

# LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

## CZĘŚĆ I: lista wg art. 8a ust 1 pkt 1:

### RODZINNE

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie**  
ul. Staszica 1A,  
67-100 Nowa Sól  
Tel: 68 457 4330; tel. kom. 692 827 334  
**Całodobowy tel. interwencji kryzysowej:**  
**800 70 2222**  
Pn. 7.00-16.00  
Wt.- czw. 7.00-15.00  
Pt. 7.00-14.00  
www.pcpnowasol.pl

### PSYCHOLOGICZNE I PSYCHIATRYCZNE

Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna  
Ul. Piłsudskiego 65,  
67-100 Nowa Sól  
Tel: 68 387 4700  
Pn. – pt. 7.30-15.30  
www.pppns.pl

### Ośrodek Profilaktyki i Pomocy Psychiatrycznej „Relacja”

Filia Nowa Sól  
**Dla dorosłych**  
Ul. Wojska Polskiego 37,  
**Dla dzieci i młodzieży**  
Ul. Kupiecka 17  
67-100 Nowa Sól  
Rejestracja osobiście lub telefonicznie  
Tel: 506 925 154, 669 132 411  
www.relacja.zgora.pl

### NZOZ „Spec-Med”

**Specjalistyczny Ośrodek Higieny i Terapii  
psychicznej**  
Ul. Witosa 18,  
67-100 Nowa Sól  
Tel: 68 387 3040  
spec-med\_ns@wp.pl

### Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego

(zlecenie NFZ) Fundacja ITAKA  
skr. pocztowa 127  
00-958 Warszawa 66.  
Tel: 800 70 2222 bezpłatna infolinia  
24 godz. przez  
7 dni w tygodniu  
www.liniiawsparcia.pl  
porady@liniiawsparcia.pl

### PEDAGOGICZNE

### Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy

**im. Janusza Korczaka**  
Ul. Arciszewskiego 13,  
67-100 Nowa Sól  
Tel: 68 388 2440  
Pn.- pt. 7.00 -15.00  
www.soswnowasol.pl  
sosw\_nsol@wp.pl

### POMOC SPOŁECZNA

### Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowej Soli

Ul. Staszica 1 D,  
67-100 Nowa Sól  
Tel: 68 506 63 00  
Pn. – pt. 7.30 – 15.30  
http://mopsnowasol.pl

### Ośrodek Pomocy Społecznej w Bytomiu Odrzańskim

Ul. Rynek 1, 67-115 Bytom Odrzański  
Tel: 68 388 4022 wew. 20,21,22  
Pn. 8.00-16.00, czw. – pt. 7.00- 15.00  
ops@bytomodrzański.pl  
opsbo@poczta.ps.pl

### Ośrodek Pomocy Społecznej w Kozuchowie

Ul. 1 Maja 40  
67-120 Kozuchów  
Tel: 68 355 3376  
Pn. – pt. 7.00 – 15.00  
ops@kozuchow.pl

### Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Otyniu z siedzibą w Niedoradzu

Ul. Kochanowskiego 8A  
Tel: 68 355 94 18  
Pn. – pt. 7.00-15.00  
gops@otyn.pl

### Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowym Miasteczku

Ul. 22 Lipca 18  
67-124 Nowe Miasteczko  
Tel: 68 388 8947  
Pn. 7.00 – 17.00  
Wt. – śr. 7.00 – 15.00  
Pt. 7.00 – 13.00  
www.opsnowemiasteczko.pl  
lopsnm@interia.pl

### Ośrodek Pomocy Społecznej w Kolsku

Ul. Piastowska 12  
67-415 Kolsko  
Tel: 68 352 1116  
Pn. –pt. 7.30 – 15.30  
opskolsko@neostrada.pl

### Ośrodek Pomocy Społecznej w Siedliszku

Plac Zamkowy 6  
67-112 Siedlisko  
Tel: 68 388 32 30  
Pn. 8.00 – 16.00  
Wt.-pt. 7.00 – 15.00  
www.siedlisko.naszops.pl  
opssiedlisko@wp.pl

### Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowej Soli

Ul. Moniuszki 3  
67-100 Nowa Sól  
Tel: 68 356 1690  
Pn. – pt. 7.00 – 15.00  
www.opsnowasol.pl

### Dom Pomocy Społecznej

Ul. Szprotawska 19  
67-120 Kozuchów  
Tel: 68 459 9391

Opieka całodobowa  
Godziny pracy administracji  
Pn. – pt. 7.00- 15.00  
www.dps-kozuchow.pl  
dpskoz@interia.pl

### Środowiskowy Dom Samopomocy

Ul. Kasprowicza 12  
67-100 Nowa Sól  
Tel: 68 475 1899  
785 201 234  
Pn. – pt. 7.30 – 15.30  
www.nowasol.naszops.pl  
[sds@mopsnowasol.pl](mailto:sds@mopsnowasol.pl)

### Dzienny Dom Senior+

Ul. Kasprowicza 12  
Tel. 883 977 422, 68 506 5410  
Liczba miejsc: 30

### Noclegowania

**Towarzystwo Pomocy im. św. Brata Alberta  
koło nowosolskie**  
Ul. Topolowa 4  
67-100 Nowa Sól  
Tel: 68 387 37 65  
Październik - marzec od godz. 18.00 do 8.00  
Kwiecień - wrzesień od 19.00 do 7.00

bezpłatna całodobowa infolinia dla osób  
bezdolnych oraz potrzebujących pomocy o  
numerze: **800 109 160**.

### ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

#### Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

Ul. Piłsudskiego 12  
67-100 Nowa Sól  
Tel: 68 459 0305

#### Gminna Komisja ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

Ul. Rynek 2,  
67-115 Bytom Odrzański  
Tel: 68 388 8022

#### Gminna Komisja ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

ul. Rynek 1, Otyń  
pn. 7.00-16.00; wt.-czw. 7.00-15.00; pt. 7.00-  
14.00  
Tel: 68 355 9417

#### Gminna Komisja ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

Ul. 1 Maja 40  
67-120 Kozuchów  
Tel: 68 355 2421

#### Gminna Komisja ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

Plac Zamkowy 6  
67-112 Siedlisko  
Tel: 68 388 3218 wew. 22

#### Gminna Komisja ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

Ul. Moniuszki 3  
67-100 Nowa Sól  
Tel: 68 356 1690

#### Gminna Komisja ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

Ul. Rynek 2  
67-124 Nowe Miasteczko  
Tel: 68 388 8154

#### Punkt konsultacyjny ds. rozwiązywania problemów alkoholowych

Ul. Piastowska 12  
67-415 Kolsko  
Tel: 68 352 1116

#### Punkt konsultacyjny dla osób uzależnionych od alkoholu i ich rodzin

Ul. Rynek 1  
67-106 Otyń  
Tel: 68 355 9417

#### Stowarzyszenie „Monar” poradnia profilaktyczno-konsultacyjna

Ul. Sienkiewicza 37  
67-100 Nowa Sól  
Tel: 793 835 011  
Rejestracja: 68 387 2751

### PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ

#### Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie

Plac Zamkowy 6  
67-112 Siedlisko  
Tel: 68 388 3230

#### Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie

Ul. Staszica 1D  
67-100 Nowa Sól  
Tel: 68 506 6324

**Zespół Interdyscyplinarny ds.  
przeciwdziałania przemocy w rodzinie**  
Ul. Kochanowskiego 8A, Niedoradz  
Tel: 68 355 9418

#### Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie

Ul. Moniuszki 3,  
67-100 Nowa Sól  
Tel: 68 356 1690

#### Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie

Ul. 22 Lipca 18,  
67-124 Nowe Miasteczko  
Tel: 68 388 8947

#### Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie

Ul. Piastowska 12  
67-415 Kolsko  
Tel: 68 352 1116

#### Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie

Ul. Słowackiego 20,  
67-120 Kozuchów  
Tel: 68 355 3376

#### Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie

Ul. Rynek 1  
67-115 Bytom Odrzański  
Tel: 68 388 4022

#### Punkt Informacyjno-Konsultacyjny dla Ofiar Przemocy w Rodzinie

Ul. Jaracza 1,  
67-100 Nowa Sól  
Tel: 68 459 0393  
Pn.-pt. 16.00-18.00  
Pn., czw. 13.00-15.00

#### Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia” Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

Al. Jerozolimskie 155  
02-326 Warszawa  
Tel: **800 120 002**  
Bezpłatna infolinia  
pn. – sob.  
godz. 08.00–22.00  
niedz. i święta  
godz. 08.00–16.00  
www.niebieskalinia.info  
biuro@niebieskalinia

### INTERWENCJA KRYZYSOWA

#### Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego w Nowej Soli

**Komenda Powiatowa Państwowej Straży  
Pożarnej**  
Ul. Piłsudskiego 65A,  
67-100 Nowa Sól  
Tel: 68 355 9290  
Tel: 68 355 9291  
24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu  
kppspnowasol@straz.gorzow.pl

#### 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.pl

24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu  
<http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/>  
[poczta@rcb.gov.pl](mailto:poczta@rcb.gov.pl)

## DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

**Powiatowy Urząd Pracy**  
Ul. Staszica 1 c  
67-100 Nowa Sól  
**Tel:** 68 388 0300

Pn. –pt. . 7.00-15.00  
Obsługa interesantów  
8.00 – 14.00  
nowasol.praca.gov.pl  
sekretariat@pup -nowasol.pl

**Wojewódzki Urząd Pracy**  
Ul. Wyspiańskiego 15  
68-036 Zielona Góra  
**Tel:** 68 456 5600

Pn.-pt. 7.30-15.30  
wupzielonagora.praca.gov.pl  
wup@wup.zgora.pl

**Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia**  
Urząd Pracy.  
Trawiasta 20b  
15-472 Białystok.  
**Tel:** 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

## DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

**Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem i Świadkom – ośrodek Zielona Góra**  
**Lubuski Ruch na Rzecz Kobiet i Rodziny „Żar”**  
Ul. Wrocławska 5  
68-200 Żary

Ul. Jedności 33/1  
Zielona Góra  
695 522 000

Pn. – wt. 10.00-17.00  
Śr. –czw. 13-20.00  
Pt. 8.00-15.00  
So. 9.00-14.00  
www.lubuskiruch.pl  
www.pokrzywdzeni.gov.pl  
funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl

## PRAWO KONSUMENCKIE

**Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów**

Bezpłatne porady konsumenckie  
Ochrona praw konsumenckich  
udzielanie pomocy w kierowaniu spraw na drogę sądową  
Ul. Moniuszki 3  
67-100 Nowa Sól  
**Tel:** 68 458 6729

poniedziałek - środa, piątek w godz. 10.00-14.00  
www.powiat-nowosolski.pl

**Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów**  
UOKiK  
Pl. Powstańców Warszawy 1  
00-950 Warszawa  
Infolinia konsumencka  
(prowadzona przez Federację Konsumentów)

**Tel:** 22 556 0800  
Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora

pn.- pt. godz. 08.15-16.15

https://www.uokik.gov.pl/  
porady@dlakonsumentow.pl

## PRAWA PACJENTA

**Narodowy Fundusz Zdrowia – Lubuski Oddział Wojewódzki w Zielonej Górze**  
Ul. Podgórna 9B  
65-057 Zielona Góra  
**Tel:** 800 190 590

Pn. 8.00-18.00  
Wt. – pt. 8.00-16.00  
www.nfz – zielonagora.pl

**Rzecznik Praw Pacjenta**  
**Biuro RPP**  
ul. Młynarska 46.  
01-171 Warszawa

**Tel:** 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  
https://www.bpp.gov.pl  
kancelaria@rpp.gov.pl

**Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala**  
**Narodowy Fundusz Zdrowia**  
Rakowiecka 26/30  
02-390 Warszawa  
**Tel:** Infolinia Centralna  
800 190 590 (\*)  
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  
http://www.nfz.gov.pl  
infolinia@nfz.gov.pl

**Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych**  
**Ochrona praw osób niepełnosprawnych**  
SIEDZIBA  
ul. Żurawia 4 A,  
00- 503 Warszawa  
**Tel:** 538 117 590

KORESPONDENCJA  
Nowogrodzka 1/3/5  
00-513 Warszawa  
**Tel:** 801 801 015  
Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora  
pn.-pt. godz. 08.30-15.30  
http://www.niepelnosprawni.gov.pl  
sekretariat.bon@mrpips.gov.pl

**Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania**  
Biuro RPD  
Chocimska 6  
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)  
https://brpd.gov.pl  
rpd@brpd.gov.pl

## PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

**Zakładu Ubezpieczeń Społecznych**  
**Inspektorat w Nowej Soli**  
Ul. Kościuszki 29  
67-100 Nowa Sól  
**Tel:** 22 560 1600

Pn. 8.00-17.00  
Wt.- pt. 8.00-15.00  
www.zus.info.pl

**Centrum Obsługi Telefonicznej**  
**Zakładu Ubezpieczeń Społecznych**

Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w Centrum Obsługi Telefonicznej lub podczas wizyty osobistej w placówce jak wyżej.

**Tel:** Nr centrali :  
(22) 667 10 00.  
(22) 560 16 00  
Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.  
pn. – pt. godz. 07.00 – 18.00  
http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl

## PRAWO PRACY

**Państwowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy w Zielonej Górze**  
ul. Dekoracyjna 8  
65-722 Zielona Góra  
**Tel:** 68 451 39 00  
801 002 006 (dla osób dzwoniących z tel. stacjonarnych)  
459 599 000 (dla osób dzwoniących z tel. komórkowych)  
osobiście: poniedziałek od 8.00 do 18.00, od wtorku do piątku od 8.00 do 15.00  
telefonicznie: od poniedziałku do piątku w godz. od 9.00 do 15.00  
kancelaria@zgora.pip.gov.pl  
www.zielonagora.pip.gov.pl

**Centrum Poradnictwa**  
**Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)**  
**Główny Inspektorat Pracy**  
ul. Grójecka 183  
02-315 Warszawa.  
**tel.** 22 425 1194  
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 zgodnie z taryfą operatora.  
**Uwaga!!!** naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie .  
www.bip.pip.gov.pl,  
kancelaria@gip.pip.gov.pl

## PRAWO PODATKOWE

**Urząd Skarbowy w Nowej Soli**  
Ul. Staszica 1  
67-100 Nowa Sól  
**Tel:** 68 456 0302

Pn. 8.00. – 18.00  
Wt.- pt. 8.00 – 15.00  
www.lubuskie.kas.gov.pl/ urzad-skarbowy-w-nowej-soli  
us.nowasol@mf.gov.pl

**Krajowa Informacja Skarbowa**  
ul. Teodora Sixta 17,  
43-300 Bielsko-Biała  
**Tel:** 801 055 055 z tel. stacjonarnych  
(22) 330 03 30 z tel. komórkowych.  
+ 48 (22)33 00 330 z tel. zagranicznych.  
Koszt zgodnie z taryfą operatora  
pn.- pt. godz. 07.00-15.00  
www.kis.gov.pl  
więcej: https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa

## DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

**Rzecznik Finansowy (Ubezpieczonych)**  
**Biuro Rzecznika Finansowego**  
Al. Jerozolimskie 87  
02-001 Warszawa

Ubezpieczenia  
gospodarcze  
(22) 333 73 28  
Ubezpieczenia  
Społeczne. OFE ZUS  
(22) 333 73 26  
lub (22) 333 73 27  
Ubezpieczenia bankowe i rynku  
kapitałowego  
(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  
**Porady e-mail:** porady@rf.gov.pl  
(czas oczekiwania na odpowiedź e-mailową ok.2 tygodni)  
https://rf.gov.pl/kontakt  
biuro@rf.gov.pl

## INNE

**WWW. OBYWATEL.GOV.PL**  
Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji

**Rzecznik Praw Obywatelskich Biuro RPO**  
Nowogrodzka 47A,  
00-090 Warszawa  
800 676 676  
Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych  
godz. 10.00-18.00  
pn.- pt. godz. 08.00-16.00  
https://www.rpo.gov.pl  
biurorzecznika@brpo.gov.pl

## CZEŚĆ II: NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA i NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE (wg art. 8a ust 1 pkt 2)

**ZAPISY** na wizyty pod numerem telefonu:  
**790 227 119 wtorek, środa, czwartek 10.00 – 13.30**

Osoby, które ze względu na niepełnosprawność ruchową nie są w stanie przybyć do punktu lub osoby doświadczające trudności w komunikowaniu się mogą otrzymać poradę przez telefon lub przez Internet. Bliższe informacje pod numerem podanym do zapisów.

Z porad **może skorzystać każda osoba**, której nie stać na odpłatną pomoc prawną oraz **przedsiębiorca**, który nie zatrudniał w ciągu ostatniego roku, **po złożeniu stosownych oświadczeń**.

## NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA

**Punkt 3**  
**Poradnia Psychologiczno Pedagogiczna**  
Ul. Piłsudskiego 65,  
67-100 Nowa Sól  
Wt. – Śr. 13.00-17.00, Czw. – Pt. 8.00-12.00

**Punkt 2 – Zespół szkół Ponadgimnazjalnych**  
**Nr 5 w Koźuchowie**  
Ul. 22 Lipca 5, wejście A  
67-120 Koźuchów  
Pon. –wt. 14.00-18.00, Śr. 12.00 – 16.00, Czw. 8.00 – 12.00  
INFORMACJE i ZAPISY:  
790 227 119 wt., śr., czw. 10.00-13.30  
www.bip.powiat-nowosolski.pl/102/Pomoc\_Prawna/

**Gminny Ośrodek Kultury**  
Ul. Kościuszki 2  
67-124 Nowe Miasteczko  
Pt. 15.00-19.00  
INFORMACJE i ZAPISY:  
790 227 119 wt., śr., czw. 10.00-13.30  
697 039 292

## NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE

**Punkt 1**  
**Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna**  
Ul. Piłsudskiego 65  
67-100 Nowa Sól  
Śr. 8.00-12.00 Czw. – Pt. 13.00-17.00  
INFORMACJE i ZAPISY:  
790 227 119 wt., śr., czw. 10.00-13.30  
www.bip.powiat -nowosolski.pl/102/Pomoc\_Prawna/

**Urząd Miejski w Bytomiu Odrzańskim**  
Rynek 1  
Pon. godz. 12.00 – 16.00  
Wt. godz. 14.00-18.00  
INFORMACJE i ZAPISY:  
790 227 119 wt., śr., czw. 10.00-13.30