

**LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA  
DLA MIESZKAŃCÓW WAŁBRZYCHA**

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU	
<b>PSYCHOLOGICZNE</b>							
1.	Urząd Miasta w Wałbrzychu	<p>Wsparcie w zakresie interwencji kryzysowej i poradnictwa psychologicznego.</p> <p>Opisujesz swój problem i przesyłasz opis do nas e-mailem</p> <p>Twój problem pozna tylko specjalista, do którego się zwrócisz</p> <p>Specjalista odpowie na każdy list opisujący problem</p> <p>Odpowiedź otrzymasz na adres e-mail wskazany przez Ciebie</p> <p>Tylko Ty będziesz mógł przeczytać odpowiedź</p>	<p><i>Prześlij swoje zapytanie do psychologa na adres:</i>  <a href="mailto:psycholog@walbrzych.eu">psycholog@walbrzych.eu</a>  <a href="mailto:psycholog@walbrzych.eu">u</a></p> <p><i>lub wypełnij:</i>  <a href="#">Formularz kontaktowy</a>  na stronie <a href="http://pomoczaufanie.walbrzych.eu">pomoczaufanie.walbrzych.eu</a></p>	-----	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	<a href="http://pomoczaufanie.walbrzych.eu">pomoczaufanie.walbrzych.eu</a> <a href="mailto:psycholog@walbrzych.eu">u</a> <a href="mailto:psycholog@walbrzych.eu">psycholog@walbrzych.eu</a>	Mieszkańcy Wałbrzycha, w szczególności dzieci i młodzież
2.	NZOZ "Przychodnia Zdrowia Psychicznego i Terapii i Uzależnień ANIMA"	<p>Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dorosłych</p> <p>Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży</p>	ul. Broniewskiego 83-85 58-309 Wałbrzych	74 841 54 66 74 841 53 56 74 665 66 88	Umówienie wizyty codziennie 8.00-16.00 osobiście lub telefonicznie	<a href="http://www.pzpanima.pl/">http://www.pzpanima.pl/</a>	Mieszkańcy Wałbrzycha
3.	Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna	trudności w nauce dzieci szczególnie uzdolnione trudności i zaburzenia zachowania (np. agresywność, buntowniczość) trudności i zaburzenia	Matejki 7 58-300 Wałbrzych	74 842 22 43 74 842 52 63	Sekretariat obsługuje klientów w godzinach od poniedziałku do piątku 8:00 - 16:00	<a href="http://www.ppp.edu.pl">www.ppp.edu.pl</a> <a href="mailto:sekretariat@ppp.edu.pl">sekretariat@ppp.edu.pl</a>	Warunkiem skorzystania z usług jest wypełnienie karty zgłoszenia przez

		<p>emocjonalne problemy rodzinne trudności w odnalezieniu się w nowej sytuacji (np. nowa szkoła, miejsce zamieszkania)</p> <p>trudności w kontaktach z rówieśnikami</p> <p>sytuacje kryzysowe (śmierć bliskich osób, choroba przewlekła, rozwód rodziców, przemoc domowa) trudna sytuacja życiowa</p> <p>uzależnienie (internet, alkohol, narkotyki, hazard, gry komputerowe, telefon, inne)</p> <p>zaburzenia powypadkowe (urazy głowy, wypadki komunikacyjne, inne)</p> <p>zaburzenia rozwojowe (autyzm, Zespół Aspergera, mutyzm i inne), ADHD zagrożenie niedostosowaniem społecznym</p> <p>trudności wychowawcze (nieposłuszeństwo, lekceważenie autorytetów, wagary, niesłuchanie)</p> <p>zaburzenia odżywiania się (anoreksja, bulimia)</p> <p>opóźnienie i zaburzenia rozwoju mowy</p> <p>doradztwo zawodowe (wybór szkoły, zawodu)</p> <p>podejrzanie niepełnosprawności intelektualnej</p>					<p>rodziców /opiekunów prawnych</p> <p>w sekretariacie</p> <p>poradni osobiście lub za pośrednictwem przedszkola/szkoły/placówki</p>
4..	<p>Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)</p>	<p>Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze</p>	<p>Fundacja ITAKA</p> <p>skr. pocztowa 127</p> <p>00-958</p> <p>Warszawa 66.</p>	<p>800 70 2222</p> <p>bezpłatna infolinia</p>	<p>24 godz. przez 7 dni w tygodniu</p>	<p><a href="http://www.linia wsparcia.pl">www.linia wsparcia.pl</a></p> <p><a href="mailto:porady@linia wsparcia.pl">porady@linia wsparcia.pl</a></p>	<p>Dla osób będących w kryzysie psychicznym</p>
<b>PEDAGOGICZNE</b>							
1.	<p>Urząd Miasta w Wałbrzychu</p>	<p>Pomoc w rozwiązywaniu problemów wychowawczych, szkolnych.</p> <p>Ty opisujesz swój problem i przesyłasz opis do nas e-mailem</p>	<p><i>Prześlij swoje zapytanie na adres:</i></p> <p><a href="mailto:pedagog@walbrzych.eu">pedagog@walbrzych.eu</a></p>	<p>-----</p>	<p>24 godz. przez 7 dni w tygodniu</p>	<p><a href="http://pomoczaufanie.walbrzych.eu">pomoczaufanie.walbrzych.eu</a></p> <p><a href="mailto:pedagog@walbrzych.eu">pedagog@walbrzych.eu</a></p>	<p>Mieszkańcy Wałbrzycha, w szczególności dzieci i młodzież</p>

		<p>Twój problem pozna tylko specjalista, do którego się zwrócisz</p> <p>Na każdy, potwierdzony list opisujący problem, odpowiemy</p> <p>Odpowiedź otrzymasz na adres e-mail wskazany przez Ciebie</p> <p>Tylko Ty będziesz mógł przeczytać odpowiedź</p>	<p><i>lub</i></p> <p>wypełnij:</p> <p><a href="#">Formularz kontaktowy</a></p> <p>na stronie <a href="http://pomoczaufanie.walbrzych.eu">pomoczaufanie.walbrzych.eu</a></p>				
2.	Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna	<p>trudności w nauce dzieci szczególnie uzdolnione trudności i zaburzenia zachowania (np. agresywność, buntowniczość) trudności i zaburzenia emocjonalne problemy rodzinne trudności w odnalezieniu się w nowej sytuacji (np. nowa szkoła, miejsce zamieszkania) trudności w kontaktach z rówieśnikami sytuacje kryzysowe (śmierć bliskich osób, choroba przewlekła, rozwód rodziców, przemoc domowa) trudna sytuacja życiowa uzależnienie (internet, alkohol, narkotyki, hazard, gry komputerowe, telefon, inne) zaburzenia powypadkowe (urazy głowy, wypadki komunikacyjne, inne) zaburzenia rozwojowe (autyzm, Zespół Aspergera, mutyzm i inne), ADHD zagrożenie niedostosowaniem społecznym trudności wychowawcze (nieposłuszeństwo, lekceważenie autorytetów, wagary, niesłuchanie) zaburzenia odżywiania się (anoreksja, bulimia) opóźnienie i zaburzenia rozwoju mowy doradztwo zawodowe (wybór szkoły, zawodu) podejrzenie niepełnosprawności intelektualnej</p>	<p>Matejki 7 58-300 Wałbrzych</p>	<p>74 842 22 43 74 842 52 63</p>	<p>Sekretariat obsługuje klientów w godzinach od poniedziałku do piątku 8:00 - 16:00</p>	<p><a href="http://www.ppp.edu.pl">www.ppp.edu.pl</a> <a href="mailto:sekretariat@ppp.edu.pl">sekretariat@ppp.edu.pl</a></p>	<p>Warunkiem skorzystania z usług jest wypełnienie karty zgłoszenia przez rodziców /opiekunów prawnych w sekretariacie poradni osobiście lub za pośrednictwem przedszkola/szkoły/ placówki</p>
<b>POMOC SPOŁECZNA</b>							

1.	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej	Pomocy społecznej udziela się z powodu: ubóstwa; sieroctwa; bezdomności; bezrobocia; niepełnosprawności; długotrwałej lub ciężkiej choroby; przemocy w rodzinie; potrzeby ochrony macierzyństwa lub wielodzietności; bezradności w sprawach opiekuńczo wychowawczych i prowadzenia gospodarstwa domowego, braku umiejętności w przystosowaniu do życia młodzieży opuszczającej placówki opiekuńczo-wychowawcze; trudności w integracji osób, które otrzymały status uchodźcy; trudności w przystosowaniu do życia po zwolnieniu z zakładu karnego; alkoholizmu lub narkomanii; zdarzenia losowego i sytuacji kryzysowej; klęski żywiołowej lub ekologicznej.	ul. Kilińskiego 1  58-300 Wałbrzych	74-66-55-362	Pracownicy socjalni przyjmują klientów od poniedziałku do piątku od godz. 7 <sup>30</sup> do 10 <sup>00</sup> Wnioski o udzielenie pomocy można składać codziennie w godz. od 7 <sup>30</sup> do 15 <sup>30</sup> w Punkcie Obsługi Klienta.	<a href="https://mops.walbrzych.pl/pl/pomoc-spoieczna/">https://mops.walbrzych.pl/pl/pomoc-spoieczna/</a>	Mieszkańcy Wałbrzycha
----	-----------------------------------	--	---	--------------	---	---	-----------------------

### ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

1.	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej  Centrum Integracji Rodziny	pomoc w zakresie:  profilaktyki uzależnień nadużywania i uzależnienia od alkoholu i środków psychoaktywnych, współuzależnienia, interwencji kryzysowej , przeciwdziałania przemocy, problemów wychowawczych, bezrobocia , indywidualne poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne, terapeutyczne , zajęcia grupowe	Centrum Aktywności Lokalnej ul. Mickiewicza 26 58-300 Wałbrzych	74-64-58-659	Grupa motywacyjna dla osób uzależnionych od środków psychoaktywnych  Zajęcia odbywają się: wtorek w godz. od 9 <sup>00</sup> do 11 <sup>00</sup>  Punkt Konsultacyjny dla rodziców dzieci sięgających po substancje psychoaktywne	<a href="https://mops.walbrzych.pl/pl/profilaktyka-uzaleznienn/">https://mops.walbrzych.pl/pl/profilaktyka-uzaleznienn/</a>	.....
----	---	--	---	--------------	--	---	-------

					ul. Mickiewicza 26, pn-czw. w godzinach 7 <sup>00</sup> – 17 <sup>00</sup>		
2.	Poradnia Profilaktyczno- Konsultacyjna „MONAR”	Pomoc w zakresie: profilaktyki uzależnień nadużywania i uzależnienia od alkoholu i środków psychoaktywnych, współuzależnienia, problemów wychowawczych, indywidualne poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne, terapeutyczne, zajęcia grupowe	ul. Browarna 3  58-300 Wałbrzycha	605-190-667	Konsultacje i poradnictwo dla młodzieży i rodziców poniedziałek 15:00 - 20:00 wtorek, środa 15:00 – 17:00 czwartek, piątek 15:00-19:00	<a href="http://www.monar.org/">http://www.monar.org/</a>	.....
3.	NZOZ "Przychodnia Zdrowia Psychicznego i Terapii i Uzależnień „ANIMA"	Terapia uzależnień od alkoholu i współuzależnień Terapia par i rodzin Grupa terapeutyczna DDA  Warsztaty zapobiegania nawrotom	ul. Broniewskiego 83-85  58-309 Wałbrzych	74 841 54 66  74 841 53 56  74 665 66 88	Umówienie wizyty codziennie 8.00- 16.00  osobiście lub telefonicznie	<a href="http://www.pzpanima.pl/">http://www.pzpanima.pl/</a>	
4.	Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Przyjmowanie wniosków dotyczących leczenia odwykowego, Kierowanie spraw do sądu, prokuratury, policji i innych instytucji, Przeprowadzanie interwencji w stosunku do osób nadużywających alkoholu, Udzielanie pomocy rodzinom nadużywającym alkoholu, Diagnozowanie w zakresie leczenia odwykowego oraz kierowaniem do lekarza biegłego w zakresie uzależnienia od alkoholu,	ul. Kilińskiego 1  58-300 Wałbrzych  pokój 7	74 66 40 841	wszystkie dni robocze w godzinach 7 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>	<a href="https://mops.walbrzych.pl/pl/miejska-komisja-rozwiazywania-problemow-alkoholowych/">https://mops.walbrzych.pl/ pl/miejska-komisja- rozviazywania-problemow- alkoholowych/</a>	
5.	Stowarzyszenie Klub Abstynenta „Na Palestynie”	Prowadzenie klubu AA  Prowadzenie punktu konsultacyjnego	ul. Św. Józefa 1  58-305 Wałbrzych	785 803 000	Punkt konsultacyjny - wtorek 16.00-18.00  Klub AA- wtorek 18.00-20.00 i sobota	<a href="mailto:pik@napalestynie.pl">pik@napalestynie.pl</a>  <a href="http://t24g.pl/kluby-abstynenta/na-palestynie-walbrzych/kontakt/">http://t24g.pl/kluby- abstynenta/na-palestynie- walbrzych/kontakt/</a>	

					17.00-19.00		
--	--	--	--	--	-------------	--	--

Infolinia Stowarzyszenia KARAN (problemy narkotykowe)- 800 120 289 - od poniedziałku do piątku w godzinach 10.00-17.00  
 Anonimowa Policyjna Linia Specjalna – 800 120 148 - czynny całą dobę  
 Narkomania — Pomoc Rodzinie, Infolinia Towarzystwa Rodzin i Przyjaciół Dzieci Uzależnionych „Powrót z U” - 800 120 359

### PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ

1.	Centrum Integracji Rodziny Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej	Poradnictwo specjalistyczne psychologiczne, terapeutyczne	ul. Mickiewicza 26 58-300 Wałbrzych	74 840 82 96 515 296 109	Punkt dla osób doświadczających przemocy od poniedziałku do piątku w godzinach 7 <sup>30</sup> do 15 <sup>00</sup> przy ul. Mickiewicza 26	<a href="https://mops.walbrzych.pl/profilaktyka-uzaleznien/">https://mops.walbrzych.pl/profilaktyka-uzaleznien/</a>	.....
2.	Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia	zapewnienie schronienia ofierze przemocy w rodzinie oraz dzieciom pozostającym pod jej opieką, przez okres do trzech miesięcy z możliwością przedłużenia w przypadkach uzasadnionych sytuacją ofiary przemocy w rodzinie, -udzielanie natychmiastowej pomocy psychologicznej i prawnej oraz zorganizowanie niezwłocznie dostępu do pomocy medycznej w przypadku, gdy wymaga tego stan zdrowia ofiary przemocy w rodzinie, prowadzenie grup wsparcia lub grup terapeutycznych dla ofiar przemocy w rodzinie	ul. Ogrodowa 2a, 58-306 Wałbrzych	74 840 82 96 515 296 109	Przyjęcie do ośrodka odbywa się przez całą dobę	<a href="http://sow.walbrzych.pl/">http://sow.walbrzych.pl/</a>	
3.	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	<a href="http://www.niebieska.info">www.niebieska.info</a>  <a href="mailto:biuro@niebieska.info">biuro@niebieska.info</a>	Dla osób doświadczających przemocy domowej



## INTERWENCJA KRYZYSOWA

1.	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Pomoc psychologiczna Pomoc socjalna (praca socjalna) Pomoc prawna Pomoc medyczna Psychoterapia Grupy wsparcia Hostel	Ogrodowa 2a 58-306 Wałbrzych	74/ 846 75 58 74/ 840 82 96	poniedziałek - piątek 7.30 - 15.30 soboty i niedziele 9.00 - 21.00	<a href="http://www.interwencjakryzysowa.pl">www.interwencjakryzysowa.pl</a>	Tryb przyjmowania klientów: bez skierowania i decyzji administracyjnej, na wniosek osoby potrzebującej pomocy, jej bliskich lub instytucji
2.	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.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> <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>							
1.	Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia	Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy.	Urząd Pracy. 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

## DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

17.	Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem Stowarzyszenia ....	Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	ul. Ogrodowa 15D	tel. 517 592 784 Infolinia czynna całą dobę, tel: 508 962 007	pn.- pt. godz.10.00-14.00	<a href="http://www.pokrzywdzeni.gov.pl">www.pokrzywdzeni.gov.pl</a> <a href="mailto:walbrzych@pomoc-pokrzywdzonym.pl">walbrzych@pomoc-pokrzywdzonym.pl</a> <a href="mailto:funduszsprawiedliwosci@mas.gov.pl">funduszsprawiedliwosci@mas.gov.pl</a>	Osoby pokrzywdzone przestęstwem i ich osoby bliskie
	Linia Pomocy Pokrzywdzonym			Tel. 222309900		e-mail info@numeros.pl	
<b>PRAWO KONSUMENCKIE</b>							
18.	Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów	zapewnienie bezpłatnego poradnictwa i pomocy prawnej w indywidualnych sprawach konsumenckich, występowanie do przedsiębiorców w sprawach ochrony praw i interesów konsumentów, składanie wniosków w sprawie stanowienia i zmiany przepisów prawa miejscowego w zakresie ochrony interesów konsumentów, współdziałanie z właściwymi miejscowo delegaturami Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów, organami Inspekcji Handlowej oraz organizacjami konsumenckimi wytaczanie powództw na rzecz konsumentów za ich zgodą do toczącego się postępowania w sprawach o ochronę ich interesów	Al. Wyzwolenia 24 (pokój 26)  58-300 Wałbrzych	tel. 74 846 05 22	poniedziałek, środa, czwartek 7.30 - 15.30; wtorek 7.30-16.30 piątek 7.30-14.30	<a href="https://www.powiat.walbrzych.pl/index.php/rzecznik-konsumentow">https://www.powiat.walbrzych.pl/index.php/rzecznik-konsumentow</a>	.....
19.	Urząd Ochrony	Ochrona praw konsumenckich	UOKiK	Infolinia	pn.- pt.	<a href="https://www.uokik.gov.pl/">https://www.uokik.gov.pl/</a>	Prawo konsumenckie

	Konkurencji i Konsumentów		Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	konsumencka (prowadzona przez Federację Konsumentó w) 801 440 220 22 290 89 16 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	godz. 08.00-18.00	<a href="mailto:porady@dlakonsumentow.pl">porady@dlakonsumentow.pl</a>	
<b>PRAWA PACJENTA</b>							
20.	Rzecznik Praw Pacjenta	Ochrona praw pacjenta	Biuro RPP ul. Młynarska 46. 01-171 Warszawa	800 190 590 Bezpłatna infolinia Zapisy na poradę osobistą: rezerwacja@r pp.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> <a href="mailto:kancelaria@rpp.gov.pl">kancelaria@rpp.gov.pl</a>	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
21.	Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta -leczenie w kraju i poza granicami -kolejki do świadczeń	Narodowy Fundusz Zdrowia Grójecka 186 02-390 Warszawa	Infolinia Centralna 800 392 976 (*) 22 572 60 42 (**) (*) połączenia bezpłatne (**) koszt zgodnie z taryfą operatora Także każdy oddział NFZ posiada własną 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
22.	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	SIEDZIBA ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa KORESPONDENCJA Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	801 801 015 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

23.	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.	800 121 212 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>							
24.	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>  <a href="mailto:cot@zus.pl">cot@zus.pl</a>	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze
	Zakład Ubezpieczeń Społecznych oddział w Wałbrzychu	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	ul. Kasztanowa 1 58-300 Wałbrzych	(22) 560 16 00 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.	Godziny obsługi klientów Poniedziałek - Piątek: 8.00-15.00	<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>  <a href="mailto:cot@zus.pl">cot@zus.pl</a>	Adresaci porad: - ubezpieczeni
<b>PRAWO PRACY</b>							
25.	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 12tel. stacji.) 459 599 000 (dla 12tel. kom.) 22 391 83 60 (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.		<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>	

				Uwaga!!! naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie .			
<b>PRAWO PODATKOWE</b>							
26.	Krajowa Informacja Skarbowa	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Teodora Sixta 17, 43-300 Bielsko-Biała	801 055 055 (13 z tel. stacjonarnych. (22) 330 03 30 Z z t13el. komórkowych. + 48 (22)33 00 330 ( z 13tel. zagranicznych. Koszt zgodnie z taryfą operatora	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
	Urząd Skarbowy w Wałbrzychu	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Uczniowska 21	Na wizytę możesz umówić się <b>telefonicznie</b> - pod numerem telefonu: <b>784 330 349, 784 330 613, 784 330 415</b>	<b>osobista wizyta w urzędzie</b> w punkcie rezerwacji wizyt poniedziałek w godzinach 8:00 - 18:00 wtorek-piątek w godzinach 8:00 - 15:00	Na wizytę możesz umówić się <b>elektronicznie</b> – <a href="https://www.dolnoslaskie.kas.gov.pl/izba-administracji-skarbowej-we-wroclawiu/zalatwianie-spraw/umow-wizyte-w-urzedzie-skarbowym">https://www.dolnoslaskie.kas.gov.pl/izba-administracji-skarbowej-we-wroclawiu/zalatwianie-spraw/umow-wizyte-w-urzedzie-skarbowym</a>	Z porad może skorzystać każdy mieszkaniec Wałbrzycha
<b>DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO</b>							
27.	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</u> ZUS (22) 333 73 26 lub (22) 333 73 27 <u>Ubezpieczenia bankowe i rynku</u>	pn.-pt. godz. 08.00-18.00  pn.-pt. godz.11.00-15.00  pn.-pt.	<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>	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń

				kapitałowego (22) 333 73 25	godz. 08.00-16.00	<a href="mailto:biuro@rf.gov.pl">biuro@rf.gov.pl</a>	
<b>INNE</b>							
40	<b>WWW. OBYWATEL.GOV.PL</b>				<a href="#">Informacje i usługi przyjazne obywatelom</a> portal Ministerstwa Cyfryzacji		
41	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

### **NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE**

**ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu: 74 66 55 197 lub pod numerami telefonów dostępnych w punktach**

**Dla osób ze znaczną niepełnosprawnością ruchową** z terenu Wałbrzycha, które nie mogą stawić się w punkcie osobiście, istnieje możliwość udzielenia nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego, z wyłączeniem nieodpłatnej mediacji, w miejscu zamieszkania. Osoby te, przed uzyskaniem nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego składają Prezydentowi Miasta Wałbrzycha, w formie papierowej lub elektronicznej, oświadczenie\* wraz ze wskazaniem okoliczności to uzasadniających. Osoba udzielająca nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadcząca nieodpłatne poradnictwo obywatelskie, po otrzymaniu od Prezydenta Miasta Wałbrzycha informacji o osobie uprawnionej, udziela porady w umówionym terminie.

Osoby, które doświadczają trudności w komunikowaniu, mogą otrzymać poradę za pomocą środków porozumiewania się na odległość a także skorzystać z usług tłumacza języka migowego **Zgłoszenie to może być dokonane w następującej formie:**

- e-mail: [e.zak@um.walbrzych.pl](mailto:e.zak@um.walbrzych.pl)

- fax: 74 / 64 88 506
- tel. ( korzystając z osoby przybranej ): 74 / 66-55-197
- podanie złożone do Biura Obsługi Klienta Urzędu Miejskiego w Wałbrzychu

Blizsze informacje pod numerem podanym do zapisów.

Z porad **może skorzystać każda osoba**, której nie stać na odpłatną pomoc prawną i która złoży stosowne oświadczenie\*

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA							
	PROWADZĄCY	ADRESY DYŻURÓW	DNI i GODZINY	SPECJALIZACJA (o ile określono)	lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich	DANE KONTAKTOWE	WWW
1.	Urząd Miasta w Wałbrzychu	Wsparcie w zakresie poradnictwa prawnego  Opisujesz swój problem i przesyłasz opis do nas e- mailem  Twój problem pozna tylko specjalista, do którego się zwrócisz Specjalista odpowie na każdy list opisujący problem Odpowiedź otrzymasz na adres e-mail wskazany przez Ciebie Tylko Ty będziesz mógł przezczytać odpowiedź	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	brak	Porada e-mail	<a href="mailto:prawnik@walbrzych.eu">prawnik@walbrzych.eu</a>	Prześlij swoje zapytanie do prawnika na adres: <a href="mailto:prawnik@walbrzych.eu">prawnik@walbrzych.eu</a> lub wypełnij: <a href="#">Formularz kontaktowy</a>  na stronie <a href="http://pomoczaufanie.walbrzych.eu">pomoczaufanie.walbrzych.eu</a>
2	Organizacja Adwokaci i Radcowie Prawni ze Stowarzyszenia Niezależne Forum Doradczco Szoleniowe	Wałbrzych, Kopernika 2	Poniedziałek godz. 13 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup> wtorek- piątek godz. 13 <sup>00</sup> -17 <sup>00</sup>	brak	nie	Numer tel. do zapisów 74 6655197	<a href="https://um.walbrzych.pl/pl/news/nieodplatna-pomoc-prawna-dla-mieszkancow-walbrzycha">https://um.walbrzych.pl/ pl/news/nieodplatna- pomoc-prawna-dla- mieszkancow- walbrzycha</a>

3.	Radcowie Prawni	Wałbrzych, Kopernika 2	Poniedziałek- Piątek godz.9 <sup>00</sup> -13 <sup>00</sup>	brak	nie	Numer tel. do zapisów 74 6655197	<a href="https://um.walbrzych.pl/pl/news/nieodplatna-pomoc-prawna-dla-mieszkancow-walbrzycha">https://um.walbrzych.pl/pl/news/nieodplatna-pomoc-prawna-dla-mieszkancow-walbrzycha</a>
4.	Adwokaci	Wałbrzych, Limanowskiego 9	Poniedziałek- Piątek godz.7 <sup>30</sup> -11 <sup>30</sup>	brak	tak	Numer tel. do zapisów 74 6655197	<a href="https://um.walbrzych.pl/pl/news/nieodplatna-pomoc-prawna-dla-mieszkancow-walbrzycha">https://um.walbrzych.pl/pl/news/nieodplatna-pomoc-prawna-dla-mieszkancow-walbrzycha</a>
<b>NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE</b>							
1.	Organizacja Adwokaci i Radcowie Prawni ze Stowarzyszenia Niezależne Forum Doradczco Szkoleniowe	Wałbrzych, Hirszfelda 4	Poniedziałek w godz.12 <sup>00</sup> -17 <sup>00</sup> wtorek- piątek w godz.12 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	brak	tak	Numer tel. do zapisów 74 6655197	<a href="https://um.walbrzych.pl/pl/news/nieodplatna-pomoc-prawna-dla-mieszkancow-walbrzycha">https://um.walbrzych.pl/pl/news/nieodplatna-pomoc-prawna-dla-mieszkancow-walbrzycha</a>

<b>NIEODPŁATNA MEDIACJA</b>							
1.	Organizacja Adwokaci i Radcowie Prawni ze Stowarzyszenia Niezależne Forum Doradczco Szkoleniowe	Wałbrzych, Kopernika 2	Poniedziałek godz. 13 <sup>00</sup> -18 <sup>00</sup> wtorek- piątek godz. 13 <sup>00</sup> -17 <sup>00</sup>	brak	nie	Numer tel. do zapisów 74 6655197	<a href="https://um.walbrzych.pl/pl/news/nieodplatna-pomoc-prawna-dla-mieszkancow-walbrzycha">https://um.walbrzych.pl/pl/news/nieodplatna-pomoc-prawna-dla-mieszkancow-walbrzycha</a>
		Wałbrzych, Hirszfelda 4	Poniedziałek w godz.12 <sup>00</sup> -17 <sup>00</sup> wtorek- piątek w godz.12 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	brak	tak	Numer tel. do zapisów 74 6655197	<a href="https://um.walbrzych.pl/pl/news/nieodplatna-pomoc-prawna-dla-mieszkancow-walbrzycha">https://um.walbrzych.pl/pl/news/nieodplatna-pomoc-prawna-dla-mieszkancow-walbrzycha</a>
2.	Radcowie Prawni	Wałbrzych, Kopernika 2	Poniedziałek- Piątek godz.9 <sup>00</sup> -13 <sup>00</sup>	brak	nie	Numer tel. do zapisów 74 6655197	<a href="https://um.walbrzych.pl/pl/news/nieodplatna-pomoc-prawna-dla-mieszkancow-walbrzycha">https://um.walbrzych.pl/pl/news/nieodplatna-pomoc-prawna-dla-mieszkancow-walbrzycha</a>
3.	Adwokaci	Wałbrzych, Limanowskiego 9	Poniedziałek- Piątek godz.7 <sup>30</sup> -11 <sup>30</sup>	brak	tak	Numer tel. do zapisów 74 6655197	<a href="https://um.walbrzych.pl/pl/news/nieodplatna-pomoc-prawna-dla-mieszkancow-walbrzycha">https://um.walbrzych.pl/pl/news/nieodplatna-pomoc-prawna-dla-mieszkancow-walbrzycha</a>
Mediacje możliwe po uprzednim umówieniu się							