

**Lista jednostek NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA,
dostępnego dla mieszkańców powiatu karkonoskiego
udostępniona przez STAROSTĘ KARKONOSKIEGO**

Tematyka poradnictwa	Jednostki publiczne/niepubliczne	Zakres poradnictwa	Kryteria dostępu do usługi
1	2	3	4
<p>NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE</p> <p>Pomocy prawnej i obywatelskiej udziela się w trzech punktach, według kolejności zgłoszeń, po telefonicznym umówieniu, w godzinach urzędowania Starostwa Powiatowego w Jeleniej Górze, terminu wizyty, 75 64 73 111 albo na stronie https://np.ms.gov.pl</p>	<p>Adwokaci wskazani przez Okręgową Radę Adwokacką i radcowie prawni wskazani przez Radę Okręgową Izby Radców Prawnych, na podstawie umowy z Powiatem Karkonoskim obsługujący punkt w Kowarach, na terenie Szkoły Podstawowej nr 1, w budynku Centrum Wczesnej Profilaktyki Zdrowotnej przy ul. Staszica 18, w lokalu nr 7, na I piętrze,</p> <p>poniedziałek - piątek, od godz.11 do godz.15.</p> <p>w czwarty roboczy piątek (miesiące nieparzyste) oraz czwarty roboczy poniedziałek (miesiące parzyste) istnieje możliwość świadczenia nieodpłatnej mediacji</p> <p>Adwokaci, radcowie prawni oraz doradcy obywatelscy wskazani przez Stowarzyszenie Inicjatyw Społecznych wyłonionym w otwartym konkursie, orgaznizowanym przez Powiat Karkonoski, na obsługę punktu nieodpłatnej pomocy prawnej (NPP) i nieodpłatnej pomocy obywatelskiej (NPO), w ośmiu miejscowościach (CO DRUGI TYDZIEŃ POCZĄWSZY OD 2 STYCZNIA 2023 R. Nieodpłatna Pomoc Prawna; CO DRUGI TYDZIEŃ POCZĄWSZY OD 9 STYCZNIA 2023 R. Nieodpłatne Poradnictwo Obywatelskie):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Janowice Wielkie, Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej (NPP), poniedziałek 11.00 – 15.00 ▪ Jelenia Góra, Starostwo Powiatowe w Jeleniej Górze, ul. Podchorążych 15 (NPO), 	<p>Nieodpłatna pomoc prawna obejmuje:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) poinformowanie osoby fizycznej, zwanej dalej „osobą uprawnioną”, o obowiązującym stanie prawnym oraz przysługujących jej uprawnieniach lub spoczywających na niej obowiązkach, w tym w związku z toczącym się postępowaniem przygotowawczym, administracyjnym, sądowym lub sądowoadministracyjnym lub 2) wskazanie osobie uprawnionej sposobu rozwiązania jej problemu prawnego, lub 3) sporządzenie projektu pisma w sprawach, o których mowa w pkt 1 i 2, z wyłączeniem pism procesowych w toczącym się postępowaniu przygotowawczym lub sądowym i pism w toczącym się postępowaniu sądowoadministracyjnym, lub 4) nieodpłatną mediację, lub, 5) sporządzenie projektu pisma o zwolnienie od kosztów sądowych lub ustanowienie pełnomocnika z urzędu w postępowaniu sądowym lub ustanowienie adwokata, radcy prawnego, doradcy podatkowego lub rzecznika patentowego w postępowaniu 	<p>Nieodpłatna pomoc prawna przysługują osobie uprawnionej, która nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej.</p> <p>Osoba uprawniona, przed uzyskaniem nieodpłatnej pomocy prawnej składa pisemne oświadczenie, że nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej. Oświadczenie składa się osobie udzielającej nieodpłatnej pomocy prawnej. Osoba korzystająca z nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego w zakresie prowadzonej działalności gospodarczej dodatkowo składa oświadczenie o niezatrudnianiu innych osób w ciągu ostatniego roku oraz pisemne oświadczenie dotyczące uzyskiwania pomocy de minimis za rok udzielania porady oraz za dwa poprzedzające lata podatkowe albo przedstawia wszystkie zaświadczenia o pomocy de minimis i zaświadczenia o pomocy de minimis w rolnictwie</p>

	<p>piątek 10.00 – 14.00</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Karpacz, budynek Stadionu im. Ireny Szewińskiej, wtorek (NPP) i środę (NPO) 11.00 – 15.00 ▪ Szklarska Poręba, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, czwartek 11.00 – 15.00 (NPP) ▪ Mysłakowice, Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej (NPP), środa 11.00 – 15.00 ▪ Piechowice, Urząd Miasta wtorek 9.00 – 13.00 (NPO) ▪ Podgórzyn, Centrum Aktywności Społecznej „Pogórze” (NPO) czwartek 11.00 – 15.00 ▪ Stara Kamienica, Urząd Gminy, poniedziałek (NPO) 11.00 – 15.00 i piątek (NPP) 10.00 – 14.00 <p>w każdy roboczy czwartek miesiąca istnieje możliwość świadczenia nieodpłatnej mediacji</p>	<p>sądowoadministracyjnym oraz poinformowanie o kosztach postępowania i ryzyku finansowym związanym ze skierowaniem sprawy na drogę sądową.</p> <p>Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie obejmuje działania dostosowane do indywidualnej sytuacji osoby uprawnionej, zmierzające do podniesienia świadomości tej osoby o przysługujących jej uprawnieniach lub spoczywających na niej obowiązkach oraz wsparcia w samodzielnym rozwiązywaniu problemu, w tym, w razie potrzeby, sporządzenie wspólnie z osobą uprawnioną planu działania i pomoc w jego realizacji. Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie obejmuje w szczególności porady dla osób zadłużonych i porady z zakresu spraw mieszkaniowych oraz zabezpieczenia społecznego.</p> <p>Nieodpłatna mediacja obejmuje:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) poinformowanie osoby uprawnionej o możliwości skorzystania z polubownych metod rozwiązywania sporów, w szczególności mediacji oraz korzyści z tego wynikających; 2) przygotowanie projektu umowy o mediację lub wniosku o przeprowadzenie mediacji, 	<p>lub rybołówstwie za rok udzielania porady oraz za dwa poprzedzające lata podatkowe, przed udzieleniem porady.</p>
--	--	---	--

		<p>3) przygotowanie projektu wniosku o przeprowadzenie postępowania mediacyjnego w sprawie karnej;</p> <p>4) przeprowadzenie mediacji;</p> <p>5) udzielenie pomocy w sporządzenie do sądu wniosku o zatwierdzenie ugody zawartej przed mediatorem.</p>	
PORADNICTWO RODZINNE,	<p>Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie ul. Podchorążych 15 58-506 Jelenia Góra http://www.pcpr.jgora.pl/ e-mail: pcpr@pcpr.jgora.pl nr telefonu 75-64-73-277 od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30 - 15:30</p>	Poradnictwo psychologiczno-pedagogiczne oraz prawne.	Mieszkańcy powiatu karkonoskiego.
PSYCHOLOGICZNE,	<p>SP ZOZ Szpital Specjalistyczny MSW w Jeleniej Górze, ul. Cieplicka 69-71, http://www.szpitalmsw.net.</p> <p>rejestracja: osobiście lub telefonicznie pod numerem tel. 75 64 35 733</p>	<p>Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży Diagnoza i terapia dzieci oraz młodzieży z następującymi zaburzeniami:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zaburzenia zachowania i emocji • Całościowe zaburzenia rozwojowe (autyzm, zespół Aspergera) • Zaburzenia lękowe • Zaburzenia depresyjne • Zaburzenia hiperkinetyczne (ADHD) • Inne, np. zab. odżywiania, schizofrenia, zab. dwubiegunowe, tiki 	<p>czynna: poniedziałek od 7:30 do 18:00 wtorek od 7:30 do 20:00 środa NIECZYNNA czwartek od 13:00 do 16:00 oraz od 17:00 do 20:00 piątek NIECZYNNA Pacjenci przyjmowani są: - Bezpłatnie w ramach umowy z NFZ - Bez skierowania od lekarza pierwszego kontaktu</p>
		<p>Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dorosłych oferuje diagnozę lekarską i psychologiczną, leczenie farmakologiczne i wsparcie psychologiczne i psychoterapeutyczne</p>	<p>czynna od poniedziałku do czwartku: poniedziałek godz. 8:00 - 18:00 wtorek godz. 8:00 - 15:00 środa godz. 8:00 - 20:30 czwartek godz. 8:00 - 20:30</p>

			Pacjenci przyjmowani są: - Bezpłatnie w ramach umowy z NFZ - Bez skierowania od lekarza pierwszego kontaktu
PEDAGOGICZNE,	Publiczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna ul. Zamkowa 5 58-530 Kowary, dla mieszkańców Karpacza, Kowar i gmin: Janowice Wielkie i Mysłakowice http://www.poradnia-kowary.pl/ nr telefonu 75-718-25-72; 515 557 833 Fax: 75-718-20-13; e-mail: poradniakowary@wp.pl poniedziałek , środa, piątek 7:00 - 15.00, wtorek i czwartek 8.00 – 16.00 =====	Diagnozowanie dzieci i młodzieży stanowiące wszechstronną ocenę możliwości rozwojowych dzieci i młodzieży, poziomu ich rozwoju intelektualnego, emocjonalnego oraz osobowości. Dokonywanie diagnozy w zakresie pracy rewalidacyjnej, rehabilitacyjnej, terapeutycznej oraz potrzeb edukacyjnych. Orzekanie i opiniowanie do odpowiednich form pomocy psychologiczno – pedagogicznej. Udzielanie dzieciom i młodzieży oraz rodzicom bezpośredniej pomocy psychologiczno – pedagogicznej poprzez prowadzenie specjalistycznych oddziaływań stymulujących rozwój psychiczny jak: prowadzenie terapii dzieci i młodzieży oraz ich rodzin, udzielanie wsparcia i pomocy w wyborze kierunku kształcenia i zawodu oraz planowaniu kariery zawodowej, zajęcia stymulujące rozwój zdolności i talentów, doradztwo psychologiczne i pedagogiczno – logopedyczne dla dzieci i młodzieży, rodziców i nauczycieli odnośnie rozwoju psychicznego i fizycznego dzieci, udzielanie pomocy rodzicom i	Poradnia udziela pomocy uczniom, ich rodzicom i nauczycielom przedszkoli, szkół i placówek mających siedzibę na terenie działania poradni oraz dzieciom nie uczęszczającym do szkoły/przedszkola i ich rodzicom, jeżeli mieszkają na terenie działania Poradni od momentu urodzenia do czasu ukończenia nauki szkolnej.
	Publiczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna ul. Górna 29 58-580 Szklarska Poręba, dla mieszkańców Piechowic, Szklarskiej Poręby i gmin: Jeżów Sudecki, Podgórzyn i Stara Kamienica http://www.poradniaszklarska.pl/ nr telefonu 75 717 24 67, 574 782 764 e-mail: sekretariat@poradniaszklarska.pl od poniedziałku do piątku w godzinach 9:00 - 13:00		

		<p>nauczycielom w rozpoznawaniu i rozwijaniu indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz indywidualnych możliwości psychofizycznych dzieci i młodzieży oraz w rozwiązywaniu problemów edukacyjnych i wychowawczych. Realizowanie zadań profilaktycznych oraz wspierających wychowawczą i edukacyjną funkcje przedszkola, szkoły i placówki, w tym wspieranie nauczycieli w rozwiązywaniu problemów dydaktycznych i wychowawczych poprzez np. rozpoznawanie indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz możliwości psychofizycznych dzieci i młodzieży, tym w rozpoznawaniu ryzyka wystąpienia specyficznych trudności w uczeniu się u uczniów klas I – III szkoły podstawowej.</p> <p>Organizowanie i prowadzenie wspomagania przedszkoli, szkół i placówek w zakresie realizacji zadań dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych.</p> <p>Organizowanie współdziałania z innymi poradniami, przedszkolami, szkołami i placówkami oraz organizacjami pozarządowymi.</p>	
Z ZAKRESU POMOCY SPOŁECZNEJ,	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie ul. Podchorążych 15 58-506 Jelenia Góra http://www.pcpr.jgora.pl/	Poradnictwo prawne.	Mieszkańcy powiatu karkonoskiego.

	<p>e-mail: pcpr@pcpr.jgora.pl nr telefonu 75-64-73-277 od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30 - 15:30 =====</p> <p>Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Kolejowa 2a 58-520 Janowice Wielkie http://www.gops.janowicewielkie.pl/ e-mail: gops@janowicewielkie.eu nr telefonu 757515533 od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30 - 15:30 =====</p> <p>Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Długa 63 58-521 Jeżów Sudecki http://www.gops.jezowsudecki.pl/ e-mail: gops@jezowsudecki.pl nr telefonu 757132254 poniedziałek - piątek 8:30 - 15.30 =====</p> <p>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Obrońców Pokoju 2A 58-540 Karpacz https://mopskarpacz.bip.gov.pl/ e-mail: poczta@mops.karpacz.pl nr telefonu 757618595, od poniedziałku do piątku w godzinach 7:15 - 15:15 =====</p> <p>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Zamkowa 5 58-530 Kowary http://www.mopskowary.pl/ e-mail: sekretariat@mopskowary.pl nr telefonu 757182113</p>		
--	--	--	--

od poniedziałku do środy w godzinach 7:00 - 15:00
czwartek 7:00 -16:00
piątek 7:00 – 14:00

=====

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
ul. Wojska Polskiego 2 a
58-533 Mysłakowice

<http://www.gops.myslakowice.pl/>

e-mail: gops@myslakowice.pl

nr telefonu 756470810

od poniedziałku do piątku w godzinach 7:15 - 15:15

=====

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej
ul. Kryształowa 49a
58-573 Piechowice

tymczasowa siedziba: Piechowice, ul. Szkolna 4

<http://mops-piechowice.pl/kontakt.html>

e-mail: sekretariat@mops-piechowice.pl

e-mail: mospie@poczta.onet.pl

nr telefonu 601 482 197

poniedziałek, wtorek 7:30 – 16:00

środa, czwartek 7:30 15:30

piątek 7:30 14:30

=====

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
ul. Żołnierska 13
58-533 Podgórzyn

<https://gospodgorzyn.bip.gov.pl/>

e-mail: opspodgorzyn@poczta.onet.pl

nr telefonu 757621129

od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30 - 15:30

=====

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
ul. Kamienicka 11
58-512 Stara Kamienica

	<p>http://gopsstarakam.naszops.pl e-mail: gops@starakamienica.pl nr telefonu 757514255 poniedziałek 8:00 - 16.00 wtorek – piątek 7:00 - 15.00 =====</p> <p>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Jedności Narodowej 11 58-580 Szklarska Poręba http://www.mopsszklarskaporeba.pl/ e-mail: sekretariat.mops@szklarskaporeba.pl nr telefonu 757172146 poniedziałek - wtorek 7:30 - 15.30 środa 7:30 - 17.00 czwartek 7:30 - 15.30 piątek 7:30 - 14.00</p>		
<p>W SPRAWIE ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ,</p>	<p>Stowarzyszenie Monar Poradnia Profilaktyki, Leczenia i Terapii Uzależnień ul. Wolności 70 58-500 Jelenia Góra http://www.monar.org/placowka/stowarzyszenie-monar-poradnia-profilaktyki-leczenia-i-terapii-uzalezniem-w-jeleniej-gorze/ nr telefonu 75-64-73-390, poniedziałek – czwartek 8:30 - 20.00 piątek 8:30 - 15.30 INFOLINIA czynna od poniedziałku do piątku w godzinach 14:00-18:00: 574 734 814 e-mail: monar@data.pl</p>	<p>1. Poradnia Leczenia Uzależnień</p> <p>2. Poradnia Terapii Uzależnienia od Substancji Psychoaktywnych</p> <p>3. Poradnia Terapii Uzależnienia od Substancji Psychoaktywnych dla Dzieci i Młodzieży</p> <p>Kompleksowa psychoterapia dla osób z problemem używania i uzależnienia od narkotyków, alkoholu, dopalaczy, leków; z problemem uzależnień behawioralnych tj. hazard, zakupy, internet i in.,</p> <p>Kompleksowa psychoterapia dla osób współuzależnionych (rodzice, rodziny, partnerzy, DDA, DDN, DDD).</p>	<p>- bez ograniczeń wiekowych</p> <p>- osoby z problemu uzależnień bez względu na status ubezpieczenia</p> <p>- osoby współuzależnione, rodziny, bliscy osób uzależnionych wymagane ubezpieczenie</p> <p>- placówka posiada kontrakt z Narodowym Funduszem Zdrowia</p>

		<p>Oferta świadczeń - zakres:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Porady diagnostyczne , diagnoza i leczenie psychiatryczne dzieci i młodzieży, osób dorosłych2. Psychoterapia indywidualna3. Terapia psychologiczna4. Poradnictwo rodzinne5 . Interwencje kryzysowe6. Psychoterapia grupowa dla osób uzależnionych: Etap I: grupa podstawowa Etap II – grupa zaawansowana Etap III – grupa kontynuacji terapii (pogłębiona)7. Psychoterapia grupowa do rodzin (rodzice, opiekunowie prawni dzieci i dorosłych z problemem używania substancji psychoaktywnych)8. Grupa wsparcia dla młodzieży eksperymentującej z substancjami psychoaktywnymi (narkotyki, alkohol, dopalacze, leki)9. Psychoterapia grupowa DDA, DDN	
--	--	--	--

		<p>10. Skierowania na detoksykację, leczenie stacjonarne, oddział dzienny</p> <p>11. Program wczesnej interwencji FreD</p> <p>12. Program „CANDIS” – program motywująco-edukacyjny dla osób używających przetworów konopi indyjskich (marihuana, haszysz, syntetyczna marihuana)</p> <p>13. Krótkoterminowa terapia par</p> <p>14. Mityngi NA, AA</p> <p>1. Oddział Dzienny Terapii Uzależnień</p> <p>Oferta terapeutyczna:</p> <p>Realizowany jest intensywny, podstawowy program terapeutyczny, który opiera się na oddziaływaniach grupowych, indywidualnej pracy z terapeutą z dostępem do diagnozy psychologicznej oraz diagnozy i leczenia psychiatrycznego.</p> <p>Przyjmowane są osoby uzależnione od alkoholu, narkotyków, leków, używające alkoholu i narkotyków (uzależnienie mieszane) oraz osoby z problemem uzależnienia od hazardu.</p> <p>Czas trwania leczenia na oddziale dziennym wynosi 8 tygodni</p>	
--	--	--	--

		(z możliwością przedłużenia do 10 tygodni). Zajęcia odbywają się od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.30 do 14.30. Za okres leczenia na oddziale dziennym pacjent może uzyskać zwolnienie lekarskie.	
W SPRAWIE PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE,	Ośrodek Interwencji Kryzysowej ul. Podchorążych 15 58-506 Jelenia Góra http://www.pcpr.jgora.pl/index.php/osrodek-interwencji-kryzysowej nr telefonu 75-64-73-286, 286 poniedziałek 7:30 - 15.30 wtorek 7:30 - 15.30 , 16:30 – 18:30 środa 7:30 - 15.30 czwartek 7:30 – 18:30 piątek 7:30 – 15:30	Poradnictwo psychologiczne i prawne.	Mieszkańcy powiatu karkonoskiego.
W RAMACH INTERWENCJI KRYZYSOWEJ,	Ośrodek Interwencji Kryzysowej ul. Podchorążych 15 58-506 Jelenia Góra http://www.pcpr.jgora.pl/index.php/osrodek-interwencji-kryzysowej nr telefonu 75-64-73-282, 286 poniedziałek 7:30 - 15.30 wtorek 7:30 - 15.30 , 16:30 – 18:30 środa 7:30 - 15.30 czwartek 7:30 – 18:30 piątek 7:30 – 15:30	Poradnictwo psychologiczne i prawne.	Mieszkańcy powiatu karkonoskiego.
DLA BEZROBOTNYCH,	Powiatowy Urząd Pracy ul. Podchorążych 15 58-506 Jelenia Góra http://jeleniagora.praca.gov.pl/ e-mail: wrje@praca.gov.pl nr telefonu 75-64-73-160 do 162	Poradnictwo zawodowe polega na udzielaniu pomocy przez pracownika urzędu pracy w rozwiązywaniu problemów zawodowych osób zgłaszających się po taką pomoc do urzędu.	Usługa poradnictwa zawodowego jest dostępna zarówno dla osób zarejestrowanych w powiatowym urzędzie pracy, jak i w węższym zakresie dla osób

	<p>od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00 - 14:00</p>	<p>Pomoc może być świadczona w formie indywidualnego kontaktu pracownika urzędu z osobą potrzebującą pomocy lub za pośrednictwem łącza telefonicznego albo internetowego.</p> <p>W ramach usługi poradnictwa zawodowego pracownicy urzędu prowadzą również grupowe spotkania w formie warsztatów z osobami potrzebującymi pomocy</p>	<p>niezarejestrowanych oraz pracodawców i ich pracowników.</p>
<p>DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM,</p>	<p>https://www.funduszsprawiedliwosci.gov.pl/ Ministerstwo Sprawiedliwości Departament Funduszu Sprawiedliwości Al. Ujazdowskie 11 00-567 Warszawa Linia Pomocy Pokrzywdzonym: +48 222 309 900</p>	<p>Porady i informacje związane z prawami osób pokrzywdzonych przestępstwem.</p>	<p>Wszystkie osoby pokrzywdzone przestępstwem, osoby im najbliższe oraz świadków przestępstw.</p>
<p>A TAKŻE Z ZAKRESU PRAW KONSUMENTÓW,</p>	<p>Powiatowy Rzecznik Konsumentów Starostwo Powiatowe ul. Podchorążych 15 58-506 Jelenia Góra parter, pok. 308 nr telefonu 75 64 73 111 e-mail: prk@powiatkarkonoski.eu Godziny przyjęć interesantów: poniedziałek, wtorek i czwartek: 7.30-15.30 środa: 7.30-16.30 piątek: 7.30-14.30</p>	<p>Porady i informacje związane z prawami nabywcy rzeczy niezwiązanej z działalnością gospodarczą.</p>	<p>Porady prawne mieszkańcom powiatu karkonoskiego (konsumentom) udzielane są:</p> <ul style="list-style-type: none"> - osobiście - telefonicznie, - korespondencyjnie. <p>Rzecznik udziela porad i informacji bezpłatnie. Zwracając się do Powiatowego Rzecznika Konsumentów konsumenci powinni posiadać wniosek o interwencję zawierający:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) imię i nazwisko, adres zamieszkania oraz telefon wnioskodawcy 2) oznaczenie przedsiębiorcy wraz z jego danymi adresowymi, 3) szczegółowy opis sprawy,

			<p>4) sprecyzowanie żądań (wymiana towaru, obniżenie ceny, zwrot pieniędzy), 5) do wniosku należy załączyć kopie dokumentów związanych ze sprawą: - dowód zakupu (paragon, faktura) bądź umowę o świadczenie usługi, której sprawa dotyczy - zgłoszenie reklamacyjne - odpowiedź sprzedawcy z ewentualną opinią rzeczoznawcy - wszelką korespondencję w sprawie. Dokumenty można składać osobiście bądź przesłać pocztą, faxem lub drogą elektroniczną.</p>
<p>PRAW DZIECKA,</p>	<p>Rzecznik Praw Dziecka Rzecznik Praw Dziecka, ul. Chocimska 6, 00-791 Warszawa https://brpd.gov.pl/ e-mail: rpd@brpd.gov.pl nr telefonu: 800 12 12 12 Dziecięcy Telefon Zaufania całodobowy; (22) 583 66 00 czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 08.15-16.15.</p>	<p>Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka to bezpłatna, telefoniczna linia interwencyjna dla dzieci i młodzieży, pełniąca rolę telefonu zaufania i telefonu interwencyjnego.</p> <p>Pracownicy DTZu - psycholodzy, pedagodzy, prawnicy – udzielają niezbędnego wsparcia wszystkim dzwoniącym dzieciom. Pod numer interwencyjny osoby dorosłe mogą zgłaszać problemy dzieci lub rażące zaniedbania względem nich.</p> <p>Do dziecięcego telefonu zaufania najczęściej zgłaszane są sprawy dotyczące przemocy, problemów emocjonalnych, w relacjach rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych</p>	<p>Dziecięcy Telefon Zaufania jest czynny całą dobę, siedem dni w tygodniu.</p> <p>Siedzibą DTZu jest Biuro Rzecznika Praw Dziecka w Warszawie. Rzecznik Praw Dziecka nie posiada oddziałów regionalnych.</p>

		oraz wynikających z okresu dorastania. Zespół Dziecięcego Telefonu Zaufania prowadzi także edukację upowszechniającą prawa dziecka poprzez spotkania oraz zajęcia edukacyjne.	
PRAW PACJENTA,	<p>Rzecznik Praw Pacjenta, Biuro Rzecznika Praw Pacjenta: ul. Młynarska 46, 01-171 Warszawa e-mail: kancelaria@rpp.gov.pl tel: (22) 532 - 82 - 50 https://www.rpp.gov.pl/ Telefoniczna Informacja Pacjenta: 800 - 190 - 590 (połączenie bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych) czynna pn. - pt. w godz. 8.00 - 18.00</p> <p>Przyjęcia interesantów w Biurze Rzecznika Praw Pacjenta odbywają się w:</p> <ul style="list-style-type: none"> • poniedziałek - w godzinach od 9.00 do 18.00 • wtorek - w godzinach od 9.00 do 15.00 • środa - w godzinach od 9.00 do 15.00 • czwartek - w godzinach od 9.00 do 15.00 • piątek - w godzinach od 9.00 do 15.00 	<p>Infolinia pełni funkcję informacyjną, doradczą i edukacyjną. Zakres poradnictwa to szeroko rozumiana ochrona zdrowia, w szczególności: prawa pacjenta, system ochrony zdrowia, dostęp do świadczeń opieki zdrowotnej, dochodzenie roszczeń związanych z uszczerbkiem na zdrowiu w związku z udzielaniem świadczeń zdrowotnych. Eksperti Biura udzielają informacji w zakresie przysługujących środków prawnych, wskazują ewentualnie właściwe w sprawie instytucje. Osoby dzwoniące otrzymują praktyczne porady dotyczące działań, które można podjąć w określonej sytuacji, w tym sugestie co do możliwości rozwiązania problemu.</p>	<p>Pacjenci, ich rodziny oraz inne osoby posiadające pytania w zakresie realizowanego poradnictwa.</p>
UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH,	<p>Zakład Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Jeleniej Górze 58-506 Jelenia Góra, ul. Sygietyńskiego 10 Infolinia ZUS Jelenia Góra (22) 560 16 00* z telefonów stacjonarnych i komórkowych * koszt połączenia wg umowy klienta z operatorem telekomunikacyjnym http://www.zus.pl/WIPanorama/</p>	<p>Świadczenia ZUS Jelenia Góra: Emerytury Renty – Renty z tytułu niezdolności do pracy – Renta rodzinna – Renta socjalna Emerytury i renty dla osób pracujących/zamieszkałych za granicą Świadczenia wypadkowe Świadczenia przedemerytalne</p>	<p>Zasięg terytorialny ZUS Jelenia Góra:</p> <p>Miasto: Jelenia Góra, Karpacz, Kowary, Piechowice, Szklarska Poręba Gminy: Janowice Wielkie, Jeżów Sudecki, Mysłakowice, Podgórzyn, Stara Kamienica</p>

od poniedziałku do piątku w godzinach od 7.00 do 18.00,

Dodatki do świadczeń emerytalno – rentowych

- Dodatek pielęgnacyjny
- Dodatek dla sierot zupełnych
- Dodatek kombatancki oraz dodatek kompensacyjny
- Dodatek za tajne nauczanie
- Dodatek weterana poszkodowanego
- Świadczenie pieniężne dla byłych żołnierzy przymusowo zatrudnianych
- Świadczenia pieniężne dla osób deportowanych
- Świadczenia pieniężne dla osób będących cywilnymi niewidomymi ofiarami działań wojennych
- Ryczałt energetyczny
- Ekwiwalent pieniężny z tytułu prawa do bezpłatnego węgla
- Ekwiwalent pieniężny z tytułu prawa do bezpłatnego węgla dla osób uprawnionych z przedsiębiorstw robót górniczych
- Ekwiwalent pieniężny dla byłych pracowników kolejowych

Zasiłki

- Zasiłek chorobowy
- Świadczenie rehabilitacyjne
- Zasiłek opiekuńczy
- Zasiłek wyrównawczy
- Zasiłek macierzyński
- Zasiłek pogrzebowy

Zasiłki dla osób pracujących / zamieszkałych za granicą

Program Rodzina 500+ Jelenia Góra
Program Rodzina 500+ to wsparcie dla polskich rodzin w częściowym pokryciu

		<p>wydatków związanych z wychowaniem dziecka, w tym z opieką nad nim i zaspokojeniem jego potrzeb życiowych. ZUS jest jedną z instytucji, która umożliwia złożenie elektronicznego wniosku o ustalenie prawa do świadczenia wychowawczego tzw. wniosku „Rodzina 500+”. Wniosek elektroniczny uzyskasz poprzez Platformę Usług Elektronicznych ZUS (PUE ZUS). Osoba, która ma swój profil na PUE ZUS – po zalogowaniu – ma możliwość wypełnienia i wysłania wniosku – bez wychodzenia z domu – online. Nie czekaj tylko już teraz złóż z ZUS Jelenia Góra wniosek „Rodzina 500+”</p>	
<p>PRAWA PRACY,</p>	<p>Okręgowy Inspektorat Państwowej Inspekcji Pracy we Wrocławiu Oddział w Jeleniej Górze 58-500 Jelenia Góra, ul. Wincentego Pola 8a https://wroclaw.pip.gov.pl/pl/ e-mail: jelenia-gora@wroclaw.pip.gov.pl nr telefonu 75 64 10 261, fax 75 64 10 293 Porady prawne: tel. 459 595 407- z telefonów komórkowych tel. 801 002 407 - z telefonów stacjonarnych czynne od pon. do piątku od 9.00 do 15.00</p> <p>Dodatkowo, bezpłatne telefoniczne porady prawne udzielane są przez Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • dla osób dzwoniących z telefonów stacjonarnych - 801 002 006 • dla osób dzwoniących z telefonów komórkowych - 459 599 000 	<p>Poradnictwo prawne w zakresie prawa pracy</p>	<p>Pracodawcy i pracownicy.</p>

	<p>PORADY OSOBISTE: w siedzibie Okręgowego Inspektoratu pracy we Wrocławiu</p> <ul style="list-style-type: none"> • poniedziałek w godzinach 10:00 - 18:00 • wtorek - piątek w godzinach 9:00 - 15:00 <p>w oddziałach w Jeleniej Górze, Kłodzku, Legnicy i Wałbrzychu</p> <ul style="list-style-type: none"> • poniedziałek - piątek w godzinach 9:00 - 15:00 <p>DODATKOWE FORMY PORAD:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Okręgowy Inspektorat Pracy we Wrocławiu udziela porad prawnych osobom nieśluzącym. W celu uzyskania pomocy w zakresie tłumaczenia języka migowego należy wcześniej umówić wizytę pod numerem telefonu: 71 37 10 468. 2. Porady prawne z zakresu BHP oraz wypadków przy pracy udzielane są od poniedziałku do piątku, w godzinach od 9:00 do 15:00, pod numerem telefonu: 71 37 10 446. 		
<p>PRAWA PODATKOWEGO,</p>	<p>Krajowa Informacja Skarbowa http://www.kis.gov.pl/kontakt/dane-teleadresowe Dane teleadresowe KIS: ul. Teodora Sixta 17 43-300 Bielsko-Biała tel.: 33 472 79 00 fax: 33 472 79 04 Godziny obsługi klienta: od poniedziałku do piątku w godzinach od 7.00 do 15.00. e-mail Kancelarii: kancelaria.kis@mf.gov.pl e-mail Sekretariatu Dyrektora: kis@mf.gov.pl</p>	<p>Poradnictwo prawne w zakresie prawa podatkowego oraz celnego</p>	<p>Podatnicy</p>

	<p>adres Elektronicznej Skrzynki Podawczej Krajowej Informacji Skarbowej na platformie ePUAP: /KIS/SkrytkaESP</p> <p>poniedziałek - piątek w godzinach od 8.00 do 18.00 Infolinia: Z tel. stac.: 801 055 055 Z tel. kom.: (22) 330 0330 Z zagranicy.: +48 22 330 0330</p>		
<p>DLA OSÓB W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO I INNE;</p>	<p>Rzecznik Finansowy https://rf.gov.pl/kontakt Biuro Rzecznika Finansowego; ul. Nowogrodzka 47A 00-695 Warszawa nr telefonu 22 333 73 26 lub 22 333 73 27, od poniedziałku do piątku w godzinach 10.00 - 14.00;</p> <p>Porady ekspertów udzielane są pod poniższymi numerami telefonów: 22 333 73 28 – w godzinach 9.00-17.00 (<i>poniedziałek</i>) oraz 9.00-14.00 (<i>wtorek-piątek</i>) – dyżur telefoniczny ekspertów z zakresu ubezpieczeń gospodarczych, w szczególności ubezpieczeń komunikacyjnych (OC, AC, assistance), na życie, NNW, domów i mieszkań, turystyczne, kredytów, małych i średnich przedsiębiorstw, rolnych etc.</p> <p>22 333 73 25 – w godzinach 8.00-16.00 (<i>poniedziałek-piątek</i>) – dyżur telefoniczny prawników z zakresu problemów klientów podmiotów rynku bankowego i kapitałowego, w szczególności klientów:</p> <ul style="list-style-type: none"> • banków krajowych, banków zagranicznych, oddziałów banków zagranicznych, oddziałów instytucji kredytowych, 	<p>Porady oraz działania interwencyjne lub postępowania polubowne mogą dotyczyć sporów z podmiotami rynku finansowego. Do tej grupy zalicza się m.in.: towarzystwa ubezpieczeniowe, banki i SKOK-i, instytucje pożyczkowe, towarzystwa funduszy inwestycyjnych, firmy inwestycyjne, biura usług płatniczych, powszechne towarzystwa emerytalne oraz pośredników oferujących kredyty konsumenckie i hipoteczne.</p>	<p>Na każdym etapie sporu jest możliwe uzyskanie porady eksperta Rzecznika Finansowego (telefonicznej lub e-mailowej). Przeprowadzenie postępowania interwencyjnego lub polubownego jest możliwe dopiero w momencie kiedy klient złoży reklamację do podmiotu rynku finansowego i zostanie ona rozpatrzona negatywnie lub w sposób nie satysfakcjonujący klienta. Postępowanie interwencyjne jest bezpłatne. Podjęcie postępowania polubownego wymaga wniesienia 50 zł opłaty, ale na wniosek klienta Rzecznik może podjąć decyzję o zwolnieniu z niej.</p>

- spółdzielczych kas oszczędnościowo-kredytowych,
- towarzystw funduszy inwestycyjnych, funduszy inwestycyjnych, firm inwestycyjnych,
- instytucji płatniczych, biur usług płatniczych, instytucji pieniądza elektronicznego, oddziałów zagranicznych instytucji pieniądza elektronicznego,
- instytucji finansowych, instytucji pożyczkowych,
- pośredników kredytów, pośredników kredytów hipotecznych.

Poradę w zakresie wakacji kredytowych można uzyskać również drogą e-mailową pisząc na dedykowany adres:
wakacjekredytowe@rf.gov.pl.

[22 333 73 32](tel:223337332) – w godzinach 14.00-17.00 (*poniedziałek*) oraz 12.00-14.00 (*środa i piątek*) dyżur telefoniczny ekspertów dla członków Otwartych Funduszy Emerytalnych, uczestników Pracowniczych Programów Emerytalnych oraz osób korzystających z indywidualnych kont emerytalnych.

Porady e-mail można uzyskać pisząc na adres: porady@rf.gov.pl lub przez [formularz kontaktowy](#).

Jelenia Góra, dnia 12 maja 2023 r.

S T A R O S T A
Krzysztof Wiśniewski