

## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
<b>RODZINNE</b>							
1.	Fundacja PRAWA DZIECI	Pomoc polega na nieodpłatnej udzieleniu porady / napisaniu pisma do Sądu / pisma do Urzędu lub innej indywidualnie ustalonej formy pomocy	Plac Jana Pawła II 1/3a, 41-709 Ruda Śląska	605 09 07 99	ustalenie godzin spotkań i konsultacji tylko i wyłącznie po uprzednim kontakcie telefonicznym	biuro@prawadzieci.pl ; www.prawadzieci.pl	każdy kto potrzebuje pomocy w sprawach łamania praw dzieci, przemocy, ciężkich sytuacjach około rozwodowych oraz zgodnych z celami statutowymi  zapisy telefoniczne lub e-mailowe
<b>PSYCHOLOGICZNE</b>							
2.	Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze	Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66.	800 70 2222 bezpłatna infolinia	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	<a href="http://www.linia wsparcia.pl">www.linia wsparcia.pl</a> <a href="mailto:porady@linia wsparcia.pl">porady@linia wsparcia.pl</a>	Dla osób będących w kryzysie psychicznym
3.	Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Rudzie Śląskiej	Przemoc w rodzinie, problemy małżeńskie, wykorzystanie seksualne/gwałt, problemy rodzinne, kryzys osobisty, myśli samobójcze, żałoba, zachowania agresywne, wypadek/katastrofa	ul. Ballestremów 16 41-700 Ruda Śląska	32 344 03 26, 503 060 016	7 dni w tygodniu godz. 8 - 20	<a href="mailto:sekretariat@oikrsl.org">sekretariat@oikrsl.org</a>	Mieszkańcy Miasta Ruda Śląska  Klienci umówić mogą się telefonicznie lub osobiście. W sytuacjach nagłych klienci przyjmowani są

							bez umówionego wcześniej terminu.
4.	Telefon zaufania dla dorosłych w kryzysie emocjonalnym			116 123 połączenie bezpłatne	Pn. - Pt. 14:00 – 22:00		Osoby dorosłe w kryzysie emocjonalnym
	Poradnia Zdrowia Psychicznego	Kryzys psychiczny, stany depresyjne, myśli samobójcze	Wojewódzki Szpital Specjalistyczny nr 4 Al. Legionów 10 41-902 Bytom	(32) 396 44 19 (32) 281 02 71 do 77		<a href="http://www.szpital4.bytom.pl">www.szpital4.bytom.pl</a> <a href="mailto:szpital@szpital4.bytom.pl">szpital@szpital4.bytom.pl</a>	Osoby dorosłe w kryzysie psychicznym
<b>PEDAGOGICZNE</b>							
<b>POMOC SPOŁECZNA</b>							
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Rudzie Śląskiej	porada ustna, pomoc prawna w sporządzaniu pism	ul. Markowej 22 41-707 Ruda Śląska	32 344 03 23	poniedziałek : godz. 14.00 - 16.00 piątek : godz. 8.00 - 10.00	<a href="http://www.mops.rsl.pl">www.mops.rsl.pl</a>	osoby zagrożone wykluczeniem społecznym  telefonicznie, za pośrednictwem pracowników socjalnych lub osobiście w siedzibie MOPS
	Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Rudzie Śląskiej	wszczynanie procedury Niebieskie Karty, praca z osobami doświadczającymi przemocy i osobami podejrzanymi o jej stosowanie w ramach procedury Niebieskiej Karty. Pomoc w uzyskaniu schronienia dla ofiar przemocy,	ul. Ballestremów 16 41-700 Ruda Śląska	32 344 03 26, 503 060 016	od poniedziałku do piątku godz 8-16	<a href="mailto:sekretariat@oikrsl.org">sekretariat@oikrsl.org</a>	mieszkańcy Miasta Ruda Śląska  Klienci umówić mogą się telefonicznie lub osobiście. W sytuacjach nagłych klienci przyjmowani są bez umówionego

		<p>pomoc w wypisaniu wniosków do Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, towarzyszenie klientom Ośrodka w załatwianiu spraw urzędowych, przeprowadzanie wywiadów środowiskowych</p>					wcześniej terminu.
	NP. Schronisko dla osób bezdomnych	Dyżury poradnicze dla osób bezdomnych					
<b>ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ</b>							
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Rudzie Śląskiej	<p>1. wsparcie, pomoc w uzyskaniu kompleksowej informacji o możliwości rozwiązania problemu, w znalezieniu odpowiedniej placówki specjalistycznej oraz motywowanie do podjęcia leczenia odwykowego lub terapii dla osób współuzależnionych. Ponadto konsultanci świadczą wsparcie edukacyjne dla placówek oświatowych w powyższym zakresie.</p> <p>2. wsparcie, uzyskanie kompleksowej informacji o możliwości rozwiązania problemu zarówno dla osób uzależnionych, osób</p>	ul. Markowej 22 41-707 Ruda Śląska	32 344 03 23 wew. 374, 320, 319	<p>1. poradnictwo z zakresu profilaktyki i problemów związanych z uzależnieniem od alkoholu: poniedziałek-piątek 7.30 – 15.30</p> <p>2. poradnictwo z zakresu narkomanii: wtorek 16.00-18.00</p>	www.mops.rsl.pl	<p>mieszkańcy Miasta Ruda Śląska</p> <p>zapisy: telefoniczne, osobiste lub za pośrednictwem pracownika socjalnego</p>

		zagrożonych uzależnieniem od narkotyków jak i ich bliskich. Poradnictwo prowadzone jest przez specjalistę terapii uzależnień					
	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Anima” Poradnia dla osób uzależnionych od alkoholu	Porady i terapia w zakresie leczenia uzależnień od alkoholu	ul. Katowicka 77, 41-500 Chorzów	32 241 39 42	Pn., Wt., Czw. 8:00 – 16:00 Śr. 8:00 – 20:00 Pt. 8:00 – 14:00 lub osobista – w Poradni Pn., Wt., Czw. 8:00–16:00 Śr. 8:00 – 19:00 Pt. 8:00 – 14:00		Dla osób bezpośrednio lub pośrednio dotkniętych uzależnieniem od alkoholu
	Poradnia Terapii Uzależnień od Substancji Psychoaktywnych i Współuzależnionych	Grupy wsparcia dla osób uzależnionych, leczenie substytucyjne	Szpital Specjalistyczny w Chorzowie ul. Zjednoczenia 10, 41-500 Chorzów	32 346 36 14	Wymagana rejestracja: osobista – w siedzibie poradni Pn. - Pt. 8:00 -15:00		Brak ograniczeń
	Krajowe centrum do spraw AIDS / HIV	Wsparcie dla osób zakażonych, pomoc w poprawie jakości życia i dostęp do opieki zdrowotnej dla osób żyjących z HIV/AIDS oraz ich bliskich	u. Samsonowska 1 02-829 Warszawa	22 33 17 777  Telefon zaufania 801 888 448	Pn. - Pt. 9:00 – 21:00	<a href="http://www.aids.gov.pl">www.aids.gov.pl</a>	Osoby zakażone oraz ich bliscy
	Krajowe biuro do spraw przeciwdziałania narkomanii	Porady i terapia w zakresie leczenia	<i>Dereniowa 52/54 02-776 Warszawa</i>	800 199 990	Codziennie 16:00 – 21:00	<a href="http://www.kbpn.gov.pl">www.kbpn.gov.pl</a> <a href="http://www.narkomania.gov.pl">www.narkomania.gov.pl</a>	Osoby używające narkotyków, uzależnione i ich bliscy
	Krajowe biuro do spraw rozwiązywania	Porady i terapia w zakresie leczenia	<i>Dereniowa 52/54 02-776 Warszawa</i>	(22) 649 66 59	Codziennie 16:00 – 21:00	<a href="http://www.kbpn.gov.pl">www.kbpn.gov.pl</a>	Osoby uzależnione oraz ich bliscy

problemów hazardowych							
<b>PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ</b>							
Fundacja PRAWA DZIECI	Pomoc polega na nieodpłatnej udzieleniu porady / napisaniu pisma do Sądu / pisma do Urzędu lub innej indywidualnie ustalonej formy pomocy	Plac Jana Pawła II 1/3a, 41-709 Ruda Śląska	605 09 07 99	ustalanie godzin spotkań i konsultacji tylko i wyłącznie po uprzednim kontakcie telefonicznym	<a href="mailto:biuro@prawadzieci.pl">biuro@prawadzieci.pl</a> ; <a href="http://www.prawadzieci.pl">www.prawadzieci.pl</a>	każdy kto potrzebuje pomocy w sprawach łamania praw dzieci, przemocy, ciężkich sytuacjach około rozwodowych oraz zgodnych z celami statutowymi	zapisy telefoniczne lub e-mailowe
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	<b>800 120 002</b>  Bezpłatna infolinia	pn. – sob. godz. 08.00–22.00 ndz. i święta godz. 08.00–16.00	<a href="http://www.niebieska linia.info">www.niebieska linia.info</a>  <a href="mailto:biuro@niebieska linia.info">biuro@niebieska linia.info</a>	Dla osób doświadczających przemocy domowej	
Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Rudzie Śląskiej	poradnictwo psychologiczne, socjalne i prawne w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie, pomoc w uzyskaniu schronienia dla ofiar przemocy, wszczynanie procedury Niebieskie Karty, grupa wsparcia dla ofiar przemocy, program korekcyjno - edukacyjny dla osób stosujących przemoc.	ul. Ballestremów 16 41-700 Ruda Śląska	32 344 03 26, 503 060 016	7 dni w tygodniu godz 8-20	<a href="mailto:sekretariat@oikrsl.org">sekretariat@oikrsl.org</a>	mieszkańcy Miasta Ruda Śląska	

	Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie	Prowadzenie hostelu, poradnictwo, grupy wsparcia, zajęcia socjoterapeutyczne i edukacyjne, indywidualne konsultacje	ul. 3 Maja 4/1 41-500 Chorzów	32 345 28 10	całodobowo	<a href="mailto:sowopr@opschorzow.pl">sowopr@opschorzow.pl</a> <a href="http://www.opschorzow.pl">www.opschorzow.pl</a>	Dla osób bezpośrednio lub pośrednio doświadczających przemocy
	Telefon zaufania - Helpline	Wsparcie w zakresie pomocy dzieciom z problemami zw. Agresją, przemocą, kontaktem z substancjami psychoaktywnymi		800 100 10			Rodzice, nauczyciele
	Telefon zaufania dla Dzieci i Młodzieży	- wsparcie - pomoc psychologiczna,		116 111 połączenie bezpłatne	Codziennie 12:00 – 20:00		Dzieci i młodzież
	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie	Budowanie systemu pomocy pokrzywdzonym poprzez integrowanie i koordynowanie działań służb, instytucji organizacji i specjalistów	ul. 3 Maja 4/1 41-500 Chorzów	32 345 28 10	Pn. - Pt. 7:00 – 15:00	interdyscyplinarny@opsc horzow.pl	Dla osób doświadczających przemocy w rodzinie
	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie	Integrowanie i koordynowanie działań podmiotów oraz specjalistów w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	ul. Strzelców Bytomskich 21 41-902 Bytom	(32) 388 95 75	Pn. - Sob. 8:00 – 22:00 Nd. i święta 8:00 – 16:00	zespol@mopr.bytom.pl	Dla osób doświadczających przemocy domowej
	Stowarzyszenie na Rzecz Dzieci i Młodzieży „Przystanek”	Wsparcie psychologiczne ( w tym dla osób borykających się z problemem uzależnień także narkomani), terapia rodzinna, porady	ul. Osiedlowa 1/3 41-710 Ruda Śląska	698 428 503 571 485 694 668 563 553 502 045 755	Wt. 15:00 – 19:00 Śr. 15:00 – 20:00 Czw. 16:15 – 20:15	joasia.golicz@gmail.com	

		prawne, Punkt konsultacyjny ds. Ochrony Praw Dziecka					
<b>INTERWENCJA KRYZYSOWA</b>							
	Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Rudzie Śląskiej	myśli samobójcze, samobójstwa, przemoc w rodzinie, utraty okołoporodowe, wykorzystanie seksualne/gwałt, wypadki katastrofy	ul. Ballestremów 16 41-700 Ruda Śląska	32 344 03 26, 503 060 016	7 dni w tygodniu godz 8-20	<a href="mailto:sekretariat@oikrsl.org">sekretariat@oikrsl.org</a>	mieszkańcy Miasta Ruda Śląska
	Centralne Zarządzenie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Rakowiecka 2A 00-993 Warszawa	Całodobowy dyżur: <b>(22) 361 69 00</b> <b>(22) 785 700 177</b> e-mail: <a href="mailto:dyzurny@rcb.gov.p">dyzurny@rcb.gov.p</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>  <a href="mailto:poczta@rcb.gov.pl">poczta@rcb.gov.pl</a>	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
<b>DLA OSÓB BEZROBOTNYCH</b>							
	Powiatowy Urząd Pracy w Rudzie Śląskiej	poradnictwo zawodowe świadczone w formie: porady indywidualnej, porady grupowej, szkolenia z zakresu umiejętności poszukiwania pracy realizowanego przez powiatowe urzędy pracy, informacji indywidualnej, informacji grupowej, udostępniania zasobów informacji zawodowych, pomocy pracodawcy krajowemu w doborze kandydatów	ul. Ballestremów 16, 41-700 Ruda Śląska	32 771-59-76, 32 771-59-73, 32 771-59-26	poniedziałek-środa 7:30-14:30 czwartek 7:30-16:30 piątek 7:30-13:30	e-mail: <a href="mailto:karu@praca.gov.pl">karu@praca.gov.pl</a> ,  <a href="http://www.puprudaslaska.pl/">http://www.puprudaslaska.pl/</a>	pomoc w rozwiązywaniu problemu zawodowego przez pracownika urzędu pracy jest realizowana dla osób zarejestrowanych lub niezarejestrowanych oraz dla pracodawcy krajowego

		do pracy oraz indywidualnym rozwoju zawodowym					
Powiatowy Urząd Pracy w Rudzie Śląskiej	indywidualne konsultacje z zakresu przedsiębiorczości obejmują następującą tematykę: finansowanie przedsiębiorstw, konsultacja pomysłu, procedury zakładania własnej działalności, informacje nt. instytucji wspierających biznes.	ul. Ballestremów 16, 41-700 Ruda Śląska	32 771-59-51	Poniedziałek-środa 8:00-14:30 czwartek 8:00-16:00 piątek 8:00-13:00	e-mail: <a href="mailto:owss@onet.eu">owss@onet.eu</a> ,  <a href="http://www.puprudaslaska.pl/">http://www.puprudaslaska.pl/</a>	osoby zainteresowane założeniem własnej działalności gospodarczej	
Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia	Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy.	Urząd Pracy. ul. Ciepła 20 15-472 Białystok.	<b>19 524</b> (z Polski) <b>+48 22 19524</b> (z zagranicy) Koszt zgodnie z taryfą operatora.	pn.- pt. godz. 08.00-18.00	<a href="http://www.zielonalinia.gov.pl">www.zielonalinia.gov.pl</a>  <a href="mailto:biuro@zielonalinia.gov.pl">biuro@zielonalinia.gov.pl</a>	Mogą korzystać: - zarejestrowani - poszukujący pracy - pracodawcy	
Wojewódzki Urząd Pracy w Katowicach	Wsparcie bezrobotnych w powrocie na rynek pracy	ul. Kościuszki 30 40-048 Katowice	<b>(32) 757 33 60</b>  <b>(32) 757 33 15</b>	<b>godz. otwarcia:</b> <b>7.30 – 15.30</b>	<a href="http://wupkatowice.praca.gov.pl/">http://wupkatowice.praca.gov.pl/</a>  <a href="mailto:wup@wup-katowice.pl">wup@wup-katowice.pl</a>	Mogą korzystać: - zarejestrowani - poszukujący pracy - pracodawcy	



## DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

	Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepępstwem Stowarzyszenia ....	Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	ADRES NAJBLIŻSZEGO OŚRODKA WYŁONIONEGO NA LATA 2019 -2012 prosimy sprawdzić na witrynie internetowej lub w Departamencie Funduszu Sprawiedliwości Ministerstwo Sprawiedliwości		pn.- pt. godz.08.15-16.15	<a href="http://www.pokrzywdzeni.gov.pl">www.pokrzywdzeni.gov.pl</a> <a href="mailto:funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl">funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl</a>	Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie
	<b>Ośrodek Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przepępstwem w Katowicach</b>	Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	<b>ul. Dudy-Gracza 6 40-008 Katowice</b>	<b>516 305 718</b>	Poniedziałek, wtorek, środa, piątek: 8:00 - 15:00 Czwartek: 12:00 - 20:00 Sobota: 9:00 - 13:00	<a href="mailto:pokrzywdzeni.katowice@gmail.com">pokrzywdzeni.katowice@gmail.com</a>	Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich bliscy
	Lokalny Punkt Pomocy Okręgowego Ośrodka Pomocy Pokrzywdzonym Przepępstwem w Gliwicach		Ruda Śląska Niedurnego 57	579 519 688 dyżur całodobowy 7 dni w tygodniu	Poniedziałek 18.00 - 20.00 Wtorek od 12:30 - 16:30 Czwartek 16.00 - 20.00		
	Anonimowa Policijna Linia Specjalistyczna			800 120 002	Cała dobę		
	Telefon zaufania dla ofiar i sprawców przemocy seksualnej	Pomoc osobom skrzywdzonym, rady i wsparcie dla osób które pragną wyeliminować własne niepożądane		22 828 11 12	wt. - śr. 15:00 – 18:00		Dorośli

		myśli i zachowania					
<b>PRAWO KONSUMENCKIE</b>							
	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	Infolinia konsumencka (prowadzona przez Federację Konsumentów) <b>801 440 220</b> <b>22 290 89 16</b> Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn.- pt. godz. 08.00-18.00	<a href="https://www.uokik.gov.pl/">https://www.uokik.gov.pl/</a> <a href="mailto:porady@dlakonsumentow.pl">porady@dlakonsumentow.pl</a>	Prawo konsumenckie
<b>PRAWA PACJENTA</b>							
	Rzecznik Praw Pacjenta	Dyżurujący specjaliści oraz prawnicy udzielają konkretnych informacji z zakresu naruszeń praw pacjenta i ochrony zdrowia. Każda dzwoniąca osoba uzyska poradę, jak należy postąpić w sytuacji naruszeń praw pacjenta, a w razie potrzeby pracownicy Biura podejmą natychmiastową interwencję.	Biuro RPP ul. Młynarska 46. 01-171 Warszawa	<b>800 190 590</b> Bezpłatna infolinia Zapisy na poradę osobistą: <a href="mailto:rezerwacja@rpp.gov.pl">rezerwacja@rpp.gov.pl</a> lub (22) 532 82 43	pn. - pt. godz. 08.00-18.00	<a href="https://www.bpp.gov.pl">https://www.bpp.gov.pl</a> <a href="mailto:kancelaria@rpp.gov.pl">kancelaria@rpp.gov.pl</a>	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta  dodatkowo na infolini dyżurują organizacje pozarządowe, w ramach projektu „Łączy nas pacjent” specjaliści z różnych dziedzin, zrzeszeni w największych w Polsce organizacjach pacjentów wraz z ekspertami Rzecznika udzielają telefonicznych porad, informacji oraz wsparcia dotyczącego

							określonych chorób. Więcej na ten temat: <a href="http://www.rpp.gov.pl/aktualnosci/laczy-nas-pacjent-Infolinia-ekspercka-rzecznika-praw-pacjenta-i-organizacji-pacjentow,493.html">http://www.rpp.gov.pl/aktualnosci/laczy-nas-pacjent-Infolinia-ekspercka-rzecznika-praw-pacjenta-i-organizacji-pacjentow,493.html</a>
	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 <b>800 392 976 (*)</b> <b>22 572 60 42 (**)</b> (* ) połączenia bezpłatne <b>(**)</b> 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>  <a href="mailto:infolinia@nfz.gov.pl">infolinia@nfz.gov.pl</a>	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	SIEDZIBA ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa Telefon (22) 461 60 00 KORRESPONDENCJA 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>  <a href="mailto:sekretariat.bon@mrpips.gov.pl">sekretariat.bon@mrpips.gov.pl</a>	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych
	3.Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania .	Ochrona praw dziecka	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.	<b>800 121 212</b> Bezpłatna 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>  <a href="mailto:rpd@brpd.gov.pl">rpd@brpd.gov.pl</a>	Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.
<b>PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH</b>							
	Zakład Ubezpieczeń Społecznych Biuro Terenowe w Rudzie Śląskiej	1) Obsługa klientów. 2) Udzielanie wyjaśnień klientom Zakładu oraz zapewnienie dostępu	ul. Niedurnego 44, 41-709 Ruda Śląska	(22) 560 16 00	Poniedziałek: 8:00 - 17:00 Wtorek: 8:00 - 15:00	<a href="http://www.zus.pl">www.zus.pl</a>	przedsiębiorcy ubezpieczeni świadczeniobiorcy -

		do aktualnych materiałów informacyjnych przeznaczonych dla płatników składek, ubezpieczonych i świadczeniobiorców zgłaszających się do Zakładu. 3) Przyjmowanie oraz weryfikowanie dokumentów składanych przez płatników składek, ubezpieczonych i świadczeniobiorców.			Środa: 8:00 - 15:00 Czwartek: 8:00 – 15:00 Piątek: 8:00 – 15:00 Sobota: nieczynne Niedziela: nieczynne		emeryci, renciści
	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.	<b>(22) 560 16 00</b> 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-cot@zus.pl">http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl</a>	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze
<b>PRAWO PRACY</b>							
	Państwowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy w Katowicach	Porady prawne z zakresu prawa pracy	ul. Owocowa 6-6a 40-158 Katowice		Poniedziałek: godz. 10:00 - 18:00 wtorek - piątek: godz. 10:00 - 14:00	<a href="https://katowice.pip.gov.pl/pl/">https://katowice.pip.gov.pl/pl/</a>	każdy zainteresowany
	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	<b>801 002 006</b> (dla tel. stac.) <b>459 599 000</b> (dla tel. kom.) <b>22 391 83 60</b>		<a href="http://www.bip.pip.gov.pl">www.bip.pip.gov.pl</a> , <a href="mailto:kancelaria@gip.pip.gov.pl">kancelaria@gip.pip.gov.pl</a>	

			fax. 22 391 82 14	(dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. <b>Uwaga!!!</b> naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie .			
--	--	--	-------------------	--	--	--	--

## PRAWO PODATKOWE

Urząd Skarbowy w Katowicach	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Paderewskiego 32b 40-282 Katowice	22 330 03 30 ( z tel. komórkowych) 801 055 055 ( z telefonu stacjonarnego)		<a href="http://www.kis.gov.pl">www.kis.gov.pl</a> więcej: <a href="https://poradnikprzedsieborcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa">https://poradnikprzedsieborcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa</a>	Z porad może skorzystać każdy podatnik
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 tel. komórkowych) + 48 (22)33 00 330 ( ( z tel. zagranicznych)	pn.- pt. godz. 07.00-18.00	<a href="http://www.kis.gov.pl">www.kis.gov.pl</a> więcej: <a href="https://poradnikprzedsieborcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa">https://poradnikprzedsieborcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa</a>	Z porad może skorzystać każdy podatnik

## DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

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 <u>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego</u> (22) 333 73 25	pn.-pt. godz. 08.00-18.00  pn.-pt. godz.11.00-15.00  pn.-pt. godz. 08.00-16.00	<b>Porady e-mail:</b> <a href="mailto:porady@rf.gov.pl">porady@rf.gov.pl</a> (czas oczekiwania na odpowiedz 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

<b>WWW. OBYWATEL.GOV.PL</b>				<a href="#">Informacje i usługi przyjazne obywatelom</a> portal Ministerstwa Cyfryzacji		
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	<a href="https://www.rpo.gov.pl">https://www.rpo.gov.pl</a> <a href="mailto:biurorzecznika@brpo.gov.pl">biurorzecznika@brpo.gov.pl</a>	Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone

	Biuro Rzecznika Praw Dziecka	Specjalistyczna pomoc prawna, psychologiczna w zakresie przestrzegania praw dziecka	ul. Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa	22 583 66 69 Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka: 800 12 12 12	Biuro Rzecznika Praw Dziecka: 8:15 - 16:15 Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka: 8:15 - 20:00	<a href="mailto:rpd@brpd.gov.pl">rpd@brpd.gov.pl</a> <a href="http://www.brpd.gov.pl">www.brpd.gov.pl</a>	Każdy w zakresie działalności Biura Rzecznika Praw Dziecka
	Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Rudzie Śląskiej	pomoc prawna dla ofiar przemocy i osób w kryzysie	ul. Ballestremów 16 41-700 Ruda Śląska	32 344 03 26, 503 060 016	4 dyżury w miesiącu godz 15:45-19:15	<a href="mailto:sekretariat@oikrsl.org">sekretariat@oikrsl.org</a>	mieszkańcy Miasta Ruda Śląska  Klienci umówić mogą się telefonicznie lub osobiście. W sytuacjach nagłych klienci przyjmowani są bez umówionego wcześniej terminu.
	Fundacja PRAWA DZIECI	Informacja dotycząca Mediacji jako formy rozwiązywania sporów alternatywnej do postępowania Sądowego. Szczegóły na temat Postępowania Medacyjnego znajdują się na stronie Fundacji: <a href="http://www.prawadzieci.pl">www.prawadzieci.pl</a>	ul. Plac Jana Pawła II 1/3a, 41-709 Ruda Śląska	605 09 07 99	ustalenie godzin spotkań i konsultacji tylko i wyłącznie po uprzednim kontakcie telefonicznym	<a href="mailto:biuro@prawadzieci.pl">biuro@prawadzieci.pl</a> ; <a href="http://www.prawadzieci.pl">www.prawadzieci.pl</a>	każdy kto potrzebuje pomocy w sprawach łamania praw dzieci, przemocy, ciężkich sytuacjach około rozwodowych oraz zgodnych z celami statutowymi  zapisy telefoniczne lub e-mailowe
	Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych – Oddział Śląski	Zwiększenie aktywizacji zawodowej i społecznej osób niepełnosprawnych	Pl. Grunwaldzki 8-10/8 40-950 Katowice	(32) 49 32 100	Pn. - Pt. 7:45 – 15:45	<a href="mailto:katowice@pfron.org.pl">katowice@pfron.org.pl</a> <a href="https://www.pfron.org.pl">https://www.pfron.org.pl</a>	