975	poniedziałek 7.00 - 17.00 wtorek - czwartek 7.00 - 15.00 piątek 7.00 - 13.00	<a href="http://tuplice.naszops.pl/">http://tuplice.naszops.pl/</a>	Każdy Mieszkaniec Gminy Tuplice
18	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Gminie Żary	Działania Ośrodka mają na celu zaspokajanie niezbędnych potrzeb życiowych osób i rodzin	68-200 Żary Al. Jana Pawła II 6,	68 470 73 20	od poniedziałku do piątku w godz. od 7.00 do 15.00	<a href="https://gminazary.pl">https://gminazary.pl</a>	Każdy Mieszkaniec Gminy Żary

		oraz umożliwienie im bytowania w warunkach odpowiadających godności człowieka. Działania powinny w miarę możliwości doprowadzić do życiowego usamodzielniania osób i rodzin oraz ich integracji ze środowiskiem.					
19	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Żarach	Działania Ośrodka mają na celu zaspokajanie niezbędnych potrzeb życiowych osób i rodzin oraz umożliwienie im bytowania w warunkach odpowiadających godności człowieka. Działania powinny w miarę możliwości doprowadzić do życiowego usamodzielniania osób i rodzin oraz ich integracji ze środowiskiem.	Domańskiego 1, 68-200 Żary	68 475 55 80	od poniedziałku do piątku w godz. od 7.00 do 15.00	<a href="http://www.mops.zary.pl">http://www.mops.zary.pl</a>	Każdy Mieszkaniec Gminy Miejskiej Żary
20	Parafialny Zespół Caritas	odzież	ul. Traugutta 3 68-343 Brody		pon. 10.00-11.00 (2 razy w miesiącu)		Osoba bezdomna
21	Punkt Gastronomiczny Wenus	gorący posiłek ilość w miarę potrzeb	ul. Jana Pawła II 22 68-320 Jasień	68 371 06 67 (OPS)	12.00-14.00		Osoba bezdomna
22	Miejsko – Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	Pomieszczenia tymczasowego zakwaterowania	ul. Grunwaldzka 7 68-300 Lubsko	68 455 15 18	24h		Osoba bezdomna
23	Gmina Lubsko Punkt Gastronomiczny Wenus	120 posiłków	Al. Wojska Polskiego 2a 68-300 Lubsko	68 457 24 70	8.00-15.30		Osoba bezdomna
24	Gmina Lubsko Mała Gastronomia Zosia	70 posiłków	ul. Grunwaldzka 7 68-300 Lubsko	510908557	9.00-17.00		Osoba bezdomna
25	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	Odzież,	ul. 3 Maja 1 68-300 Lubsko	68 455 83 80	pon.-pt. 7.30-15.30 pon.-pt. 9.00-11.00		Osoba bezdomna
26	Gmina Łęknica - Restauracja-hotel "Dana"	gorący posiłek ilość w miarę potrzeb	ul. Dworcowa 6 68-208 Łęknica	68 375 35 84	pon.-niedz. godz. indywidualnie ustalone		Osoba bezdomna
27	Ośrodek Pomocy Społecznej w Trzebiczu	nocleg	Marcinów 7 68-210 Nowe Czapple	68 375 51 33 (ZGKiM) 68 375 68 26 (OPS)	24h		Osoba bezdomna
28	Spółdzielnia Socjalna Bis	noclegownia	ul. Bohaterów Getta 9 68-200 Żary	601 188 649 721 461 361	18.00-8.00		Osoba bezdomna

29	Mieszkanie readaptacyjne	noclegownia	ul. Powstańców Wlkp. 17/2 ul. Szkolna 5/11 ul. Moniuszki 32/2 68-200 Żary	68 475 55 80 (OPS)	24 h		Osoba bezdomna
30	Ośrodek Ranczo "Nadzieja"	Noclegownia Wyżywienie Odzież	68-206 Mirostowice Górne 78	690450116	24 h		Osoba bezdomna
31	Lubuski Ruch Na Rzecz Kobiet i Rodziny w Żarach	-pomoc materialna, -możliwość tymczasowego zamieszkania, wyżywienie, opieka medyczna, -pomoc psychologiczna, -pomoc prawna, -pomoc socjalna,	Żary ul. Okrzei 70a	tel.: 68/470 14 44			pomoc kobietom w ciąży oraz kobietom z dziećmi
<b>ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ</b>							
32	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Gminie Brody	Poradnictwo, wskazanie placówek terapii, -rozpoznawanie przemocy w rodzinach alkoholowych, -podejmowanie czynności zmierzających do orzeczenia o zastosowaniu wobec osoby uzależnionej od alkoholu obowiązku poddania się leczeniu odwykowemu,	ul. Rynek 2 68-343 Brody	68 37 12 155	poniedziałek 8.00 – 16.00 wtorek - piątek 7.30 – 15.30	<a href="http://bip.brody.pl/">http://bip.brody.pl/</a>	Dla osób uzależnionych
33	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Poradnictwo, wskazanie placówek terapii, -rozpoznawanie przemocy w rodzinach alkoholowych, -podejmowanie czynności zmierzających do orzeczenia o zastosowaniu wobec osoby uzależnionej od alkoholu obowiązku poddania się leczeniu odwykowemu,	ul. XX-lecia 20 68-320 Jasień	68 45 78 888	Poniedziałek- Piątek 07:30-15:30	<a href="http://www.jasien.com.pl">www.jasien.com.pl</a>	Dla osób uzależnionych
34	Gminna Komisja Rozwiązywania	Poradnictwo, wskazanie placówek	ul. Główna 9 68-213 Lipinki Łużyckie	68 36 26 239	poniedziałek: 8:00	<a href="http://www.bip.lipinki-luzyckie.pl/">http://www.bip.lipinki-luzyckie.pl/</a>	Dla osób uzależnionych

	Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Alkoholizmowi	terapii ,–rozpoznawanie przemocy w rodzinach alkoholowych, –podejmowanie czynności zmierzających do orzeczenia o zastosowaniu wobec osoby uzależnionej od alkoholu obowiązku poddania się leczeniu odwykowemu,			- 16:00 wtorek - piątek: 7:00 - 15:00		
35	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Lubsku	Poradnictwo, wskazanie placówek terapii ,–rozpoznawanie przemocy w rodzinach alkoholowych, –podejmowanie czynności zmierzających do orzeczenia o zastosowaniu wobec osoby uzależnionej od alkoholu obowiązku poddania się leczeniu odwykowemu,	Aleja Niepodległości 8 68-300 Lubsko	tel.: 68 45 76 255	pon.7:30-17:00 wt., śr., czw.7:30-15:30 8:00-13:00 7:30-14:30 pt.7:30-14:00	<a href="http://www.bip.lubsko.pl/">http://www.bip.lubsko.pl/</a>	Dla osób uzależnionych
36	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Poradnictwo, wskazanie placówek terapii ,–rozpoznawanie przemocy w rodzinach alkoholowych, –podejmowanie czynności zmierzających do orzeczenia o zastosowaniu wobec osoby uzależnionej od alkoholu obowiązku poddania się leczeniu odwykowemu,	ul. Żurawska 1 68-208 Łęknica	tel.:68 36 24 714	poniedziałek - piątek: 7:00 - 15:00	<a href="http://www.bip.umleknica.pl/">http://www.bip.umleknica.pl/</a>	Dla osób uzależnionych
37	Gminna Komisja ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Poradnictwo, wskazanie placówek terapii ,–rozpoznawanie przemocy w rodzinach alkoholowych, –podejmowanie czynności zmierzających do orzeczenia o zastosowaniu wobec osoby uzależnionej od alkoholu obowiązku	Plac Partyzantów 1 68-132 Przewóz	tel.: 68 36 23 296	poniedziałek 8.00 – 16.00 wtorek-piątek 7.00 – 15.00	<a href="http://www.przewoz.com.pl/">http://www.przewoz.com.pl/</a>	Dla osób uzależnionych



		poddania się leczeniu odwykowemu,					
38	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Poradnictwo, wskazanie placówek terapii ,–rozpoznawanie przemocy w rodzinach alkoholowych, –podejmowanie czynności zmierzających do orzeczenia o zastosowaniu wobec osoby uzależnionej od alkoholu obowiązku poddania się leczeniu odwykowemu,	ul. Żarska 41 68-212 Trzebieł	tel.:68 37 56 768	poniedziałek - piątek od 07:00 - 15:00	<a href="http://www.trzebiel.pl/">http://www.trzebiel.pl/</a>	Dla osób uzależnionych
39	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Poradnictwo, wskazanie placówek terapii ,–rozpoznawanie przemocy w rodzinach alkoholowych, –podejmowanie czynności zmierzających do orzeczenia o zastosowaniu wobec osoby uzależnionej od alkoholu obowiązku poddania się leczeniu odwykowemu,	ul. Parkowa 17 68-219 Tuplice	tel. kom.: 690 341 926	Poniedziałek 07:00–17:00 Wtorek 07:00–15:00 Środa 07:00–15:00 Czwartek 07:00–15:00 Piątek 07:00–13:00	<a href="http://www.tuplice.pl">www.tuplice.pl</a>	Dla osób uzależnionych
40	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Poradnictwo, wskazanie placówek terapii ,–rozpoznawanie przemocy w rodzinach alkoholowych, –podejmowanie czynności zmierzających do orzeczenia o zastosowaniu wobec osoby uzależnionej od alkoholu obowiązku poddania się leczeniu odwykowemu,	Al. Jana Pawła II 6 68-200 Żary	tel.: 68 47 07 320	od poniedziałku do piątku w godz. od 7.00 do 15.00	<a href="https://gminazary.pl/">https://gminazary.pl/</a>	Dla osób uzależnionych
41	Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Poradnictwo, wskazanie placówek terapii ,–rozpoznawanie przemocy w rodzinach alkoholowych, –podejmowanie czynności zmierzających	ul. Rynek 17 pok.13 i 16, 68-200 Żary	tel.:68 4708352	poniedziałek od 8.00 do 16.00 ; wtorek - piątek od 7.30 do 15.30	mail: <a href="mailto:mkrpa@um.zary.pl">mkrpa@um.zary.pl</a>	Dla osób uzależnionych

		do orzeczenia o zastosowaniu wobec osoby uzależnionej od alkoholu obowiązku poddania się leczeniu odwykowemu,					
42	NP. Poradnia Terapii Uzależnień Profil. NZOZ	terapię grupową i indywidualną, –wsparcie dla osób uzależnionych i współuzależnionych od alkoholu,	ul. Jagiellońska 13-13a, 68-200 Żary,	tel. (68) 363 48 73	Poniedziałek: 12.00-18.00 Wtorek: 12.00-20.00 Środa: 12.00- 20.00 Czwartek: 12.00-20.00 Piątek: 11.00- 20.00	<a href="http://www.poradnia-profil.pl">http://www.poradnia-profil.pl</a>	Dla osób uzależnionych
43	Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii	Poradnictwo w zakresie problemów z narkotykami jeśli masz problemy z narkotykami, używasz ich, jesteś uzależniony lub martwisz się o kogoś z Twojego otoczenia. Możesz tam uzyskać fachową poradę, a także informację o tym, jak pomóc sobie lub bliskiej osobie. Telefon jest czynny codziennie w godzinach od 16.00 do 21.00. Dzwońąc płacisz tylko za pierwszy impuls połączenia		Ogólnopolski Telefon Zaufania „Narkotyki – Narkomania” <b>Tel 801 199 990</b>	Telefon jest czynny codziennie w godzinach od 16.00 do 21.00. Opłata tylko za pierwszy impuls połączenia	-	Z pomocy mogą korzystać osoby uzależnione i osoby z ich otoczenia
44	Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii z siedzibą w Warszawie (02-776) przy ul. Dereniowej 52/54.	- patologiczny hazard - siecioholizm - zakupoholizm - seksoholizm - pracoholizm - zaburzenia odżywiania - inne uzależnienia (autoagresja, kleptomania, uzależnienie od ćwiczeń fizycznych i inne)		801 889 880 - Telefon Zaufania "Uzależnienia behawioralne"	<u>Telefon czynny</u> codziennie w godz.: 17:00 – 22:00 z wyjątkiem świąt państwowych Opłata wyłącznie za pierwszy impuls połączenia  <u>Grafik poradni online</u> wtorek: 12:00-15:00 czwartek: 16:00 - 19:00	<a href="https://www.uzaleznieniabehawioralne.pl/">https://www.uzaleznieniabehawioralne.pl/</a>  poradnia@uzaleznieniabehawioralne.pl  prawnik@uzaleznieniabehawioralne.pl	Z telefonu mogą korzystać wszystkie osoby, które mają problem lub też zastanawiają się, czy mają problem z uzależnieniami behawioralnymi. Z konsultantami mogą rozmawiać również osoby bliskie osobom uzależnionym – rodzina, przyjaciele, znajomi.

					Odpowiedzi na pytania przesłane drogą elektroniczną są zazwyczaj wysyłane w ciągu 48 godzin. Bywają jednak sytuacje, że czas oczekiwania wydłuża się do 3-4 dni.		
45	Punkt informacyjny ds. uzależnień i przemocy w rodzinie w Lubsku	–poradnictwo prawne, –poradnictwo psychologiczne, –poradnictwo pedagogiczne, –poradnictwo socjalne,	Lubsko ul. Niepodległości 8	tel.: 68/457 62 55	<b>PONIEDZIAŁEK</b> 800-1700 <b>WTOREK</b> 800-1600 1600-1930 1600-1900 <b>ŚRODA</b> 800-1630 1400-1800 1600-1930 1700 <b>CZWARTEK</b> 800-1600 1300-1600 <b>PIĄTEK</b> 800-1400 <b>NIEDZIELA</b> 1600	<a href="https://lubsko.pl/pl/harmonogram-pracy-punktu-informacyjno-konsultacyjnego-ds-uzaleznien-i-przemocy">https://lubsko.pl/pl/harmonogram-pracy-punktu-informacyjno-konsultacyjnego-ds-uzaleznien-i-przemocy</a>	Dla osób uzależnionych
46	Ośrodek Terapii Intramed Refundacja NFZ	<i>Rodzaj terapii: indywidualna i grupowa</i> Leczone uzależnienia:  alkohol, narkotyki, hazard, seks, komputer i sieć, zakupy, praca, inne	<i>Ośrodek Terapii Intramed</i> ul. Wrocławska 16a 68-300 Lubsko	Tel.: 68 455 68 44	-	email: intramed.lubsko@gmail.com	dla osób uzależnionych
<b>PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ</b>							
47	Gminny Zespół Interdyscyplinary do	diagnozowanie problemu przemocy w	Gminny Ośrodek	68 3712574	Nie rzadziej niż raz	opsbrody@interia.pl	Dla osób

	Spraw Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Brodach	rodzinie, następnie podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą w celach zapobiegawczych bądź podejmowanie interwencji w środowisku dotkniętym patologią.	Pomocy Społecznej w Brodach ul. Rynek 2 68-343 Brody		na 3 miesiące		doświadczających przemocy domowej
48	Zespół Interdyscyplinary ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie przy Urzędzie Gminy w Żarach	diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie, następnie podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą w celach zapobiegawczych bądź podejmowanie interwencji w środowisku dotkniętym patologią.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Żarach Aleja Jana Pawła II 6 68-200 Żary	68 470 73 21 68 478 62 88	Nie rzadziej niż raz na 3 miesiące	gops@gminazary.pl	Dla osób doświadczających przemocy domowej
49	Zespół Interdyscyplinary ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie	diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie, następnie podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą w celach zapobiegawczych bądź podejmowanie interwencji w środowisku dotkniętym patologią.	Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Parkowa 17 68-219 Tuplice	690 341 926	Nie rzadziej niż raz na 3 miesiące	witka@ops.tuplice.pl	Dla osób doświadczających przemocy domowej
50	Zespół Interdyscyplinary do spraw Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie	diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie, następnie podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą w celach zapobiegawczych bądź podejmowanie interwencji w środowisku dotkniętym patologią.	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Lubsku 3 Maja 1 68-300 Lubsko	068 4558387 0684558381	Nie rzadziej niż raz na 3 miesiące	etomialowicz@mgops.lubsk o.pl	Dla osób doświadczających przemocy domowej
51	Zespół Interdyscyplinary ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie.	diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie, następnie podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą w celach zapobiegawczych bądź podejmowanie interwencji w środowisku dotkniętym patologią.	Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Główna 9 68-213 Lipinki Łużyckie	68-362-62-52 68-362-62-31	Nie rzadziej niż raz na 3 miesiące	ops@Lipinki-luzyckie.pl	Dla osób doświadczających przemocy domowej

52	Zespół Interdyscyplinarny w Jasieniu	diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie, następnie podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą w celach zapobiegawczych bądź podejmowanie interwencji w środowisku dotkniętym patologią.	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Jasieniu XX-lecia 20 68-320 Jasień	68 3710667 68 3710842	Nie rzadziej niż raz na 3 miesiące	poczta@mgops.jasien.pl	Dla osób doświadczających przemocy domowej
53	Zespół Interdyscyplinarny w Łęknicy	diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie, następnie podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą w celach zapobiegawczych bądź podejmowanie interwencji w środowisku dotkniętym patologią.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Łęknicy Żurawska 1 68-208 Łęknica	68 362 47 22	Nie rzadziej niż raz na 3 miesiące	zespol.interdyscyplinarny@mopszgora.pl	Dla osób doświadczających przemocy domowej
54	Zespół Interdyscyplinarny w Żarach działający na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie	diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie, następnie podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą w celach zapobiegawczych bądź podejmowanie interwencji w środowisku dotkniętym patologią.	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Żarach Domańskiego 1 68-200 Żary	68 475 55 80	Nie rzadziej niż raz na 3 miesiące	<a href="http://www.mops.zary.pl/">http://www.mops.zary.pl/</a>	Dla osób doświadczających przemocy domowej
55	Zespół Interdyscyplinarny	diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie, następnie podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą w celach zapobiegawczych bądź podejmowanie interwencji w środowisku dotkniętym patologią.	Ośrodek Pomocy Społecznej Żarska 41 68-212 Trzebień	683756826 683756751	Nie rzadziej niż raz na 3 miesiące	ops@trzebień.pl	Dla osób doświadczających przemocy domowej
56	Zespół Interdyscyplinarny	diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie, następnie podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą w celach zapobiegawczych bądź podejmowanie	Urząd Gminy Plac Partyzantów 1 68-132 Przewóz	68-362-32-99 68-362-32-87	Nie rzadziej niż raz na 3 miesiące	ops_przewoz@wp.pl	Dla osób doświadczających przemocy domowej

		interwencji w środowisku dotkniętym patologią.					
57	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Żarach	pomoc materialna pomoc socjalna, pomoc prawna	ul. Artylerzystów 3 68-200 Żary	tel.: 68/363 06 80	poniedziałek: 7.00-16.00 wtorek- czwartek: 7.00-15.00 piątek: 7.00-14.00	<a href="http://pcprzary.pl/">http://pcprzary.pl/</a>	Dla osób doświadczających przemocy
58	Komenda Powiatowa Policji w Żarach	zgłoszenie przemocy w rodzinie, –interwencja wobec przemocy w rodzinie, –pomoc prawna, –poradnictwo,	Żary ul. Legionistów 3	tel.: 68/476 33 11	24h	<a href="http://zary.lubuska.policja.gov.pl/">http://zary.lubuska.policja.gov.pl/</a>	Dla osób doświadczających przemocy
55	Posterunek Policji w Łęknicy	zgłoszenie przemocy w rodzinie, –interwencja wobec przemocy w rodzinie, –pomoc prawna, –poradnictwo,	Łęknica ul.1 Maja 2a	tel.: 68/362 48 11	24h	<a href="http://zary.lubuska.policja.gov.pl/g12/kontakt/posterunki/posterunek/27768,POSTERUNEK-POLICJI-W-LEKNICY.html">http://zary.lubuska.policja.gov.pl/g12/kontakt/posterunki/posterunek/27768,POSTERUNEK-POLICJI-W-LEKNICY.html</a>	Dla osób doświadczających przemocy
59	Posterunek Policji w Trzebielu	zgłoszenie przemocy w rodzinie, –interwencja wobec przemocy w rodzinie, –pomoc prawna, –poradnictwo,	Trzebiele ul.20 lutego 8	tel.: 68/375 42 11	24h	<a href="http://zary.lubuska.policja.gov.pl/g12/kontakt/posterunki/posterunek/27769,POSTERUNEK-POLICJI-W-TRZEBIELU.html">http://zary.lubuska.policja.gov.pl/g12/kontakt/posterunki/posterunek/27769,POSTERUNEK-POLICJI-W-TRZEBIELU.html</a>	Dla osób doświadczających przemocy
60	Komisariat Policji w Lubsku	zgłoszenie przemocy w rodzinie, –interwencja wobec przemocy w rodzinie, –pomoc prawna, –poradnictwo,	Lubsko ul. Wojska Polskiego 3	tel.: 68/476 35 11	24h	<a href="http://zary.lubuska.policja.gov.pl/g12/dziel/kp-l/25710,Dzielnicowi-KP-LUBSKO.html">http://zary.lubuska.policja.gov.pl/g12/dziel/kp-l/25710,Dzielnicowi-KP-LUBSKO.html</a>	Dla osób doświadczających przemocy
61	Posterunek Policji w Przewozie	zgłoszenie przemocy w rodzinie, –interwencja wobec przemocy w rodzinie, –pomoc prawna, –poradnictwo,	Przewóz ul. Świerczewskiego 8	tel.: 68/375 10 01	24h	<a href="http://zary.lubuska.policja.gov.pl/g12/kontakt/posterunki/posterunek-p/1/27770,POSTERUNEK-POLICJI-W-PRZEWOZIE.html">http://zary.lubuska.policja.gov.pl/g12/kontakt/posterunki/posterunek-p/1/27770,POSTERUNEK-POLICJI-W-PRZEWOZIE.html</a>	Dla osób doświadczających przemocy
62	Posterunek Policji w Jasieniu	zgłoszenie przemocy w rodzinie, –interwencja wobec przemocy w rodzinie, –pomoc prawna, –poradnictwo,	Jasień ul. Pl. Wolności 1	tel.: 68/371 08 97	24h	<a href="http://zary.lubuska.policja.gov.pl/g12/kontakt/posterunki/posterunek-policji/27766,POSTERUNEK-POLICJI-W-JASIENIU.html">http://zary.lubuska.policja.gov.pl/g12/kontakt/posterunki/posterunek-policji/27766,POSTERUNEK-POLICJI-W-JASIENIU.html</a>	Dla osób doświadczających przemocy
63	Posterunek Policji w Brodach	zgłoszenie przemocy w rodzinie, –interwencja wobec przemocy w rodzinie, –pomoc prawna, –poradnictwo,	Brody ul. Kościuszki 3	tel.: 68/371 20 97	24h	<a href="http://zary.lubuska.policja.gov.pl/g12/kontakt/posterunki/posterunek-p/27767,POSTERUNEK-POLICJI-W-BRODACH.html">http://zary.lubuska.policja.gov.pl/g12/kontakt/posterunki/posterunek-p/27767,POSTERUNEK-POLICJI-W-BRODACH.html</a>	Dla osób doświadczających przemocy
64	Prokurator Rejonowy	zgłoszenie przemocy/znęcania w rodzinie,	Żary ul. Górnośląska 17	Centrala : + 48 68 363-93-51 Fax + 48 68 363-93-60 przary@zielona-gora.po.gov.pl WAŻNE !! ePUAP - elektroniczna skrzynka	Interesanci przyjmowani są w dniach powszednich w godzinach: od	<a href="http://www.zielona-gora.po.gov.pl/">http://www.zielona-gora.po.gov.pl/</a>	Dla osób doświadczających przemocy

				podawcza Skrytka odbiorcza: /pozgora/skrytka	10:00 do 14:00		
65	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. godz. 08.00–22.00 ndz. i święta godz. 08.00–16.00	www.niebieskalinia.info  biuro@niebieskalinia	Dla osób doświadczających przemocy domowej
66	Policyjny Telefon Zaufania ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie	- wsparcie w sytuacji przemocy w rodzinie. – informacje na temat procedury "Niebieskiej Karty", np. jakie inne podmioty poza policją, mogą ją założyć.	-	800 120 226 połączenie bezpłatne	Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 9.30 - 15.30		Pomoc dla dzieci i dorosłych
<b>INTERWENCJA KRYZYSOWA</b>							
67	Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego  Gminny Zespół Zarządzania Kryzysowego: Gmina Brody Miasto i Gmina Jasień Gmina Lipinki Łużyckie Miasto i Gmina Lubsko Miasto Łęknica Gmina Przewóz Gmina Trzebień Gmina Tuplice Gmina Żary Miasto Żary	Powiatowe Centrum Zarządzania zapewnia przepływ informacji na potrzeby zarządzania kryzysowego  Monitorowanie bezpieczeństwa	Starostwo Powiatowe w Żarach Al. Jana Pawła II 5, 68-200 Żary pok. 302	tel. 68 479 0636, fax 68 479 0612	Poniedziałek 7.00-16.00 Wtorek-czwartek 7.00-15.00 Piątek 7.00-14.00	www.powiatzary.pl c.rak@powiatzarski.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
68	Ośrodek Interwencji Kryzysowej	<u>Zakres usług:</u> Pomoc psychologiczna Pomoc socjalna (praca socjalna) Pomoc prawna Pomoc medyczna Psychoterapia <u>Problemy w jakich udzielana jest pomoc:</u> Konflikty rodzinne Samobójstwa Przemoc domowa Agresja	Okrzei 70a 68-200 Żary	(0-68) 470-14-44	codziennie w dni powszednie od 16 do 20	http://www.interwencjakryzysowa.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego

		Przemoc seksualna Wykorzystywanie seksualne dzieci Utraty okołoporodowe Bezrobocie Wypadki, katastrofy					
69	Centralne Zarządzenie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Rakowiecka 2A 00-993 Warszawa	Całodobowy dyżur: (22) 361 69 00 (22) 785 700 177 e-mail: dyzurny@rcb.gov.p	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	<a href="http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/">http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/</a> poczta@rcb.gov.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
70	Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę	<u>Bezpieczeństwo dzieci</u> - wsparcie i informacje w zakresie w zakresie przeciwdziałania i pomocy psychologicznej dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności takie jak: agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, depresja i obniżony nastrój, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania. - konsultacje w zakresie podejmowania interwencji w przypadku podejrzenia przestępstw wobec dzieci, w szczególności wykorzystywania seksualnego, oraz pomocy psychologicznej dla dzieci doświadczonych		tel 800 100 100	od poniedziałku do piątku w godzinach 12:00 - 15:00. Jeśli zadzwonisz tam w godzinach nocnych i zostawisz informację o sobie i swój numer – konsultanci do Ciebie oddzwonią.	<a href="http://www.fdds.pl">www.fdds.pl</a>	bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna dla rodziców i nauczycieli



		przemocą i wykorzystywaniem seksualnym i uczestniczących w charakterze świadków i pokrzywdzonych w procedurach prawnych.					
71	Fundacja Itaka Centrum Poszukiwań Ludzi Zaginionych	w sprawie zaginionego dziecka. Telefon 116 000 jest skierowany do rodziców i opiekunów, którym zaginęło dziecko, do zaginionych dzieci oraz do wszystkich osób, które mogą pomóc w ich odnalezieniu  - przyjęcie zgłoszenia o zaginięciu, doradzenie, w jaki sposób zorganizować poszukiwania na własną rękę oraz czego można oczekiwać od policji. - wsparcie psychologa, prawnika, pracownika socjalnego..	Fundacja Itaka 00-958 Warszawa, skr poczt 127	Linia Wsparcia tel.: 22 654 70 70 (z telefonów stacjonarnych)  <u>Telefon w sprawie zaginionego dziecka lub nastolatka</u> Tel.: 116 000 - połączenie bezpłatne	Od poniedziałku do piątku w godz 13:00 – 17:00 , w każdą sobotę i niedzielę w godz 9:00 – 13:00  kontakt mailowy <a href="mailto:biuro@zaginieni.pl">biuro@zaginieni.pl</a>	<a href="http://www.zaginieni.pl">www.zaginieni.pl</a>	Bezpłatna pomoc dla dzieci i dorosłych - w sytuacji gdy zaginał człowiek
<b>DLA OSÓB BEZROBOTNYCH</b>							
72	Powiatowy Urząd Pracy W Żarach	Informacje o usługach urzędów pracy	Mieszka I 15, 68-200 Żary	68 479 13 56	Poniedziałek – Piątek 7.00-14.00	<a href="http://www.zary.praca.gov.pl">http://www.zary.praca.gov.pl</a> <a href="mailto:zizrlu@praca.gov.pl">zizrlu@praca.gov.pl</a>	Mogą korzystać: - zarejestrowani -poszukujący pracy - pracodawcy
73	Powiatowy Urząd Pracy W Żarach Filia w Lubsku	Informacje o usługach urzędów pracy	Pokoju 1c, 68-300 Lubsko	68 457 23 66	Poniedziałek – Piątek 7.00-14.00	<a href="http://pup.zary.sisco.info">http://pup.zary.sisco.info</a> <a href="mailto:zizrlu@praca.gov.pl">zizrlu@praca.gov.pl</a>	Mogą korzystać: - zarejestrowani -poszukujący pracy - pracodawcy
74	Fundacja Przedsiębiorczość	Fundacja realizuje swój cel wszystkimi dostępnymi środkami, między innymi poprzez: – przekazywanie wiedzy, – wsparcie finansowe,	Mieszka I 13, 68-200 Żary	68 479 16 04	Poniedziałek – Piątek 8.00-15.30	<a href="https://fundacja.zary.pl/">https://fundacja.zary.pl/</a>	Mogą korzystać: - zarejestrowani -poszukujący pracy - pracodawcy

		– wsparcie techniczne.					
75	Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia	Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy.	Urząd Pracy. Ciepła 20 . 15-472 Białystok.	19 524 (z Polski) +48 22 19524 (z zagranicy) Koszt zgodnie z taryfą operatora.	pn.- pt. godz. 08.00-18.00	www.zielonalinia.gov.pl  biuro@zielonalinia.gov.pl	Mogą korzystać: - zarejestrowani -poszukujący pracy - pracodawcy
<b>DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM</b>							
76	Lubuski Ruch na Rzecz Kobiet i Rodziny "Żar"	Niesienie pomocy ofiarom przemocy domowej	ul. Wrocławska 5 68-200 Żary	tel. + 48 (68) 470-14-44 lub 699 902 860	<u>Ośrodek Interwencji Kryzysowej</u> Czynny cały rok od poniedziałku do piątku, od godziny 16.00 do 20.00.	http://www.lubuskiruch.pl/kontakt.htm  lubuskiruch@wp.pl	Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie
<b>PRAWO KONSUMENCKIE</b>							
77	Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	Starostwo Powiatowe Al. Jana Pawła II 5, pok. 202, 68-200 Żary	68 479 0626	PONIEDZIAŁKI - godz. 7.00 - 16.00 CZWARTKI - godz. 7.00 - 15.00	www.powiatzary.pl	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw konsumenckich
78	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	pn.- pt. godz. 08.00-18.00	https://www.uokik.gov.pl/ porady@dlakonsumentow.pl	Prawo konsumenckie
79	Wojewódzki Inspektorat Inspekcji Handlowej	W zakresie umów zawieranych między konsumentami a przedsiębiorcą oraz sporów z nich wynikających	Ul. Bohaterów Westerplatte 11 65-034 Zielona Góra	68 322 18 36 68 322 18 32	pn – pt 7:30 – 15:30	www.ihgorzow.ires.pl delegatura@wiih.gorzow.pl	Porady w zakresie prawa konsumenckiego – bezpośrednio, telefonicznie, listownie i elektronicznie
<b>PRAWA PACJENTA</b>							

80	Narodowy Fundusz Zdrowia - Oddział w Zielonej Górze	Ochrona praw pacjenta	Podgórna 9B, 65-057 Zielona Góra	68 328 76 00	pn.- pt. godz. 08.00-16.00	<a href="https://www.nfz-zielonagora.pl/">https://www.nfz-zielonagora.pl/</a>	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
81	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	pn. - pt. godz. 08.00-20.00	<a href="https://www.bpp.gov.pl">https://www.bpp.gov.pl</a> kancelaria@rpp.gov.pl	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
82	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 infolinię	pn.- pt. godz. 08.00-16.00	<a href="http://www.nfz.gov.pl">http://www.nfz.gov.pl</a> infolinia@nfz.gov.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
83	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	SIEDZIBA ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa Telefon (22) 461 60 00 KORESPONDENCJA Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	<b>801 801 015</b> Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. godz. 08.00-17.00	<a href="http://www.niepelnosprawni.gov.pl">http://www.niepelnosprawni.gov.pl</a> sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych
84	3.Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania .	Ochrona praw dziecka	Biuro RPD Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa <b>tel.:</b> (22) 583 66 00 . <b>fax.:</b> (22) 583 66 96. pn.-pt. godz.08.15-16.15.	800 121 212 Bezplatna infolinia	pn.- pt. godz. 08.15-20.00. (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią)	<a href="https://brpd.gov.pl">https://brpd.gov.pl</a> 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>							
85	Punkt Informacyjny Zakładu Ubezpieczeń Społecznych w Żarach	Emerytury Renty Zasiłki	Lotników 1A, 68-200 Żary	Infolinia ZUS Żary (22) 560 16 00* z telefonów stacjonarnych i	Poniedziałek 8.00-18.00 Wtorek 8.00-15.00 Środa 8.00-15.00	<a href="http://www.zus.info.pl/zus-zary/">www.zus.info.pl/zus-zary/</a>	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze

				komórkowych	Czwartek 8.00-15.00 Piątek 8.00-15.00		
86	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	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.	(22) 560 16 00 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.	pn. – pt. godz. 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
<b>PRAWO PRACY</b>							
87	Okręgowa Inspekcja Pracy w Zielonej Górze	Porady z zakresu prawa pracy.	Dekoracyjna 8, 65-155 Zielona Góra	tel. 68 451 39 00 fax 68 451 39 11	Telefoniczne porady prawne od poniedziałku do piątku w godz. od 9:00 do 15:00 pod numerami telefonów: - 801 002 006 – dla osób dzwoniących z telefonów stacjonarnych, - 459 599 000 – dla osób dzwoniących z telefonów komórkowych. Osobiste, bezpośrednie porady prawne w poniedziałek w godz. od 8:00 do 18:00 od wtorku do piątku w godz. od 8:00 do 15:00	<a href="https://zielonagora.pip.gov.pl/pl/">https://zielonagora.pip.gov.pl/pl/</a> <kancelaria@zgora.pip.gov.pl	
88	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 20tel. stacj.) 459 599 000 (dla t20el. kom.) 22 391 83 60 (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) Koszt połączenia		<a href="http://www.bip.pip.gov.pl">www.bip.pip.gov.pl</a> ,  kancelaria@gip.pip.gov.pl	

				zgodnie z taryfą operatora. Uwaga!!! naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie .			
<b>PRAWO PODATKOWE</b>							
89	Urząd Skarbowy w Żarach	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	Osadników Wojskowych 3-4, 68-200 Żary	68 456 05 00	<b>Godziny urzędowania:</b> poniedziałek - piątek w godzinach od 8:00 do 15:00 <b>Godziny pracy Sali Obsługi Klienta:</b> w poniedziałek w godzinach od 7:30 do 18:00 od wtorku do piątku w godzinach od 7:30 do 14:30 <b>Punkt kasowy:</b> POCZTA POLSKA S.A. Żary ul. Pocztowa 3/4.	<a href="https://www.lubuskie.kas.gov.pl/urzed-skarbowy-w-zarach">https://www.lubuskie.kas.gov.pl/urzed-skarbowy-w-zarach</a>	Z porad może skorzystać każdy podatnik
90	Krajowa Informacja Skarbowa	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Teodora Sixta 17, 43-300 Bielsko-Biała	01 055 055 ( 21 z tel. stacjonarnych. (22) 330 03 30 z t21el. komórkowych. 48 (22)33 00 330 z 21tel. zagranicznych. oszt zgodnie z taryfą peratora	pn.- pt. godz. 07.00-18.00	<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>	Z porad może skorzystać każdy podatnik
<b>DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO</b>							
91	Rzecznik Finansowy. (Ubezpieczonych)	Prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87 02-001 Warszawa.	<b>Ubezpieczenia gospodarcze (22) 333 73 28</b> <b>Ubezpieczenia Społeczne. OFE ZUS (22) 333 73 26</b> <b>lub (22) 333 73 27</b> <b>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego (22) 333 73 25</b>	<b>pn.-pt. godz. 08.00-18.00</b>  <b>pn.-pt. godz.11.00-15.00</b>  <b>pn.-pt. godz. 08.00-16.00</b>	<b>Porady e-mail:</b> <a href="mailto:porady@rf.gov.pl">porady@rf.gov.pl</a> (czas oczekiwania na odpowiedź e-mailową ok.2 tygodni)  <a href="https://rf.gov.pl/kontakt">https://rf.gov.pl/kontakt</a>  <a href="mailto:biuro@rf.gov.pl">biuro@rf.gov.pl</a>	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń

**INNE**

[WWW.OBYWATEL.GOV.PL](http://WWW.OBYWATEL.GOV.PL)

Informacje i usługi przyjazne obywatelom  
portal Ministerstwa Cyfryzacji

92

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.  
godz. 10.00-18.00  
wt. - pt.  
godz. 08.00-16.00

<https://www.rpo.gov.pl>  
[biurorzecznika@brpo.gov.pl](mailto:biurorzecznika@brpo.gov.pl)

Może zgłosić się  
każdy, kto uważa,  
że jego prawa są  
naruszone