

**LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA  
DLA MIESZKAŃCÓW WAŁBRZYCHA**

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpła- tność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
<b>PSYCHOLOGICZNE</b>						
1.	NZOZ "Przychodnia Zdrowia Psychicznego i Terapii i Uzależnień ANIMA"	Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dorosłych Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży	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
2.	Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna	trudności w nauce dzieci szczególnie uzdolnione trudności i zaburzenia zachowania (np. agresywność, buntowniczość) sytuacje kryzysowe (śmierć bliskich osób, choroba przewlekła, rozwód rodziców, przemoc domowa) trudna sytuacja życiowa uzależnienie, zaburzenia powypadkowe (urazy głowy, wypadki komunikacyjne, inne) zaburzenia rozwojowe (autyzm, Zespół Aspergera, mutyzm i inne), ADHD zagrożenie niedostosowaniem społecznym trudności wychowawcze, zaburzenia odżywiania się (anoreksja, bulimia) opóźnienie i zaburzenia rozwoju mowy doradztwo zawodowe (wybór szkoły, zawodu), podejrzenie niepełnosprawności intelektualnej	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.p">sekretariat@ppp.edu.p</a>  Warunkiem skorzystania z usług jest wypełnienie karty zgłoszenia przez rodziców /opiekunów prawnych w sekretariacie poradni osobiście lub za pośrednictwem przedszkola/szkoły/ placówki
3.	Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego	Stany depresyjne, myśli samobójcze, kryzysy psychiczne	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.liniawsparcia.pl">www.liniawsparcia.pl</a> <a href="mailto:porady@liniawsparcia.pl">porady@liniawsparcia.pl</a> <a href="https://stopdepresji.pl/">https://stopdepresji.pl/</a>  Osoby chorujące na depresję oraz ich bliscy

4.	Ogólnopolska poradnia telefoniczna dla osób przeżywających kryzys emocjonalny	prorowadzenie telefonicznych konsultacji dla osób potrzebujących wsparcia w sytuacjach kryzysowych;	Poradnia prowadzona przez Instytut Psychologii Zdrowia PTP  Porady udzielane telefonicznie	116 123  Bezpłatna infolinia	poniedziałek – piątek 14.00 - 22.00		Osoby w sytuacjach kryzysowych
5.	Urząd Miejski w Wałbrzychu	Wsparcie w zakresie interwencji kryzysowej i poradnictwa psychologicznego. 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	<i>Prześlij swoje zapytanie do psychologa na adres:</i> <a href="mailto:psycholog@walbrzych.eu">psycholog@walbrzych.eu</a> <i>lub wypełnij:</i> <a href="#">Formularz kontaktowy</a> na stronie <a href="http://pomoczaufanie.walbrzych.eu">pomoczaufanie.walbrzych.eu</a>	-----	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	<a href="http://pomoczaufanie.walbrzych.eu">pomoczaufanie.walbrzych.eu</a> <a href="mailto:psycholog@walbrzych.eu">u psycholog@walbrzych.eu</a>	Mieszkańcy Wałbrzycha, w szczególności dzieci i młodzież
6.	Telefon zaufania dla osób starszych	prorowadzenie telefonicznych konsultacji dla seniorów	Telefon zaufania prowadzony przez Stowarzyszenie Mali Bracia Ubogich	22 635 09 54  Koszt zgodnie z taryfą operatora	Poniedziałki, środy, czwartki 17-20  środy 14.00-16.00 dyżur psychologa w tematyce choroby alzheimera	<a href="https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/telefon-zaufania-dla-osob-starszych/">https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/telefon-zaufania-dla-osob-starszych/</a>	Osoby starsze, samotne potrzebujące wsparcia psychologicznego
7.	Wałbrzyska linia telefoniczna dla seniorów	Pomoc psychologa	Tel. 74 609 609 (wg cennika operatora) w każdą pierwszą środę miesiąca w godz. 10.00-14.00				Wałbrzyscy seniorzy
<b>PEDAGOGICZNE</b>							
1.	Urząd Miasta	Pomoc w rozwiązywaniu problemów	<i>Prześlij swoje</i>	-----	24 godz. przez	<a href="http://pomoczaufanie.walbrzych.eu">pomoczaufanie.walbrzych.eu</a>	Mieszkańcy

	w Wałbrzychu	wychowawczych, szkolnych.  Ty opisujesz swój problem i przesyłasz opis do nas e-mailem Twój problem pozna tylko specjalista, do którego się zwróciłeś Na każdy, potwierdzony list opisujący problem, odpowiemy Odpowiedź otrzymasz na adres e-mail wskazany przez Ciebie	<i>zapytanie na adres:</i> <a href="mailto:pedagog@walbrzych.eu">pedagog@walbrzych.eu</a> <i>lub wypełnij:</i> <a href="#">Formularz kontaktowy</a>  na stronie <a href="http://pomoczaufanie.walbrzych.eu">pomoczaufanie.walbrzych.eu</a>		7 dni w tygodniu	<a href="mailto:pedagog@walbrzych.eu">pedagog@walbrzych.eu</a>	Wałbrzycha, w szczególności dzieci i młodzież
2.	Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna	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 ADHD zagrożenie niedostosowaniem społecznym trudności wychowawcze (nieposłuszeństwo, lekceważenie autorytetów, wagary, niesłuchanie) doradztwo zawodowe (wybór szkoły, zawodu) podejrzenie niepełnosprawności intelektualnej	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 rodziców /opiekunów prawnych w sekretariacie poradni osobiście lub za pośrednictwem przedszkola/szkoły/ placówki
<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	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	<a href="https://mops.walbrzych.pl/pl/pomoc-spoeczna/">https://mops.walbrzych.pl/pl/pomoc-spoeczna/</a>	Mieszkańcy Wałbrzycha

		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.			godz. od 7 <sup>30</sup> do 15 <sup>30</sup> w Punkcie Obsługi Klienta.		
<b>ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ</b>							
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 ul. Mickiewicza 26, pn-czw. w godzinach 7 <sup>00</sup> – 17 <sup>00</sup>	<a href="https://mops.walbrzych.pl/pl/profilaktyka-uzaleznien/">https://mops.walbrzych.pl/pl/profilaktyka-uzaleznien/</a>	.....
2.	Poradnia Profilaktyczno-Konsultacyjna „MONAR”	Pomoc w zakresie: profilaktyki uzależnień nadużywania i uzależnienia od alkoholu i środków psychoaktywnych, współuzależnienia, problemów wychowawczych, indywidualne	ul. Browarna 3  58-300 Wałbrzycha	605-190-667	poniedziałek 15:00 - 20:00 wtorek, środa 15:00 – 17:00 czwartek, piątek	<a href="http://www.monar.org/">http://www.monar.org/</a>	Konsultacje i poradnictwo dla młodzieży i rodziców

		poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne, terapeutyczne, zajęcia grupowe			15:00-19:00		
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, 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 Pomoc uzależnionym pomoc rodzinom osób uzależnionych samokształcenie i integracja rodzin	ul. Św. Józefa 1  58-305 Wałbrzych	Punkt konsultacyjny ul. 1 Maja149 785 803 000	Punkt konsultacyjny pon. 9.00-13.00 wtorek 14.00-18.00 czwartek 9.00-13.00 Klub AA- wtorek 18.00-20.00 i sobota 17.00-19.00	<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>	Mieszkańcy Wałbrzycha, Osoby uzależnione, trzeźwiejące, rodziny osób uzależnionych
<p>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</p>							

**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	poniedziałek- piątek 7 <sup>30</sup> do 15 <sup>00</sup> ul. Mickiewicza 26	<a href="https://mops.walbrzych.pl/pl/profilaktyka-uzaleznien/">https:// mops.walbrzych.pl/pl/ profilaktyka-uzaleznien/</a>	Osoby doświadczające przemocy
2.	Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia	zapewnienie schronienia ofierze przemocy w rodzinie oraz dzieciom pozostającym pod jej opieką udzielanie natychmiastowej pomocy psychologicznej i prawnej oraz zorganizowanie niezwłocznie dostępu do pomocy medycznej 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>	Osoby doświadczające przemocy
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	<b>800 12 00 02</b>  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
4.	Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę prowadząca Centrum Pomocy Dzieciom	Dzieci mogą porozmawiać o wszystkim: o przyjaźni, miłości, dojrzewaniu, kontaktach z rodzicami, rodzeństwem, problemach w szkole czy emocjach, których doświadczają. Gdy czują się dyskryminowane, kiedy doświadczają przemocy lub są jej świadkiem	wsparcie telefoniczne i mailowe	<b>116 111</b> telefon zaufania dla dzieci i młodzieży anonimowy i bezpłatny	telefon 7 dni w tygodniu, 24 godziny na dobę lub jeżeli wolisz pisać czat codziennie w godzinach 14:00 – 24:00 na stronie	<a href="https://116111.pl/">https://116111.pl/</a>	Dzieci doświadczające przemocy
5.	Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę prowadząca Centrum Pomocy Dzieciom	wsparcia i informacji rodzicom i nauczycielom w zakresie przeciwdziałania i pomocy dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności wynikające z problemów i zachowań	wsparcie telefoniczne i mailowe	<b>800 100 100</b> telefon anonimowy i bezpłatny	od poniedziałku do piątku 12.00-15.00	<a href="https://800100100.pl/">https://800100100.pl/</a> e-mail: <a href="mailto:pomoc@800100100.pl">pomoc@800100100.pl</a>	Rodzice i nauczyciele

		ryzykownych takich jak: agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystywanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, uzależnienia, depresja, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania					
<b>INTERWENCJA KRYZYSOWA</b>							
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: (22) 361 69 00 (22) 785 700 177 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.	19 524 (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.	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:rpdp@brpd.gov.pl">rpdp@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  <b>Uwaga!!!</b> naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie zgodnie z taryfą operatora	801 002 006 (dla tel. stacj.) 459 599 000 (dla tel. kom.) 22 391 83 60 (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) Koszt połączenia		<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>	

<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 (z tel. stacj. (22) 330 03 30 Z tel. kom. + 48 (22)33 00 330(z tel. 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> 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.dolnoslaski.e.kas.gov.pl/izba-administracji-skarbowej-we-wroclawiu/zalatwianie-spraw/umow-wizyte-w-urzedzie-skarbowym">https://www.dolnoslaski.e.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 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 odpowiedź e-mailową ok.2 tygodni)  <a href="https://rf.gov.pl/kontakt/biuro@rf.gov.pl">https://rf.gov.pl/kontakt/biuro@rf.gov.pl</a>	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń
<b>INNE</b>							
40	<a href="http://WWW.OBYWATEL.GOV.PL">WWW. OBYWATEL.GOV.PL</a>				<a href="#">Informacje i usługi przyjazne obywatelom</a> portal Ministerstwa Cyfryzacji		
41	Rzecznik Praw	Ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO	800 676 676 .	pon.10.00-18.00	<a href="https://www.rpo.gov.pl">https://www.rpo.gov.pl</a>	Dla każdego, kto

	Obywatelskich		Al. Solidarności 77. 00-090 Warszawa	Połączenia bezpłatne	wt.- pt. 08.00-16.00	<a href="mailto:biurorzecznika@brpo.gov.pl">biurorzecznika@brpo.gov.pl</a>	uważa, że jego prawa są naruszone
--	---------------	--	---	-------------------------	-------------------------	--	--------------------------------------

### NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE

Nieodpłatna pomoc prawna i nieodpłatne poradnictwo obywatelskie przysługują każdej osobie, która nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej, w tym osobie fizycznej prowadzącej jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniającą innych osób w ciągu ostatniego roku. Przed uzyskaniem porady osoba uprawniona jest zobowiązana złożyć stosowne oświadczenie\*

#### Wymagana jest rejestracja na wizyty

#### Telefoniczna:

- 74/ 66 66 399, w godz. 9.00-13.00, ul. Limanowskiego 9
- 74/66 55 183, w godz. 9.00-17.00, pl. Magistracki 1

#### Elektroniczna:

<https://np.ms.gov.pl/zapisy>

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA							
	PROWADZĄCY	ADRESY DYŻURÓW	DNI i GODZINY	SPECJALIZACJA (o ile określono)	lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich	DANE KONTAKTOWE	WWW
1.	Adwokaci i Radcowie Prawni ze Stowarzyszenia Niezależne Forum Doradczco Szkoleniowe	Wałbrzych, Pl. Magistracki 1 pokój nr 1 (wejście od ul. Kopernika)	Poniedziałek 13 <sup>00</sup> -18 <sup>00</sup> wtorek- piątek 13 <sup>00</sup> -17 <sup>00</sup>	brak	nie	74 66 55 183	<a href="https://urząd.um.walbrzych.pl/pl/page/nieodplatna-pomoc-prawna">https:// urząd.um.walbrzych.pl/ pl/page/nieodplatna- pomoc-prawna</a>
2.	Radcowie Prawni	Wałbrzych, Pl. Magistracki 1 pokój nr 1 (wejście od ul. Kopernika)	Poniedziałek- Piątek godz.9 <sup>00</sup> -13 <sup>00</sup>	brak	nie	74 66 55 183	
3.	Adwokaci	Wałbrzych, Limanowskiego 9	Poniedziałek- Piątek godz.8 <sup>00</sup> -12 <sup>00</sup>	brak	tak	74 66 66 399	

4.	Urząd Miasta w Wałbrzychu	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	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>
<b>NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE</b>							
1.	Adwokaci i Radcowie Prawni ze Stowarzyszenia Niezależne Forum Doradczo Szkoleniowe	Wałbrzych, Limanowskiego 9	Poniedziałek- piątek 12 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	brak	tak	74 6666 399	<a href="https://urząd.um.walbrzych.pl/pl/page/nieodpłatna-pomoc-prawna">https://urząd.um.walbrzych.pl/pl/page/nieodpłatna-pomoc-prawna</a>

<b>NIEODPŁATNA MEDIACJA</b>							
1.	Adwokaci i Radcowie Prawni ze Stowarzyszenia Niezależne Forum Doradczo Szkoleniowe	Wałbrzych, Pl. Magistracki 1 pokój nr 1 (wejście od ul. Kopernika)	Poniedziałek 13 <sup>00</sup> -18 <sup>00</sup> wtorek- piątek 13 <sup>00</sup> -17 <sup>00</sup>	brak	nie	74 66 55 183	<a href="https://urząd.um.walbrzych.pl/pl/page/nieodpłatna-pomoc-prawna">https://urząd.um.walbrzych.pl/pl/page/nieodpłatna-pomoc-prawna</a>
		Wałbrzych, Limanowskiego 9	Poniedziałek- piątek 12 <sup>00</sup> -16 <sup>00</sup>	brak	tak	74 6666 399	
2.	Radcowie Prawni	Wałbrzych, Pl. Magistracki 1 pokój nr 1 (wejście od ul. Kopernika)	Poniedziałek- Piątek 9 <sup>00</sup> -13 <sup>00</sup>	brak	nie	74 66 55 183	
3.	Adwokaci	Wałbrzych, Limanowskiego 9	Poniedziałek- Piątek 8 <sup>00</sup> -12 <sup>00</sup>	brak	tak	74 66 66 399	

**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 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: [um@um.walbrzych.pl](mailto:um@um.walbrzych.pl)
- fax: 74 / 64 88 506

tel. ( korzystając z osoby przybranej ): 74 / 66-55-376

\*Oświadczenie stanowiące załącznik nr 1 do ustawy z dnia 15 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej (Dz.U. z 2020 r. poz. 2232 ze zm.)

#### WZÓR

Oświadczenie, o którym mowa w art. 4 ust. 2 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej (Dz. U. z 2020 r. poz. 2232)

Ja, niżej podpisany(-na), (imię, nazwisko, adres)

.....  
.....  
.....,

PESEL<sup>1)</sup> .....,

oświadczam, że:

1) nie jestem w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej,

2) w ciągu ostatniego roku, nie zatrudniałem(-am) innych osób <sup>2)</sup>.

.....  
(data i podpis osoby uprawnionej)

<sup>1)</sup> W przypadku braku numeru PESEL – numer paszportu albo innego dokumentu stwierdzającego tożsamość.

<sup>2)</sup> Dotyczy tylko osoby fizycznej prowadzącej jednoosobową działalność gospodarczą.

\*\* Wzór wniosku – zgłoszenia porady na odległość

**KLAUZULA INFORMACYJNA O PRZETWARZANIU DANYCH OSOBOWYCH  
W SYSTEMIE TELEINFORMATYCZNYM DO OBSŁUGI NIEODPŁATNEJ POMOCY PRAWNEJ, NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA OBYWATELSKIEGO ORAZ EDUKACJI  
PRAWNEJ**

Zgodnie z art. 13 rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (RODO), informujemy, iż:

Administratorem Pani/Pana danych osobowych jest Minister Sprawiedliwości z siedzibą w Warszawie, Al. Ujazdowskie 11, kod pocztowy 00-950, a także właściwe starostwa powiatowe oraz wojewodowie – w zakresie ich zadań realizowanych na podstawie obowiązujących przepisów. Przetwarzanie Pani/Pana danych osobowych będzie się odbywać w celu realizacji zadań wynikających z ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej, a także zadań starostw powiatowych, wojewodów i Ministerstwa Sprawiedliwości wynikających z innych powiązanych przepisów. Dane osobowe przetwarzane będą na podstawie art. 6 ust. 1 lit a, c i e RODO tj. na podstawie zgody, w celu wypełnienia obowiązku prawnego ciążącego na administratorze oraz wykonywania zadań realizowanych w interesie publicznym lub w ramach sprawowania władzy publicznej powierzonej administratorowi.

Sposoby kontaktu z inspektorem ochrony danych w Ministerstwie Sprawiedliwości: Inspektor ochrony danych, Al. Ujazdowskie 11, kod pocztowy 00-950 Warszawa, adres e-mail: [iod@ms.gov.pl](mailto:iod@ms.gov.pl) a z inspektorami ochrony danych we właściwych starostwach powiatowych i w urzędach wojewódzkich zgodnie z informacjami podanymi na stronach internetowych tych urzędów. Z inspektorami ochrony danych można kontaktować się we wszystkich sprawach dotyczących przetwarzania danych osobowych oraz korzystania z praw związanych z przetwarzaniem danych.

Pani/Pana dane osobowe będą przetwarzane oraz archiwizowane w formie elektronicznej przez okres 10 lat.

W związku z przetwarzaniem danych osobowych przysługują Pani/Panu następujące prawa:

- prawo wycofania zgody na przetwarzanie Pani/Pana danych: w zakresie, w jakim Pani/Pana dane są przetwarzane na podstawie zgody ma Pani/Pan prawo wycofania zgody na przetwarzanie danych w dowolnym momencie,
- prawo do usunięcia danych,
- prawo dostępu do Pani/Pana danych osobowych,
- prawo żądania sprostowania Pani/Pana danych osobowych.

Aby skorzystać z powyższych praw, należy skontaktować się z administratorem systemu teleinformatycznego korzystając z danych kontaktowych zamieszczonych na ekranie systemu.

Informujemy, iż Pani/Pana dane osobowe są przekazywane innym odbiorcom wyłącznie na podstawie przepisów prawa, bądź stosownie do wyrażonej przez Panią/Pana zgody..

W ramach systemu teleinformatycznego Pani/Pana dane osobowe są przetwarzane w sposób zautomatyzowany. Nie będą podejmowane decyzje opierające się wyłącznie na zautomatyzowanym przetwarzaniu Pana Pani danych, w tym profilowaniu. Dane osobowe nie będą przekazywane do państw trzecich lub organizacji międzynarodowych.

Przysługuje Pani/Panu prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego, jeśli Pani/Pana zdaniem, przetwarzanie Pani/Pana danych osobowych narusza przepisy unijnego rozporządzenia RODO:

**Biuro Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa.**