

WYKAZ JEDNOSTEK PORADNICTWA DOSTĘPNYCH DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
RODZINNE							
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Rzeszowie. Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Górnio	Konsultacje z mediatorem dotyczące spraw rozwodowych, rodzinnych i małżeńskich, konsultacje ze specjalistą pracy z rodziną w zakresie poradnictwa rodzinnego, udzielania wsparcia w rozwiązywaniu problemów funkcjonowania rodziny, udzielania wsparcia w sprawach opiekuńczo-wychowawczych, wsparcia dla małoletnich rodziców, samotnych matek,	Ul. Rzeszowska 5 (pawilon 7), 36-051 Górnio	tel. 518-736-839,	2 razy w miesiącu w OIK w Górnio po wcześniejszym uzgodnieniu terminu	oik@powiat.rzeszow.pl oik.gorno@poczta.fm www.pcpr.powiat.rzeszow.pl	Mieszkańcy Powiatu Rzeszowskiego
2.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Rzeszowie.	Konsultacje prawne w zakresie spraw rodzinnych i opiekuńczych	Ul. Batorego 9 35-005 Rzeszów	OIK 518 -736 – 839 lub PCPR w Rzeszowie 519-585-761.	w poniedziałki w godzinach 12.00 – 16.00 oraz w środy w godzinach 8.00 – 12.00 po wcześniejszym umówieniu telefonicznym	www.bip.powiat.rzeszow.pl/ OSRODEK_INTERWENCJI_KRYZYSOWEJ_W_GORNIĘ	Mieszkańcy Powiatu Rzeszowskiego
PSYCHOLOGICZNE							
3.	Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze	Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66.	800 70 2222 bezpłatna infolinia	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	www.liniawsparcia.pl porady@liniawsparcia.pl	Dla osób będących w kryzysie psychicznym
4.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Rzeszowie. Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Górnio	Konsultacje psychologiczne w zakresie: przemocy, myśli samobójczych, żaloby, problemów psychicznych, problemów emocjonalnych, trudności wychowawczych, problemów oraz konfliktów małżeńskich,	Ul. Rzeszowska 5 (pawilon 7), 36-051 Górnio	tel. 518-736-839, telefon interwencyjny: 885-696-640	w każdą środę w godzinach 13:00 – 18:00 po wcześniejszym kontakcie telefonicznym z pracownikiem OIK.	oik@powiat.rzeszow.pl oik.gorno@poczta.fm www.pcpr.powiat.rzeszow.pl www.oikgorno.republika.pl	Mieszkańcy Powiatu Rzeszowskiego

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
PEDAGOGICZNE							
5.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr. 1 w Rzeszowie	Diagnoza i terapia dzieci i młodzieży. Wydawanie orzeczeń o potrzebie kształcenia specjalnego oraz opinii o potrzebie wczesnego wspomaganie rozwoju. Współpraca ze szkołami z Powiatu Rzeszowskiego.	Ul. Batorego 9 35-005 Rzeszów	Sekretariat: poniedziałek 7.30- 17.00 wtorek-piątek 7.30-15.30 Diagnoza i terapia: poniedziałek-piątek 8.00-18.00	17 85 28 130	sekretariat@pppl-rzeszow.edu.pl www.ppplrzeszow.edu.pl	Dzieci i młodzież uczęszczające do przedszkoli, szkół podstawowych, gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych oraz placówek oraz placówek-oświatowo wychowawczych mających siedzibę na terenie Powiatu Rzeszowskiego oraz dzieci i młodzież nie uczęszczające do przedszkoli i szkół, a zamieszkujące na terenie Powiatu.
Z ZAKRESU POMOCY SPOŁECZNEJ							
6.	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Błażowej	Wsparcie dla osób i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Pomoc finansowa, rzeczowa lub usługowa, informacje na temat udzielanych świadczeń	ul. 3-go Maja 15 36-030 BŁAŻOWA	17 229-70-02	poniedziałek - piątek 7:30 – 15:30	mgblazowa@ops.net.pl mgopsbl@poczta.fm	Mieszkańcy gminy Błażowa
7.	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Boguchwałie	Wsparcie dla osób i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Pomoc finansowa, rzeczowa lub usługowa, informacje na temat udzielanych świadczeń	pl. Rynek 2 BOGUCHWAŁA ul. Suszyckich 33 36-040 BOGUCHWAŁA	17 875-52-60	poniedziałek - piątek 7:30 – 15:30	mops@boguchwala.pl	Mieszkańcy gminy Boguchwała
8.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Chmielniku	Wsparcie dla osób i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Pomoc finansowa, rzeczowa lub usługowa, informacje na temat udzielanych świadczeń	Chmielnik 50 36-016 CHMIELNIK	17 229-66-03	poniedziałek - piątek 7:15 – 15:15	gops@gops.chmielnik.pl	Mieszkańcy gminy Chmielnik
9.	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Dynowie	Wsparcie dla osób i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Pomoc finansowa, rzeczowa lub usługowa, informacje na temat udzielanych świadczeń	ul. Rynek 2 36-065 DYNÓW	16 652-12-86	Poniedziałek 8:00 - 16:00 wtorek - piątek 7:00 - 15:00	mopsdynow@mopsdynow.com.pl	Mieszkańcy miasta Dynowa
10.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Dynowie	Wsparcie dla osób i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Pomoc finansowa, rzeczowa lub usługowa, informacje na temat udzielanych świadczeń	ul. Ks. J. Ożoga 2 36-065 DYNÓW	16 652-11-14	poniedziałek - piątek 7:00 – 15:00	gops@gminadynow.pl	Mieszkańcy gminy Dynów

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
11.	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Głogowie Młp.	Wsparcie dla osób i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Pomoc finansowa, rzeczowa lub usługowa, informacje na temat udzielanych świadczeń	ul. Fabryczna 17 36-060 GŁOGÓW MŁP.	17 789-75-00	Poniedziałek 07:30–16:30 Wtorek-Czwartek 07:30–15:30 Piątek 07:30–14:30	glogowmlp@ops.net.pl	Mieszkańcy gminy Głogów Młp.
12.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Hyżnem	Wsparcie dla osób i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Pomoc finansowa, rzeczowa lub usługowa, informacje na temat udzielanych świadczeń	Hyżne 628 36-024 HYŻNE	17 229-50-03	poniedziałek - piątek 7:30 – 15:30	gops@hyzne.pl	Mieszkańcy gminy Hyżne
13.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Kamieniu	Wsparcie dla osób i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Pomoc finansowa, rzeczowa lub usługowa, informacje na temat udzielanych świadczeń	Kamień 287 36-053 KAMIEŃ	17 855-60-61	poniedziałek - piątek 7:30 – 15:30	kamien@ops.net.pl	Mieszkańcy gminy Kamień
14.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Krasnem	Wsparcie dla osób i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Pomoc finansowa, rzeczowa lub usługowa, informacje na temat udzielanych świadczeń	Krasne 121 36-007 KRASNE	17 230-02-60	poniedziałek - piątek 7:30 – 15:30	gopskrasne@gminakrasne.pl	Mieszkańcy gminy Krasne
15.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Lubeni	Wsparcie dla osób i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Pomoc finansowa, rzeczowa lub usługowa, informacje na temat udzielanych świadczeń	Lubenia 131 36-042 LUBENIA	17 230 48 58	poniedziałek - piątek 7:30 – 15:00	gopslubenia@ops.net.pl	Mieszkańcy gminy Lubenia
16.	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sokolowie Młp	Wsparcie dla osób i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Pomoc finansowa, rzeczowa lub usługowa, informacje na temat udzielanych świadczeń	ul. Rynek 10 36-050 SOKOŁÓW MŁP	17 772-92-09	poniedziałek - piątek 7:30 – 15:30	sokolow@ops.net.pl	Mieszkańcy gminy Sokółów Młp.
17.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Świlczy	Wsparcie dla osób i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Pomoc finansowa, rzeczowa lub usługowa, informacje na temat udzielanych świadczeń	Świlcza 168 36-072 ŚWILCZA	17 856 03 38	poniedziałek: 8:00 - 18:00 wtorek - piątek: 7:30 - 15:00	gops.swilcza@intertele.pl	Mieszkańcy gminy Świlcza

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
18.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Trzebowniku	Wsparcie dla osób i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Pomoc finansowa, rzeczowa lub usługowa, informacje na temat udzielanych świadczeń	Trzebownik 989 36-001 TRZEBOWNIKO	17 771-37-72	poniedziałek - piątek 8:30 – 16:30	trzebownik@ops.net.pl	Mieszkańcy gminy Trzebownik
19.	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Tyczynie	Wsparcie dla osób i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Pomoc finansowa, rzeczowa lub usługowa, informacje na temat udzielanych świadczeń	ul. Rynek 18 36-020 TYCZYN	17 221-92-46, 230-49-10	poniedziałek - piątek 7:30 – 15:30		Mieszkańcy gminy Tyczyn
W SPRAWIE ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ							
20.	Rodzinny Punkt Konsultacyjny w Sokolowie Młp.	Porady prawne, porady psychologiczne	Urząd Gminy i Miasta w Sokolowie Młp. ul. Rynek 1 Sokolów Młp.	17 772 90 19	Pierwszy i drugi czwartek miesiąca w godz. 16.15- 18.15		Ogólnodostępny w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych i przemocy w rodzinie.
21.	Gmina Chmielnik	Usługi profilaktyczno- terapeutyczne dla osób zagrożonych uzależnieniami, uzależnionych i ich rodzin oraz zagrożonych wykluczeniem społecznym	Urząd Gminy Chmielnik 36-016 Chmielnik		Wyznaczony 1 dzień w miesiącu w godz. 7.15-11.15	sekretariat@chmielnik.pl	Mieszkańcy Gminy skierowani przez GKRPA lub GOPS.
W SPRAWIE PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY DOMOWEJ							
22.	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	www.niebieskalinia.info biuro@niebieskalinia.pl	Dla osób doświadczających przemocy domowej
W RAMACH INTERWENCJI KRYZYSOWEJ							
23.	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.p	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	http://rcb.gov.pl/zarzadzanie- kryzysowe/ poczta@rcb.gov.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
24.	Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Górnice	Poradnictwo specjalistyczne, w tym prawne, psychologiczne, socjalne i rodzinne	Ośrodek Interwencji Kryzysowej 36 - 051 Górnice, ul. Rzeszowska 5 (pawilon nr 7)	tel. (17) 859-48-23 w. 6 tel. 518 -736 - 839 tel. 885 – 696 - 640 (interwencyjny)		www.oikgorno.republika.pl oik.gorno@poczta.fm oik@powiat.rzeszow.pl	Osoby lub rodzinom (bez względu na ich dochód), które mają trudności lub wykazują potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych, w radzeniu sobie z przeżyciami traumatycznymi;
DLA OSÓB BEZROBOTNYCH							
25.	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) +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	Mogą korzystać: - zarejestrowani -poszukujący pracy - pracodawcy
26.	Powiatowy Urząd Pracy	Realizacja zadań w zakresie poradnictwa pracy, poradnictwa zawodowego i informacji zawodowej, pomocy w aktywnym poszukiwaniu pracy oraz rejestracji osób bezrobotnych	35-242 Rzeszów ul. Partyzantów 1A	17 250 01 50	Poniedziałek 8.00-16.00 Wtorek-Piątek: 7.30-15.30 Obsługa osób bezrobotnych odbywa się do godz. 14.00	www.pup.rzeszow.pl	Mieszkańcy Powiatu Rzeszowskiego
27.	Gminne Centrum Pracy w Dynowie	Realizacja zadań w zakresie poradnictwa pracy, poradnictwa zawodowego i informacji zawodowej, pomocy w aktywnym poszukiwaniu pracy oraz rejestracji osób bezrobotnych	Urząd Miasta Dynowa ul. Rynek2 36-065 Dynów	17 25 00 409/411	Poniedziałek- piątek 7.00-15.00	dynowg@pup.rzeszow.pl www.rzeszow.praca.gov.pl	Mieszkańcy Miasta i Gminy Dynów
28.	Gminne Centrum Pracy w Sokolowie Małopolskim	Realizacja zadań w zakresie poradnictwa pracy, poradnictwa zawodowego i informacji zawodowej, pomocy w aktywnym poszukiwaniu pracy oraz rejestracji osób bezrobotnych	Budynek Miejskiej Gminnej Biblioteki ul. Rynek 49 36-050 Sokółów Małopolski	17 25 00 406/416	Poniedziałek-piątek 7.30-15.30	sokolow@pup.rzeszow.pl www.rzeszow.praca.gov.pl	Mieszkańcy Gmin: Sokółów Młp. i Kamień
DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM							
29.	Okręgowy Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepiępstwem w Rzeszowie	Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	Rzeszów Fredry 4/57-58	TEL: 796 600 429 dyżur całodobowy 7 dni w tygodniu	Poniedziałek 8.00 - 15.00 Wtorek 12.00 - 20.00 Środa 8.00 - 15.00 Czwartek 8.00 - 15.00 Piątek 8.00 - 15.00 Sobota 8.00 - 12.00	www.pokrzywdzeni.gov.pl funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl	Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
30.	Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym	Pomoc specjalistyczna i materialna- całodobowa infolinia.	Ul. Aleje Ujazdowskie 11 00-567 Warszawa	TEL: 222 309 900	Całodobowo	www.funduszsprawiedliwosci.gov.pl/pl/potrzebujesz-pomocy www.funduszsprawiedliwosci.gov.pl/pl/znajdz-osrodek-pomocy	Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie
Z ZAKRESU PRAW KONSUMENTÓW							
31.	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	Infolinia konsumencka (prowadzona przez Federację Konsumentów) 801 440 220 22 290 89 16 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn.- pt. godz. 08.00-18.00	www.uokik.gov.pl porady@dlakonsumentow.pl	Prawo konsumenckie
32.	Powiatowy Rzecznik Konsumentów	Bezpłatne poradnictwo w sprawach konsumenckich, tj. w sprawach dotyczących zawierania i wykonywania umów cywilnoprawnych pomiędzy konsumentem a przedsiębiorcą.	ul. Grunwaldzka 15, pokój 435 35-959 Rzeszów	17 86714 73	wtorki, środy, czwartki w godzinach od 9.00 15:00 E-mail: rzecznik.konsumentow@powiat.rzeszow.pl	rzecznikkonsumentow@powiat.rzeszow.pl	Rzecznik udziela konsumentom porad prawnych w swojej siedzibie po uprzednim umówieniu telefonicznym.
33.	Oddział Federacji Konsumentów	Bezpłatne poradnictwo w sprawach konsumenckich, tj. w sprawach dotyczących zawierania i wykonywania umów cywilnoprawnych pomiędzy konsumentem a przedsiębiorcą.	Ul. Jagiellońska 4 Rzeszów	17 852 28 27 Ze względu na zagrożenie epidemią koronawirusa oddział do odwołania realizuje nieodpłatnie porady konsumenckie drogą mailową pod adresem oraz telefonicznie rzeszow@federacja-konsumentow.org.plie pod nr. 536-549-694 oraz 886-845-549	wtorek od 10:00 do 16:00 środa od 10:00 do 16:00 czwartek od 09:00 do 14:00	rzeszow@federacja-konsumentow.org.pl	Mieszkańcy Powiatu Rzeszowskiego

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
Z ZAKRESU PRAW DZIECKA							
34.	Rzecznik Praw Dziecka	Rzecznik Praw Dziecka stoi na straży praw dziecka, a w szczególności: - prawa do życia i ochrony zdrowia, - prawa do wychowania w rodzinie, - prawa do godziwych warunków socjalnych, - prawa do nauki.	ul. Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa	Telefon: 22 583 66 00 Fax: 22 583 66 96 Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka: 800 12 12 12 fax: (22) 583 66 96 (całodobowo)	od poniedziałku do piątku w godzinach 08.15-16.15. od poniedziałku do piątku w godz. 8:15-20:00	rpd@brpd.gov.pl	
Z ZAKRESU PRAW PACJENTA							
35.	Rzecznik Praw Pacjenta	Ochrona praw pacjenta	Biuro RPP ul. Młynarska 46. 01-171 Warszawa	800 190 590 Bezpłatna infolinia zapisy na poradę osobistą: rezerwacja@rpp.gov.pl lub (22) 532 82 43 Biuro Rzecznika Praw Pacjenta tel: (22) 532 - 82 - 50 fax: (22) 506 - 50 - 64	pn. - pt. godz. 08.00-18.00	kancelaria@rpp.gov.pl	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
36.	Narodowy Fundusz Zdrowia-Centrała	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta -leczenie w kraju i poza granicami -kolejki do świadczeń	Narodowy Fundusz Zdrowia Siedziba: ul. Rakowiecka 26/30 02-528 Warszawa	Infolinia Centralna 800 190 590 dla osób dzwoniących z zagranicy (+48) 22 125 66 00 Także każdy oddział NFZ posiada własną infolinię	pn.- pt. godz. 08.00-16.00	http://www.nfz.gov.pl infolinia@nfz.gov.pl skrzynka e-puap /NFZ-Centrała/SkrytkaESP	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
37.	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	SIEDZIBA ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa Telefon (22) 461 60 00 KORRESPONDENCJA A Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	801 801 015 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. godz. 08.00-17.00	http://www.niepelnosprawni.gov.pl sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH							
38.	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. Numery specjalne : 22 290 87 01 (obsługa w sprawie świadczeń z powodu poddania się kwarantannie lub izolacji, obsługa w sprawie zasiłków opiekuńczych na czas opieki nad dzieckiem w związku z zamknięciem żłobka, klubu dziecięcego, przedszkola, szkoły) 22 290 87 02; 22 290 87 03 (obsługa w sprawie wsparcia dla przedsiębiorców)	pn. – pt. godz. 07.00 – 18.00 pn. – pt. godz. 07.00 – 15.00	http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot- cot@zus.pl	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze
PRAWO PRACY							
39.	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 tel. stac.) 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	pn.-pt. godz. 08.00-16.00	www.bip.pip.gov.pl kancelaria@gip.pip.gov.pl	

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
40.	Państwowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy w Rzeszowie	Misją Państwowej Inspekcji Pracy jest skuteczne egzekwowanie przepisów prawa pracy, w tym bezpieczeństwa i higieny pracy, poprzez efektywne i ukierunkowane kontrole oraz działania prewencyjne, zmierzające do ograniczenia zagrożeń wypadkowych i poszanowania prawa pracy. Informacja dotycząca przepisów prawa pracy, w tym bezpieczeństwa i higieny pracy, poprzez efektywne i ukierunkowane kontrole oraz działania prewencyjne, zmierzające do ograniczenia zagrożeń wypadkowych i poszanowania prawa pracy.	ul. Gen. St. Maczka 4, 35-234 Rzeszów	17 717 20 00 Fax: 17 717 20 20 532 418 986 -rejestracja Interesantów zainteresowanych skorzystaniem z osobistej porady prawnej w siedzibie OIP w Rzeszowie oraz zgłoszenia placówek handlowych naruszających przepisy ustawy o ograniczeniu handlu w niedziele i święta	pn.- pt. godz. 07.30-15.30 w godzinach pracy OIP w ramach dyżurów porad prawnych od 8:00- 15:00 w poniedziałek, środa, czwartek i piątek oraz od 8:00-17:30 we wtorki	kancelaria@rzeszow.pip.gov.p I	
PRAWO PODATKOWE							
41.	Krajowa Informacja Skarbowa	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Teodora Sixta 17, 43-300 Bielsko-Biała	801 055 055 (z tel. stacjonarnych). (22) 330 03 30 (z tel. komórkowych). + 48 (22)33 00 330 (z tel. zagranicznych). Koszt zgodnie z taryfą operatora	od 4 maja 2020 do odwołania infolinia KIS jest czynna od pn.-pt. w godzinach 8.00-18.00.	www.kis.gov.pl więcej: https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa PUAPna adres skrytki Krajowej Informacji Skarbowej: /KIS/wnioski	Z porad może skorzystać każdy podatnik

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO							
42.	Rzecznik Finansowy. (Ubezpieczonych)	Prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87 02-001 Warszawa.	<u>Ubezpieczenia gospodarcze</u> (22) 333 73 28 <u>Ubezpieczenia Społeczne, OFE ZUS</u> 508 810 370 <u>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego</u> (22) 333 73 25 W związku z koronawirusem COVID-19 zostały uruchomione specjalne numery telefonów i adres e-mail. <u>sprawy ubezpieczeniowo-emerytalne</u> 22 333 73 37 <u>sprawy bankowo-kapitałowe</u> 22 333 73 38 poradyCOVID@rf.gov.pl	pn.-pt. godz. 12.00-16.00 Infolinia czynna w godzinach 9.00-16.00	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 poradyCOVID@rf.gov.pl	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń
INNE							
43.	WWW. OBYWATEL.GOV.PL				Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji		
44.	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	https://www.rpo.gov.pl biurorzecznika@brpo.gov.pl	Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone
45.	Pełnomocnik Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	Adres siedziby: ul. Żurawia 4 A, 00 - 503 Warszawa	(22) 461 60 00	pn.-pt. godz. 08.00-17.00	sekretariat.bon@mrpips.gov.pl l www.niepelnosprawni.gov.pl	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
46.	Ogólnopolskie Centrum Informacyjne dla Osób Niepełnosprawnych		ul. Dzielna 1 00-162 Warszawa tel. 22 831 85 82	tel. 22 831 85 82 INFOLINIA 801 801 015	pn.-pt. godz. 08.00-17.00	centruminformacyjne@integracja.org	Z porad może skorzystać każda osoba w celu zwiększenia wiedzy i świadomości osób z niepełnosprawnością, a także osób z otoczenia, pracodawców, instytucji i organizacji oraz wszystkich zainteresowanych tematem niepełnosprawności.
46.	Urząd do spraw cudzoziemców	Nieodpłatna pomoc prawna dla cudzoziemców.	ul. Taborowa 33 02-699 Warszawa	Tel.: (22) 60 175 75	<ol style="list-style-type: none"> 1. Informacje telefoniczne 2. dotyczące spraw cudzoziemców prowadzonych w UdSC można uzyskać wyłącznie pod numerem: 22 60 175 75, w dni robocze w godz. 9.00-15.00. 	https://udsc.gov.pl/urząd/bezplatna-pomoc-prawna/lista-adwokatow-i-radcow-prawnych/	Z porad mogą skorzystać cudzoziemcy