











LISTA NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA W TYCHACH

JEDNOSTKA	DANE TELEADRESOWE	ZAKRES PORADNICTWA	DOSTĘPNOŚĆ (dni i godziny)	KRYTERIA DOSTĘPU
POMOC SPOŁECZNA, PORADNICTWO RODZINNE, POMOC PSYCHOLOGICZNA, PEDAGOGICZNA, OSOBY I RODZINY DOTKNIĘTE PRZEMOCĄ W RODZINIE				
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Budowlanych 59, Tychy  (32) 323 22 61; 62; 63; 72  sekretariat@mops.tychy.pl  mops.tychy.pl	<ul style="list-style-type: none"> • pomoc osobom starszym i niepełnosprawnym; • pomoc osobom niepełnosprawnym ze środków PFRON; • świadczenia rodzinne; • pomoc rodzinie. <p>Wykaz Punktów Terenowych MOPS w Tychach: http://mops.tychy.pl/pomoc_spoleczna/wykaz_rejonow.html</p>	poniedziałek - środa 7:30 - 15:30 czwartek 7:30 – 17:30 piątek 7:30 – 13:30	mieszkańcy Tychów
Ośrodek Interwencji Kryzysowej przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej	ul. Nowokościelna 27, Tychy  (32) 227 05 75; 887 468 793  oik@mops.tychy.pl  mops.tychy.pl	<ul style="list-style-type: none"> • interwencja kryzysowa; • poradnictwo psychologiczne; • prowadzenie grupowych form wsparcia; • wsparcie socjalne; • zapewnienie schronienia w ramach hostelu, • udostępnianie i organizowanie pobytu w mieszkaniach chronionych treningowych; • upowszechnianie wiedzy na temat interwencji kryzysowej oraz podejmowanie działań o charakterze profilaktycznym; • prowadzenie interdyscyplinarnych działań na rzecz klientów poprzez współpracę z innymi instytucjami pomocowymi między innymi policją, oświatą, sądem, organizacjami wyznaniowymi itp. 	godziny pracy specjalistów: poniedziałek - środa oraz piątek 7:00 – 19:00 czwartek 7.00-15.00 Schronienie dostępne codziennie całą dobę.	mieszkańcy Tychów będący w stanie kryzysu związanego między innymi z przemocą w rodzinie, rozwodem, konfliktami rodzinnymi, żałobą, ciężką chorobą i innymi.
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	ul. Andersa 16, 43-100 Tychy  (32) 227 23 92; 513 032 811  ppp@oswiata.tychy.pl  ppptychy.pl  pppwtychach	<ul style="list-style-type: none"> • pomoc psychologiczno – pedagogiczna i logopedyczna; • pomoc w wyborze kierunku kształcenia i zawodu; • wydawanie opinii m.in. w sprawie wczesnego wspomaganie rozwoju dziecka, objęcia pomocą psychologiczno – pedagogiczną, specyficznych trudności w nauce, zindywidualizowanej ścieżki kształcenia itp.; • wydawanie orzeczeń (o potrzebie kształcenia specjalnego, indywidualnego rocznego przygotowania przedszkolnego, indywidualnego nauczania, orzeczenia o potrzebie zajęć rewalidacyjno-wychowawczych). 	poniedziałek – czwartek 8:00 -17:00 piątek 8:00 - 15:30	dzieci od 0 do 3 lat oraz ich rodzice - mieszkańcy Tychów, dzieci i młodzież, uczęszczająca do tyskich placówek, ich rodzice, a także nauczyciele i wychowawcy tyskich szkół/przedszkoli – obowiązuje rejonizacja

LISTA NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA W TYCHACH

JEDNOSTKA	DANE TELEADRESOWE	ZAKRES PORADNICTWA	DOSTĘPNOŚĆ (dni i godziny)	KRYTERIA DOSTĘPU
Komenda Miejska Policji	<p>al. Bielska 46, Tychy</p> <p>Rewir Dzielnicowych</p> <p>(47) 855 13 51 Dyżurny: (47) 855 12 55</p> <p>telefon alarmowy 112</p> <p>✉ dyzurny@tychy.ka.policja.gov.pl</p> <p>🌐 tychy.policja.gov.pl</p>	<ul style="list-style-type: none"> • interwencja; • zatrzymanie sprawców przemocy domowej; stwarzających zagrożenie dla życia bądź zdrowia; • wszczęcie postępowania przygotowawczego przeciwko sprawcy przemocy; • podjęcie działań prewencyjnych wobec sprawcy. 	całodobowo	mieszkańcy Tychów
OSOBY Z PROBLEMEM ALKOHOLOWYM I INNYMI UZALEŻNIENIAMI				
Stowarzyszenie „Trzeźwość życia”	<p>ul. Nałkowskiej 19, Tychy</p> <p>☎ (32) 720 52 42</p> <p>✉ stz@poczta.onet.pl</p> <p>📱 trzezwosczyca</p>	<ul style="list-style-type: none"> • pomoc psychologiczna dla osób w kryzysie i doświadczających przemocy domowej; • porady prawne; • konsultacje dla doświadczających przemocy domowej, dla osób z problemem alkoholowym i narkotykowym; • grupa wsparcia dla osób dorosłych z problemem alkoholowym po leczeniu odwykowym; • grupa wsparcia dla rodziców dzieci i młodzieży doświadczających trudności wychowawczych; • grupa wsparcia dla młodzieży doświadczającej trudności w relacjach z bliskimi i grupą rówieśniczą; • porady psychologiczne i pedagogiczne dla dzieci i rodziców. 	<p>terminy spotkań oraz zakwalifikowanie można ustalić telefonicznie lub osobiście w siedzibie stowarzyszenia</p> <p>poniedziałek – piątek 10:00 – 16:00</p>	mieszkańcy Tychów
NZOZ MENS SANA Ośrodek Pomocy Psychologicznej Profilaktyki i Leczenia Uzależnień	<p>ul. Bukowa 20, Tychy</p> <p>☎ (32) 327 51 83, 605 637 072</p> <p>✉ osrodek@mens-sana.pl</p> <p>🌐 mens-sana.pl</p>	<ul style="list-style-type: none"> • diagnoza, poradnictwo i psychoterapia problemów alkoholowych oraz innych uzależnień (hazard, narkotyki i inne). 	<p>na wizytę w ośrodku można umówić się osobiście lub telefonicznie.</p>	<p>w ramach usług finansowanych przez NFZ nie obowiązuje rejonizacja</p> <p>skierowanie <u>nie jest</u> wymagane</p>
Przychodnia Terapii Uzależnienia od Alkoholu i innych Substancji Psychoaktywnych			<p>poniedziałek – czwartek 8:00 - 20:00 piątek 8:00 - 19:00 Rejestracja Poniedziałek – piątek 8:00-18:00</p>	
Dzienny Oddział Terapii dla Osób Uzależnionych od Alkoholu i Innych Środków Psychoaktywnych			<p>oddział czynny poniedziałek – piątek 9:00 – 16:00</p>	<p>do leczenia w Oddziale Dziennym wymagane jest skierowanie, można je uzyskać na miejscu</p>










LISTA NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA W TYCHACH

JEDNOSTKA	DANE TELEADRESOWE	ZAKRES PORADNICTWA	DOSTĘPNOŚĆ (dni i godziny)	KRYTERIA DOSTĘPU
Tyski Klub Abstynentów „Bosman”	al. Piłsudskiego 12, Tychy ☎ (32) 325 71 08	<ul style="list-style-type: none"> • działanie na rzecz osób uzależnionych od alkoholu; • stworzenie alternatywnego środowiska ludziom pragnącym zaprzestania picia alkoholu; • udzielanie informacji i pomocy w kwestii metod i sposobów leczenia. 	dyżur przy telefonie interwencyjno-informacyjnym poniedziałek – piątek 17:00 – 19:00	mieszkańcy Tychów
Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	al. Niepodległości 49, Tychy ☎ (32) 776 35 09 ✉ zdrowie@umtychy.pl 🌐 umtychy.pl/uzaleznienia	<ul style="list-style-type: none"> • podejmowanie czynności zmierzających do orzeczenia o zastosowaniu wobec osoby uzależnionej od alkoholu obowiązku poddania się leczeniu w zakładzie lecznictwa odwykowego; • wspomaganie działalności instytucji, stowarzyszeń i osób fizycznych, służącej rozwiązywaniu problemów alkoholowych. 	poniedziałek - środa 7:30 - 15:30 czwartek 7:30 -17:30 piątek 7:30 - 13:30	mieszkańcy Tychów
OSOBY BEZROBOTNE I POSZUKUJĄCE PRACY				
Powiatowy Urząd Pracy w Tychach	ul. Budowlanych 59, Tychy ☎ (32) 781 58 61, (32) 781 58 78 ✉ poczta@pup.tychy.pl	<ul style="list-style-type: none"> • wyboru lub zmiany zawodu; • zaplanowania kariery zawodowej; • uzupełnienia kwalifikacji zawodowych; • określenia swoich kompetencji i zainteresowań. 	poniedziałek – piątek 7:30 -15:30	mieszkańcy miasta Tychy i powiatu bieruńsko-łódzkiego
PRAWO KONSUMENCKIE				
Miejski Rzecznik Konsumentów w Tychach	ul. Barona 30 pokój 410, Tychy ☎ (32) 776 36 77, (32) 780 50 63 ✉ rzecznik.konsumenta@umtychy.pl 🌐 www.konsument.umtychy.pl 🏠 RzecznikKonsumentowTychy	<ul style="list-style-type: none"> • prowadzenie postępowań w zakresie praw konsumenckich; • poradnictwo w zakresie ochrony praw konsumenckich; • edukacja konsumencka. <p>Prowadzone przez rzecznika postępowanie jest bezpłatne.</p> <p><u>Informacji i porad prawnych udziela się w formie:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - ustnej osobiście - telefonicznej - drogą elektroniczną przy pomocy skrzynki kontaktowej ePUAP - pisemnej na wniosek 	poniedziałek-środa 7:30 - 15:30 czwartek 7:30 - 17:30 piątek 7:30 - 13:30	Rzecznik udziela porad i informacji prawnych wyłącznie konsumentom tj. osobom fizycznym, dokonującym z przedsiębiorcą czynności prawnej niezwiązanej bezpośrednio z ich działalnością gospodarczą lub zawodową (art. 22 ¹ k.c.) zamieszkałym w Tychach










LISTA NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA W TYCHACH

JEDNOSTKA	DANE TELEADRESOWE	ZAKRES PORADNICTWA	DOSTĘPNOŚĆ (dni i godziny)	KRYTERIA DOSTĘPU
Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	<p>Infolinia konsumentcka (prowadzona przez Federację Konsumentów)</p> <p>☎ 801 440 220; (22) 290 89 16 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora</p> <p>✉ porady@dlakonsumentow.pl</p> <p>🌐 uokik.gov.pl</p>	<ul style="list-style-type: none"> ochrona praw konsumentkich 	poniedziałek-piątek 8:00 – 18:00	wszyscy zainteresowani
PRAWA PACJENTA				
Rzecznik Praw Pacjenta	<p>ul. Młynarska 46, Warszawa</p> <p>☎ (22) 532 82 50 Bezpłatna infolinia 800 190 590</p> <p>✉ sekretariat@bpp.gov.pl</p> <p>🌐 bpp.gov.pl</p>	<ul style="list-style-type: none"> ochrona praw pacjenta 	<p>Bezpłatna infolinia poniedziałek – piątek 8:00 – 18:00</p> <p>Przyjmowanie stron poniedziałek 9:00-18:00 wtorek – piątek 9:00-15:00</p>	z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
Pełnomocnik ds. pacjenta w Megrez Sp. z o.o.	<p>Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Tychach ul. Edukacji 102, Tychy pok. 0.68 poziom 0</p> <p>☎ (32) 325 51 54</p> <p>✉ pelnomocnik.pacjenta@szpitalmegrez.pl</p> <p>🌐 szpitalmegrez.pl</p>	<ul style="list-style-type: none"> ochrona praw pacjenta; udzielanie odpowiedzi na pytania i skargi pacjentów; przyjmowanie pochwał od pacjentów w zakresie udzielonym im świadczeń zdrowotnych. 	poniedziałek, środa, czwartek 12:00 – 14:00 piątek 11:00 – 13:00	wszyscy zainteresowani
PRAWA DZIECKA I PRAWA OBYWATELSKIE				
Rzecznik Praw Obywatelskich	<p>al. Solidarności 77, Warszawa</p> <p>☎ (22) 55 17 700 Bezpłatna infolinia 800 676 676</p> <p>✉ biurorzecznika@brpo.gov.pl</p> <p>🌐 bip.brpo.gov.pl</p> <p>Biuro Pełnomocnika Terenowego RPO Katowice, ul. Jagiellońska 25</p> <p>☎ (32) 72 86 800</p> <p>✉ katowice@brpo.gov.pl</p>	<ul style="list-style-type: none"> ochrona praw obywatelskich 	<p>Infolinia poniedziałek 10:00–18:00 wtorek – piątek 8:00–16:00</p>	wszyscy zainteresowani

LISTA NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA W TYCHACH

JEDNOSTKA	DANE TELEADRESOWE	ZAKRES PORADNICTWA	DOSTĘPNOŚĆ (dni i godziny)	KRYTERIA DOSTĘPU
Rzecznik Praw Dziecka	<p>ul. Chocimska 6 , Warszawa</p> <p> (22) 583 66 00; 800 12 12 12</p> <p> rpd@brpd.gov.pl</p> <p> brpd.gov.pl</p>	<ul style="list-style-type: none"> ochrona praw dziecka 	poniedziałek – piątek 8:15 – 16:15	wszyscy zainteresowani
PRAWO PRACY				
Państwowa Inspekcja Pracy	<p>Okręgowy Inspektorat Pracy w Katowicach ul. Owocowa 6-6a, Katowice</p> <p> (32) 60 41 208</p> <p>Telefoniczne porady prawne: 801 002 406 – dla połączeń z telefonów stacjonarnych 459 595 406 – dla połączeń z telefonów komórkowych</p> <p> kancelaria@katowice.pip.gov.pl</p> <p>Centrum Poradnictwa PIP</p> <p>801 002 006 – dla połączeń z telefonów stacjonarnych 459 599 000 – dla połączeń z telefonów komórkowych</p> <p> pip.gov.pl</p>	<ul style="list-style-type: none"> porady z zakresu prawa pracy 	<p>poniedziałek 10:00 - 18:00 wtorek - piątek 10:00 - 14:00</p> <p>Centrum Poradnictwa PIP Poniedziałek – piątek 9:00 – 15:00</p>	wszyscy zainteresowani
UBEZPIECZENIA SPOŁECZNE, PRAWO PODATKOWE, PORADNICTWO DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO				
Zakład Ubezpieczeń Społecznych Centrum Obsługi Telefonicznej	<p>(22) 560 16 00</p> <p> (22) 290 55 00/1 (infolinia o 500+) (22) 290 55 00/2 (infolinia o Polskim Ładzie) (22) 11 22 111 (infolinia o Polskim Bonie Turystycznym)</p> <p> cot@zus.pl</p> <p> zus.pl</p>	<ul style="list-style-type: none"> informacje dla ubezpieczonych i dla płatników 	<p>poniedziałek - piątek 7:00 – 18:00</p> <p>Infolinia o 500+, Rodzinnym Kapitale Opiekuńczym oraz Polskim Ładzie poniedziałek – piątek 8:00 – 15:00</p> <p>Infolinia o Polskim Bonie Turystycznym codziennie 7:00 – 20:00</p>	wszyscy zainteresowani

LISTA NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA W TYCHACH

JEDNOSTKA	DANE TELEADRESOWE	ZAKRES PORADNICTWA	DOSTĘPNOŚĆ (dni i godziny)	KRYTERIA DOSTĘPU
Krajowa Informacja Skarbowa	<p>ul. Teodora Sixta 17, Bielsko-Biała</p> <p>801 055 055 (z tel. stacjonarnych)  (22) 330 03 30 (z tel. komórkowych) (22) 33 00 330 (z tel. zagranicznych)</p> <p> kancelaria.kis@mf.gov.pl</p> <p> kis@mf.gov.pl</p>	<ul style="list-style-type: none"> informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc. 	poniedziałek-piątek 8:00 -18:00	z porad może skorzystać każdy podatnik
Rzecznik Finansowy (Ubezpieczonych)	<p>ul. Nowogrodzka 47A, Warszawa</p> <p> biuro@rf.gov.pl, porady@rf.gov.pl (czas oczekiwania na odpowiedź około 2 tygodni),</p> <p> rf.gov.pl</p> <p> ubezpieczenia gospodarcze (22) 333 73 28</p> <p>dyżur telefoniczny dla członków Otwartych Funduszy Emerytalnych, uczestników Pracowniczych Programów Emerytalnych oraz osób korzystających z indywidualnych kont emerytalnych 508 810 370</p> <p>ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego (22) 333 73 25</p> <p>Informacji dotyczących statusu wniosku skierowanego do Rzecznika Finansowego: 22 333 73 26 lub 22 333 73 27</p>	<ul style="list-style-type: none"> prawa ubezpieczonych 	<p>ubezpieczenia gospodarcze: poniedziałek- piątek 9:00-14:00</p> <p>dyżur telefoniczny dla członków Otwartych Funduszy Emerytalnych, uczestników Pracowniczych Programów Emerytalnych oraz osób korzystających z indywidualnych kont emerytalnych 12:00 – 14:00</p> <p>ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego: poniedziałek- piątek 8:00-16:00</p> <p>Informacji dotyczących statusu wniosku skierowanego do Rzecznika Finansowego 10:00-14:00</p>	osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń
DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM				
Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przesłaniem	<p>Fundacja Rozwoju Patria ul. Barona 30 p. 307</p> <p> 781 984 781 (punkt) 601 320 611 (koordynator)</p> <p> patriatychy@gmail.com funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl</p> <p> pokrzywdzeni.gov.pl</p>	<ul style="list-style-type: none"> wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne, finansowe 	środa 15:00 - 20:00 sobota 8:00 - 13:00	osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie

Stan na dzień 11 marca 2022 r.