

LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

Lista jednostek nieodpłatnego poradnictwa, którą zgodnie z **art. 8a ust. 1** sporządza i aktualizuje starosta. Listę udostępnia się wykonawcom do wykorzystania przy realizacji postanowień **art. 5 ust. 4 ustawy oraz art. 11 ust. 10 (przekierowanie klienta do darmowego poradnictwa specjalistycznego, gdy jego problem ma charakter złożony)**.

Ponadto Listę udostępnia się w punktach na tablicy ogłoszeń w poczekalni, publikuje się w BIP, na stronach internetowych urzędu starostwa i urzędów gmin oraz w inny zwyczajowo przyjęty sposób, a także przynajmniej raz do roku Listę udostępnia się w lokalnych środkach masowego przekazu.

Lista zawiera **dane jednostek** nieodpłatnego poradnictwa uporządkowane według tematyki poradnictwa, w tym jednostek **publicznych**, jednostek **niepublicznych działających na zlecenie** oraz jednostek **prowadzących działalność pożytku publicznego działających na zlecenie**, którym powierzono zadania z zakresu poradnictwa specjalistycznego na podstawie odrębnych przepisów. Dane obejmują informacje o nazwie jednostek, zakresie poradnictwa, adresach i danych kontaktowych, w tym o stronach internetowych i numerach telefonicznych, dniach i godzinach działalności oraz kryteriach dostępu do usługi.

Na poniższym wykazie ujęto także **krajowe infolinie tematyczne i inne formy porad świadczone za pośrednictwem komunikacji elektronicznej (patrz § 5 ust. 4 pkt 2 rozporządzenia)**, jako formy poradnictwa również łatwo dostępnego dla mieszkańców powiatu.

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

NAZWA JEDNOSTKI							
RODZINNE							
1	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 1	Prawo rodzinne i opiekuńcze	ul. Andrzeja 10 Katowice	(32) 251 60 99	Porady udzielane są po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
2	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 2	Prawo rodzinne i opiekuńcze	ul. Warszawska 42 Katowice	(32) 253 77 30	Porady udzielane są po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
3	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 3	Prawo rodzinne i opiekuńcze	ul. Oblatów 24 Katowice	(32) 258 07 09	Porady udzielane są po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
4	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 4	Prawo rodzinne i opiekuńcze	ul. Gliwicka 96 Katowice	(32) 353 02 75	Porady udzielane są po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
5	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 5	Prawo rodzinne i opiekuńcze	ul. Dębowa 16c Katowice	(32) 254 70 61	Porady udzielane są po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
6	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 6	Prawo rodzinne i opiekuńcze	ul. Czecha 2 Katowice	(32) 209 00 23	Porady udzielane są po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
7	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 7	Prawo rodzinne i opiekuńcze	ul. Świdnicka 35a Katowice	(32) 252 56 35	Porady udzielane są po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
8	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 8	Prawo rodzinne i opiekuńcze	ul. Łętowskiego 6a Katowice	(32) 206 15 68	Porady udzielane są po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
9	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 9	Prawo rodzinne i opiekuńcze	ul. Krakowska 138 Katowice (1 piętro)	(32) 255 35 67	Porady udzielane są po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic

10	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 10	Prawo rodzinne i opiekuńcze	ul. Krakowska 138 Katowice (parter)	(32) 256 80 39	Porady udzielane są po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
11	Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Kryzys małżeński, rodzinny, kryzysy rozwojowe	ul. Wita Stwosza 7 Katowice	(32) 606 18 08 669 777 008	Od poniedziałku do piątku od godz. 8.00 do 19.00	www.mops.katowice.pl oik@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
12	Centrum Poradnictwa Specjalistycznego, Metodyki i Strategii	Psychoterapia indywidualna, rodzinna oraz dla par	ul. Morcinka 19a Katowice	(32) 250 50 16 (32) 258 51 10 (32) 259 85 11 572 333 750	Informację na temat usługi można uzyskać pod numerem telefonu od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-15.30.	www.mops.katowice.pl cps@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic. Terapia kierowana jest do osób: przeżywających trudności małżeńskie oraz trudności w kontakcie z dziećmi; osób, które utraciły kogoś bliskiego lub żyją w zagrożeniu jego odejściem, cierpiących na lęki, napięcia, nerwice, depresję, zaburzenia osobowości, mających trudności adaptacyjne; osób, które doświadczyły przykrego zdarzenia zmieniającego ich dotychczasowe funkcjonowanie; przeżywających gwałtowną, niekorzystną zmianę w życiu (utrata pracy, zagrożenie ciężką chorobą i inne przypadki); przeciążonych psychicznie, obarczonych następstwami wielu trudnych zadań w życiu swoim i rodziny, żyjące w stanie przewlekłego stresu.

13	Centrum Poradnictwa Specjalistycznego, Metodyki i Strategii	Wspieranie rodziny w jej funkcjach opiekuńczo-wychowawczych – pomoc asystenta rodziny	ul. Morcinka 19a Katowice	(32) 250 50 16 (32) 258 51 10 (32) 259 85 11 513 427 018	Informację na temat usługi można uzyskać pod numerem telefonu od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-15.30, termin spotkania może zostać ustalony telefonicznie w czasie dogodnym dla klienta	www.mops.katowice.pl cps@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic spełniających wymogi w ustawie o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej i/lub ustawie o wsparciu kobiet w ciąży i rodzin „Za życiem”
PSYCHOLOGICZNE							
14	Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Kryzysy związane z nagłymi niekorzystnymi zmianami w życiu, np. śmierć, choroba, utrata pracy, agresja, przemoc domowa, rozwód, wypadek, samobójstwo, myśli samobójcze, kryzysy post traumatyczne, inne wydarzenia, które doprowadziły do poczucia braku równowagi, itp.	ul. Wita Stwosza 7 Katowice	(32) 606 18 08 669 777 008	Od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.00 do 19.00	www.mops.katowice.pl oik@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
15	Centrum Poradnictwa Specjalistycznego, Metodyki i Strategii	Wsparcie osób nieśmiałych, samotnych, przeżywających niepokój, cierpienie, kryzysy, trudności; wsparcie dla osób w realizowaniu ich życiowych celów; pomoc w radzeniu sobie z trudnościami emocjonalnymi, konfliktami; pomoc w rozwijaniu kompetencji rodzicielskich i budowaniu dobrych relacji w rodzinie; kształtowanie umiejętności opiekuńczo-wychowawczych i społecznych	ul. Morcinka 19a Katowice	(32) 250 50 16 (32) 258 51 10 (32) 25985 11 kom. 572 333 750	Informację na temat usługi można uzyskać pod numerem telefonu od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-15.30.	www.mops.katowice.pl cps@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic

16	Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze	Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66	800 70 2222 całodobowa bezpłatna infolinia	Infolinia czynna 24 godziny na dobę	http://www.itaka.org.pl/kontakt	Dla osób będących W kryzysie psychicznym
PEDAGOGICZNE							
17	Centrum Terapii i Wspomagania Rozwoju FOCUS Woźniak Mateusz	Poradnia psychologiczno-terapeutyczna dla dzieci i młodzieży celem której jest pomoc w trudnych sytuacjach i kryzysach, w relacjach z rówieśnikami, w relacjach rodzinnych, w radzeniu sobie ze stresem, w problemach zdrowotnych natury psychicznej.	ul. Wincentego Pola 9/1A Katowice	tel. 574 074 496 wew. 3	Godziny rejestracji: Poniedziałek 8:00-18:00 Wtorek, środa 8:00-20:00 Czwartek, piątek 9:00-20:00	https://wspomaganie-rozwoju.pl/oferta/psychiatra-katowice	Dla mieszkańców Katowic
18	Centrum Poradnictwa Specjalistycznego, Metodyki i Strategii	Rozwój kompetencji wychowawczych rodziców	ul. Morcinka 19a Katowice	(32) 250 50 16 (32) 258 51 10 (32) 259 85 11	Informację na temat usługi można uzyskać pod numerem telefonu od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-15.30.	www.mops.katowice.pl cps@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
POMOC SPOŁECZNA							
19	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 1	Udzielanie świadczeń socjalnych pieniężnych i niepieniężnych, praca socjalna	ul. Andrzeja 10 Katowice	(32) 251 60 99	Godziny przyjęć pracowników socjalnych Pon.: 14:00-17:00 Wt., Czw., Pt.: 8:00-10:00	www.mops.katowice.pl tpps1@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
20	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 2	Udzielanie świadczeń socjalnych pieniężnych i niepieniężnych, praca socjalna	ul. Warszawska 42 Katowice	(32) 253 77 30	Godziny przyjęć pracowników socjalnych Pon.: 14:00-17:00 Wt., Czw., Pt.: 8:00-10:00	www.mops.katowice.pl tpps2@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic

21	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 3	Udzielanie świadczeń socjalnych pieniężnych i niepieniężnych, praca socjalna	ul. Oblatów 24 Katowice	(32) 258 07 09	Godziny przyjęć pracowników socjalnych Pon.: 14:00-17:00 Wt., Czw., Pt.: 8:00-10:00	www.mops.katowice.pl tpps3@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
22	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 4	Udzielanie świadczeń socjalnych pieniężnych i niepieniężnych, praca socjalna	ul. Gliwicka 96 Katowice	(32) 353 02 75	Godziny przyjęć pracowników socjalnych Pon.: 14:00-17:00 Wt., Czw., Pt.: 8:00-10:00	www.mops.katowice.pl tpps4@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
23	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 5	Udzielanie świadczeń socjalnych pieniężnych i niepieniężnych, praca socjalna	ul. Dębowa 16c Katowice	(32) 254 70 61	Godziny przyjęć pracowników socjalnych Pon.: 14:00-17:00 Wt., Czw., Pt.: 8:00-10:00	www.mops.katowice.pl tpps5@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
24	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 6	Udzielanie świadczeń socjalnych pieniężnych i niepieniężnych, praca socjalna	ul. Czecha 2 Katowice	(32) 209 00 23	Godziny przyjęć pracowników socjalnych Pon.: 14:00-17:00 Wt., Czw., Pt.: 8:00-10:00	www.mops.katowice.pl tpps6@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
25	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 7	Udzielanie świadczeń socjalnych pieniężnych i niepieniężnych, praca socjalna	ul. Świdnicka 35a Katowice	(32) 252 56 35	Godziny przyjęć pracowników socjalnych Pon.: 14:00-17:00 Wt., Czw., Pt.: 8:00-10:00	www.mops.katowice.pl tpps7@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
26	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 8	Udzielanie świadczeń socjalnych pieniężnych i niepieniężnych, praca socjalna	ul. Łętowskiego 6a Katowice	(32) 206 15 68	Godziny przyjęć pracowników socjalnych Pon.: 14:00-17:00 Wt., Czw., Pt.: 8:00-10:00	www.mops.katowice.pl tpps8@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
27	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 9	Udzielanie świadczeń socjalnych pieniężnych i niepieniężnych, praca socjalna	ul. Krakowska 138 Katowice (1 piętro)	(32) 255 35 67	Godziny przyjęć pracowników socjalnych Pon.: 14:00-17:00 Wt., Czw., Pt.: 8:00-10:00	www.mops.katowice.pl tpps9@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic

28	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 10	Udzielanie świadczeń socjalnych pieniężnych i niepieniężnych, praca socjalna	ul. Krakowska 138 Katowice (parter)	(32) 256 80 39	Godziny przyjęć pracowników socjalnych Pon.: 14:00-17:00 Wt., Czw., Pt.: 8:00-10:00	www.mops.katowice.pl tpps10@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ							
29	Ośrodek Interwencji Kryzysowej	- Pomoc psychologiczna i terapeutyczna (indywidualna i grupowa) - poradnictwo specjalistyczne w tym poradnictwo prawne	ul. Wita Stwosza 7 Katowice	(32) 606 18 08 669 777 008	Od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00 do 19.00	www.mops.katowice.pl oik@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
30	Zespół Leczenia Odwykowego Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Zobowiązanie do leczenia osoby uzależnionej od alkoholu	ul. Macieja 10 Katowice	(32) 251 43 87	wtorek, środa 16.00 do 19.00 z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy	https://www.katowice.eu/dla-mieszkańca/rodzina-i-zdrowie/zwalczanie-uzależnień	Dla mieszkańców Katowic
31	Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Katowicach Urząd Miasta Katowice Wydział Polityki Społecznej	Zobowiązanie do leczenia osoby uzależnionej od alkoholu	ul. Rynek 1 Katowice	(32) 259 37 30 (32) 259 34 59	Poniedziałek-środa 7:30-15:30, czwartek 7:30-17:00, piątek 7:30-14:00	https://katowice.eu/dla-mieszka%C5%84ca/rodzina-i-zdrowie/zwalczanie-uzale%C5%BCnie%C5%84/miejska-komisja-rozwi%C4%85zywania-problem%C3%B3w-alkoholowych	Dla mieszkańców Katowic
32	Katowickie Stowarzyszenie Trzeźwościowe „Dwójka”	Inicjowanie i prowadzenie grup spotkaniowych, samopomocowych oraz innych form oddziaływań psychospołecznych i rehabilitacyjnych	ul. ks. bpa Bednorza 22 Katowice	(32) 209 94 69	Poniedziałek- piątek: 16:00-19:00 Wtorek: 17:00-19:00 grupa wsparcia Czwartek: 17:00-19:00 Otwarta społeczność	www.stowarzyszeniedwojka.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
33	Katowickie Stowarzyszenie Trzeźwościowe „Jędrus”	Doradztwo w zakresie miejsc i form pomocy dla osób uzależnionych, warsztaty dla osób uzależnionych i współuzależnionych	ul. Macieja 10 Katowice	572 942 545	Poniedziałek – piątek w godz. 17.00-19.00, środa 17.00-20.00	www.jedrus.rzsa.pl	Dla mieszkańców Katowic

34	Poradnia Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia NZOZ „Altermed”	Terapia osób uzależnionych od alkoholu i członków ich rodzin	ul. Podgórna 4 Katowice	(32) 253 00 40 (32) 253 76 81	Poniedziałek –piątek w godzinach 8.00-20.00 Obowiązuje rejestracja przed pierwszym spotkaniem	www.altermedkatowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
35	Agencja Zdrowia Trzeźwości i Rozwoju Osobistego „AZTIRO” NZOZ	Terapia uzależnienia, współuzależnienia, DDA, uzależnienia od hazardu	ul. Rolna 7 Katowice	513 102 135 533 557 596	Poniedziałek-środa- piątek 8:00-20:00 wtorek i czwartek 12:00-20:00	www.aztiro.com.pl	Dla mieszkańców Katowic
36	Oddział Dzienny Terapii Uzależnienia od Alkoholu Centrum Psychiatrii Oddział Terapii Uzależnienia od Alkoholu	Terapia osób uzależnionych od alkoholu i członków ich rodzin	ul. Korczaka 2 Katowice ul. Korczaka 27 Katowice	(032) 438 61 70 (32) 603 84 00	Poniedziałek – piątek 8:00-15:00 Oddział stacjonarny czynny całą dobę, zapisy na leczenie w ostatnią środę od godz. 8:00, przyjęcia w każdy piątek	www.centrumpsychiatrii.eu	Dla mieszkańców Katowic
37	Poradnia Leczenia Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia	Terapia osób uzależnionych od alkoholu i członków ich rodzin	ul. Korczaka 2 Katowice	(32) 438 61 70	Poniedziałek- piątek 8:00-20:00 Oddział stacjonarny czynny całą dobę, zapisy na leczenie w ostatnią środę od godz. 8:00, przyjęcia w każdy piątek	www.centrumpsychiatrii.eu	Dla mieszkańców Katowic
38	Polskie Towarzystwo Zapobiegania Narkomanii Oddział Katowice	Punkt konsultacyjny dla: - wszystkich osób uzależnionych oraz ich bliskich i rodzin uzależnionych, którzy zakończyli terapię, ale potrzebują wsparcia, - osób eksperymentujących ze środkami psychoaktywnymi, - rodziców, którzy zauważyli lub wiedzą, że ich dziecko sięga po narkotyki, alkohol lub inne środki psychoaktywne	ul. Warszawska 19 (II piętro) Katowice	783 225 330 504 542 586 500 570 665 (32) 206 82 17 czynny tylko w godzinach pracy poradni	Poniedziałek 10:00-19:00 w tym od 17:00-19:00 grupa zapobiegania nawrotom, wtorek 15:00-19:00, w tym od 17:00-19:00 grupa wsparcia dla rodziców, środa 10:00-19:00 , czwartek 10:00-19:00, piątek 10.00-19.00 w tym od 17:00-19:00 grupa edukacyjno-motywuująca	www.ptzn.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic

39	Wspólnota Dobrego Pasterza Punkt Pomocy Kryzysowej	Doradztwo w zakresie miejsc i form pomocy dla osób uzależnionych, porady z zakresu interwencji kryzysowej, porady dla osób uzależnionych i ich rodzin, warsztaty i spotkania dla osób uzależnionych i współuzależnionych	ul. Opolska 9 Katowice	735 088 864	Poniedziałek, wtorek 12.00-15:30, czwartek 15:00-19.00 lub inny termin po wcześniejszym telefonicznym ustaleniu	www.dobregopasterza.pl	Dla mieszkańców Katowic
40	Poradnia Uzależnień od Substancji Psychoaktywnych	Poradnictwo i konsultacje, diagnoza uzależnień (w tym behawioralnych), konsultacje psychiatryczne, kierowanie do placówek stacjonarnych, psychoterapia indywidualna dla osób uzależnionych i współuzależnionych, poradnictwo HIV/AIDS	ul. Lompy 16 Katowice	32 255 28 54 32 343 41 00 32 255 41 29	Poniedziałek, środa 8.00-18.00, wtorek, czwartek, piątek 8.00-16.00	www.zwps.pl	Dla mieszkańców Katowic
41	Ośrodek Profilaktyczno-Szkoleniowy im. ks. Franciszka Błachnickiego Fundacja „Światło-Życie”	Pomoc osobom uzależnionym i ich rodziną, poradnictwo pedagogiczne i psychologiczne, otwarta grupa wsparcia, działalność wychowawcza i profilaktyczna wśród dzieci i młodzieży	ul. Gawronów 20 Katowice	(32) 205 39 22 509 96 33 56	Poniedziałek-nieczynne wtorek, czwartek, piątek 13:00-15:00 dodatkowo w środę 13:00-17:00	www.osrodek-brynow.pl kontakt@osrodekbrynow.pl	Dla mieszkańców Katowic
42	Stowarzyszenie Śląskie Centrum Profilaktyki i Psychoterapii wraz z prowadzeniem infolinii dla mieszkańców Katowic	Poradnia specjalistyczna STREFA ZMIANY dla dzieci i młodzieży oraz ich opiekunów (rodziców, nauczycieli) świadcząca usługi terapeutyczne dla uzależnionych od wszelkiego rodzaju substancji i uzależnień behawioralnych (komputer, gry, telefon, hazard), a także infolinię dla mieszkańców Katowic	ul. Mikołowska 20	Rejestracja: 536-050-680 Anonimowa Infolinia: 577 435 970 lub 575 916 832	Uprzednia rejestracja telefoniczna: pn-pt 7:00-15:00 lub mailowa: strefazmiany.katowice@gmail.com Godziny przyjęć: poniedziałek: 15:00-20:00 Wtorek: 9:00-14:00 Środa: 15:00-20:00 Czwartek: 9:00-14:00 Piątek: 9:00-14:00 Infolinia pn-pt	www.strefazmianykatowice.pl	Dla mieszkańców Katowic

					16:00 -24:00		
43	Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom	Ogólnopolski Telefon Zaufania „Uzależnienia” udzielanie wsparcia, informacji oraz pomocy osobom zmagającym się z uzależnieniem (bez względu na rodzaj substancji, od której są uzależnione) oraz członkom ich rodzin	-	800-199-990	codziennie w godz. 16.00-21.00	-	Dla osób uzależnionych i członków ich rodzin
44	Grupa Wsparcia Lotos (grupa rekomendowana przez NZOZ „AZTIRO”)	Grupa Wsparcia dla os. trzeźwiejących	ul. Zagrody 22 Katowice		Terminy spotkań: Poniedziałki o godz. 20:30	grupa.wsparcia108@gmail.com https://www.zen.pl/katowice/grupa-wsparcia-dla-trzezwiejacych.html	Dla osób trzeźwiejących
45	Trzeźwościowe Stowarzyszenie Kulturalno-Turystyczne	Organizacja czasu wolnego dla osób uzależnionych i współuzależnionych	ul. Ks. Bpa. H. Bednorza 22 Katowice	501 636 537 516 027 288	-	turystyka2@op.pl	Dla osób uzależnionych i współuzależnionych
46	Wspólnota Dobrego Pasterza Klub Wysoki Zamek	Oferta spędzania wolnego czasu bez używek w formie klubokawiarni, poradnictwo specjalistyczne	ul. Gliwicka 96 Katowice	32 250 27 55 502 470 371 502 994 362	Wtorek - piątek 15:00-21:00	www.klubwysokizamek.pl kontakt@klubwysokizamek.pl	Dla mieszkańców Katowic
PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ							
47	Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Pomoc psychologiczna, poradnictwo. Informacja, edukacja, także w zakresie procedur prawnych, procedury „Niebieskie Karty”, pomoc w uzyskaniu schronienia, pomoc prawna	ul. Wita Stwosza 7 Katowice	(32) 606 18 08 669 777 008	Od poniedziałku do piątku w godz. 8.00 do 19.00	www.mops.katowice.pl oik@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
48	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 Ogólnopolski Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie Bezpłatna infolinia	Czynne całą dobę	www.niebieskalinia.info biuro@niebieskalinia	Dla osób doświadczających przemocy domowej

49	Stowarzyszenie PoMOC dla Kobiet i Dzieci im. Marii Niepokalanej	Pomoc kobietom w kryzysowej sytuacji życiowej, ofiarą przemocy, wykorzystywania seksualnego, handlu ludźmi	ul. Z. Krasińskiego 21 Katowice	(32) 255 38 69	Czynne całą dobę	www.po-moc.pl biuro@po-moc.pl	Dla mieszkańców Katowic
INTERWENCJA KRYZYSOWA							
50	Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Pomoc psychologiczna, poradnictwo, pomoc w uzyskaniu schronienia, pomoc prawną, interwencja kryzysowa	ul. Wita Stwosza 7 Katowice	(32) 606 18 08 669 777 008	Od poniedziałku do piątku w godz. 8.00 do 19.00	www.mops.katowice.pl oik@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
51	Fundacja „Jesteśmy dla Was”	Diagnozowanie problemów rodziny, młodzieży oraz dzieci	ul. Warszawska 67 Katowice	501 422 533	Porady zgodnie z harmonogramem	http://jestesmydlawas.eu	Dla mieszkańców Katowic
52	Centralne Zarządzanie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Al. Ujazdowskie 5 00-583 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	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
DLA OSÓB BEZROBOTNYCH							
53	Wojewódzki Urząd Pracy	Udzielanie indywidualnych porad zawodowych, świadczenie usług w zakresie informacji zawodowej indywidualnej i grupowej, prowadzenie grupowego poradnictwa zawodowego, prowadzenie porad dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy w zakresie samozatrudnienia, badanie predyspozycji zawodowych, w tym badań psychologicznych, udzielanie informacji o krajowym i europejskim rynku pracy	ul. Kościuszki 30 Katowice	(+48) 757 33 60 757 33 01 wup@wup-katowice.pl	Poniedziałek – piątek w godz. 7.30 do 15.30	wupkatowice.praca.gov.pl	Dla mieszkańców województwa

54	Śląska Wojewódzka Komenda OHP Centrum Edukacji i Pracy Młodzieży	Prowadzenie dla młodzieży i osób poszukujących pracy usług w zakresie poradnictwa zawodowego i informacji zawodowej, organizowanie szkoleń zawodoznawczych	Pl. Grunwaldzki 8-10 Katowice	(32) 209 08 63 ceipm.katowice@ohp.pl mbpkatowice@interia.pl	Poniedziałek – piątek w godzin. 7.45 do 15.45	www.slaska.ohp.pl	
55	Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Linia	Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy.	Centrum Informacyjno-Konsultacyjne Służb Zatrudnienia Zielona Linia ul. Trawiasta 20b 15-161 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	Mogą korzystać: - zarejestrowani -poszukujący pracy - pracodawcy
DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM							
56	Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Poradnictwo w zakresie prawnym i socjalnym, pomoc psychologiczna	ul. Wita Stwosza 7 Katowice	(32) 606 18 08 669 777 008	Od poniedziałku do piątku w godz. 8.00 do 19.00	www.mops.katowice.pl oik@mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
57	Okręgowy Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przestępstwem	Poradnictwo w zakresie prawnym, psychologicznym i socjalnym	ul. Warszawska 67 Katowice	690 467 178 (tel. całodobowy) pokrzywdzeni.katowice@gmail.com kontakt@jestesmydlawas.eu	Poniedziałki, wtorki, środy, piątki w godz. 8.00 do 15.00, czwartki od 13.00 do. 20.00, soboty od 9.00 do 14.00	jestesmydlawas.eu	Dla mieszkańców Katowic
58	Całodobowa linia pomocy pokrzywdzonym	Pomoc osobom pokrzywdzonym przestępstwem; darmowa pomoc specjalistyczna oraz materialna	info@numerosos.pl Wykaz placówek świadczących pomoc w całej Polsce: https://www.funduszsprawiedliwosci.gov.pl/pl/znajdz-osrodek-pomocy/	Całodobowa linia pomocy pokrzywdzonym przestępstwem +48 222 309 900 (w języku polskim, angielskim, ukraińskim i rosyjskim)	Codziennie 24/7	www.numerosos.pl	Dla wszystkich
PRAWO KONSUMENCKIE							
59	Miejski Rzecznik Praw Konsumentów Urząd Miasta Katowice	Poradnictwo w ramach przepisów ustawy o prawach konsumenta oraz części przepisów	ul. Młyńska 4 Katowice mkr@katowice.eu	(32) 259 38 46 (32) 259 39 05	Poniedziałek-środa 7.30-15.30, czwartek 7.30-17.00	https://bip.katowice.eu/UrzedMiasta/StrukturaUrzeduDetail.aspx?i=150&menu=576	Z poradnictw mogą skorzystać mieszkańcy Katowic (podatnicy

		Kodeksu Cywilnego, zapewnienie bezpłatnego poradnictwa konsumenckiego i informacji prawnej w zakresie ochrony interesów konsumentów, występowanie do przedsiębiorców w sprawach ochrony praw i interesów konsumentów			piątek 7.30-14.00		miasta Katowice), osoby posiadające stały bądź czasowy meldunek w mieście Katowice
60	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	Infolinia konsumencka (prowadzona przez Federację Konsumentów) 801 440 220 222 66 76 76 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn.- pt. godz. 10.00-18.00	https://www.uokik.gov.pl porady@dlakonsumentow.pl	
PRAWA PACJENTA							
61	Narodowy Fundusz Zdrowia Śląski Oddział Wojewódzki	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta -leczenie w kraju i poza granicami -kolejki do świadczeń	ul. Kossutha 13 40-844 Katowice	Całodobowa infolinia 800 190 590 kancelaria@nfz- katowice.pl	Godziny urzędowania: Poniedziałek 8:00-18:00 wtorek-piątek 8:00-16:00	http://www.nfz-katowice.pl	
62	Rzecznik Praw Pacjenta	Ochrona praw pacjenta	Biuro RPP ul. Płocka 11/13 01-231 Warszawa	800 190 590 Bezpłatna infolinia Zapisy na poradę osobistą: rezerwacja@rpp.gov.pl lub (22) 532 82 43	Bezpłatna infolinia czynna całą dobę Przyjmowanie stron od poniedziałku do piątku w godz. 8:00-18:00	https://www.bpp.gov.pl kancelaria@rpp.gov.pl	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
63	Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta -leczenie w kraju i poza granicami -kolejki do świadczeń	Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala ul. Rakowiecka 26/30 02-528 Warszawa	<u>Telefoniczna Informacja Pacjenta:</u> <u>800 190 590</u>	Godziny otwarcia: pn.- pt. godz. 08.00-16.00	http://www.nfz.gov.pl infolinia@nfz.gov.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym

64	Pełnomocnik Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	ul. Żurawia 4 A 00- 503 Warszawa	538-117-590 e-mail: sekretariat.bfs@mrips.gov.pl	pn.-pt. godz. 08.30-15.30	http://www.niepelnosprawni.gov.pl sekretariat.bon@mrips.gov.pl	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych
65	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania	Ochrona praw dziecka	Rzecznik Praw Dziecka ul. Chocimska 6 00-791 Warszawa telefon: (22) 583 66 00	Dziecięcy telefon zaufania 800 121 212 Bezpłatna całodobowa infolinia	Przyjęcia interesantów pn.- pt. godz. 08.15-16.15	https://brpd.gov.pl rpd@brpd.gov.pl	Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.
PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH							
66	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>	(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	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze
PRAWO PRACY							
67	Powiatowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy w Katowicach	Porady z zakresu prawa pracy	ul. Owocowa 6-6a 40-158 Katowice	Tel. (32) 604 12 08	Pon. 10.00 – 18.00, wtorek-piątek 09.00 – 15.00, Interesanci dodatkowo mogą skorzystać z poradnictwa w formie telefonicznej w Centrum Poradnictwa PIP, w dni robocze od godz. 9:00 do 15:00: z telefonów stacjonarnych pod numerem: 801 002 006; z telefonów komórkowych pod numerem: 459 599 000	https://katowice.pip.gov.pl/pl kancelaria@katowice.pip.gov.pl	

[illegible]

72	Punkt informacyjny dla cudzoziemców	Bezpłatne wsparcie dla cudzoziemców zamieszkałych w Katowicach w zakresie informacji formalno-prawnych oraz poradnictwo w zakresie funkcjonowania w środowisku lokalnym, a także informowanie w obszarze aktywizacji zawodowej. Organizacja cyklicznych działań integracyjnych z udziałem cudzoziemców w Katowicach.	Katowice, Młyńska 5	Tel. 539 696 888	poniedziałek - wtorek - 12:00-17:00 środa - 9:00-14:00 czwartek - 12:00-17:00 piątek - 9:00- 14:00	https://www.facebook.com/punktinformacyjnydlacudzoziemcow/ lub https://punktidc.pl/?fbclid=IwAR37SQjHJRnZq8su_RzT_SwCbPAPv4yAa36UinHH2klaERNZ9iDELpta6uk	Cudzoziemcy mieszkający na terenie miasta Katowice
73	"Spilno znaczy Wspólnie"	Celem projektu jest poprawa sytuacji społecznej i zawodowej obywateli państw trzecich, w tym uchodźców i migrantów, poprzez wsparcie w integracji. Projekt obejmuje: Wsparcie społeczne - spotkania integracyjne i warsztaty kulturowe, pomagające w adaptacji i budowaniu więzi z lokalną społecznością. Nauka języka polskiego - kursy na poziomie B1/B2. Wsparcie prawne - doradztwo w zakresie legalizacji pobytu i uzyskiwania zezwoleń na pracę itd. Wsparcie psychologiczne i	Katowice ul. Morcinka 5-9	+48 535 279 285 e-mail na spilno@mostkatowice.pl	Poniedziałek – Piątek 9.00 – 17.00	Instagram: Spilno znaczy Wspólnie https://www.instagram.com/spilno_katowice/ Facebook: Spilno znaczy Wspólnie https://www.facebook.com/profile.php?id=61586601904194	Z projektu mogą skorzystać obywatele państw trzecich, którzy: - nie posiadają obywatelstwa żadnego z krajów UE (ani krajów takich jak Norwegia, Islandia, Liechtenstein oraz Szwajcaria) - przebywają w Polsce legalnie (tj. na podstawie dokumentów upoważniających do pracy i pobytu/ potwierdzającego objęcie ochroną). - są migrantami zarobkowymi, studentami, uchodźcami lub osobami objętymi innymi formami ochrony - pracują lub mieszkają na terytorium województwa śląskiego - są obywatelami Ukrainy, które znalazły się w sytuacji uchodźczej w związku z inwazją Federacji Rosyjskiej na Ukrainę (szczególnie

		specjalistyczne -pomoc psychologiczna, prawnicza oraz wsparcie w adaptacji do nowego środowiska. Wsparcie zawodowe - doradztwo zawodowe, pośrednictwo pracy, szkolenia i staże, pomagające w zdobyciu kwalifikacji i zatrudnienia.					kobiety w wieku produkcyjnym z dziećmi). - są migrantami ekonomicznymi i politycznymi z Białorusi - są migrantami z Gruzji (szczególnie studenci) - pochodzą z Rosji, Mołdawii i innych krajów byłego Bloku Wschodniego - pochodzą z Indii i krajów Azji Południowo-Wschodniej - należą do pozostałych grup OPT (w tym mężczyźni w wieku do 45 lat z wykształceniem wyższym lub średnim) mieszkający na terenie województwa śląskiego.
74	Centrum Integracyjne dla Cudzoziemców prowadzone przez Fundację ADRA	W centrum beneficjenci mogą skorzystać z: - kursów języka polskiego na poziomie A1-A2, B1-B2 - pomocy w sprawach formalnych związanych z życiem w Polsce - doradztwa prawnego - doradztwa zawodowego - indywidualnych konsultacji i warsztatów psychologicznych - pomocy w łagodzeniu stresu i traumy wojennej - pomocy w umawianiu wizyt u lekarzy na podstawie skierowania - pomocy w umawianiu wizyt u ukraińskiego lekarza rodzinnego - warsztaty tematyczne dla dzieci, młodzieży i dorosłych - wsparcia w kryzysie - wsparcie integracji osób	ul. Fryderyka Chopina 1, 40-093 Katowice lokal nr 2 (1 piętro)	tel. 536 595 450 e-mail: katowice@adra.pl	poniedziałek – piątek: od 8.00 do 15.30	https://www.adra.pl/centra-fundacji-adra/katowice/	Obywatele Ukrainy

		uchodźczych					
INNE							
	WWW. OBYWATEL.GOV.PL				Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji		
75	Rzecznik Praw Obywatelskich	Ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO Al. Solidarności 77 00-090 Warszawa	Infolinia 800 676 676 (połączenie bezpłatne) e-mail: biurorzecznika@brpo.gov.pl	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
76	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 1	Udzielanie porad z zakresu zabezpieczenia społecznego	ul. Andrzeja 10 Katowice	(32) 251 60 99	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
77	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 2	Udzielanie porad z zakresu zabezpieczenia społecznego	ul. Warszawska 42 Katowice	(32) 253 77 30	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
78	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 3	Udzielanie porad z zakresu zabezpieczenia społecznego	ul. Oblatów 24 Katowice	(32) 258 07 09	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
79	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 4	Udzielanie porad z zakresu zabezpieczenia społecznego	ul. Gliwicka 96 Katowice	(32) 353 02 75	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
80	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 5	Udzielanie porad z zakresu zabezpieczenia społecznego	ul. Dębowa 16c Katowice	(32) 254 70 61	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
81	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 6	Udzielanie porad z zakresu zabezpieczenia społecznego	ul. Czecha 2 Katowice	(32) 209 00 23	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic

82	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 7	Udzielanie porad z zakresu zabezpieczenia społecznego	ul. Świdnicka 35a Katowice	(32) 252 56 35	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
83	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 8	Udzielanie porad z zakresu zabezpieczenia społecznego	ul. Łętowskiego 6a Katowice	(32) 206 15 68	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
84	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 9	Udzielanie porad z zakresu zabezpieczenia społecznego	ul. Krakowska 138 Katowice	(32) 255 35 67	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
85	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 10	Udzielanie porad z zakresu zabezpieczenia społecznego	ul. Krakowska 138 Katowice	(32) 256 80 39	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
86	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 1	Udzielanie porad z zakresu ochrony praw lokatorów	ul. Andrzeja 10 Katowice	(32) 251 60 99	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
87	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 2	Udzielanie porad z zakresu ochrony praw lokatorów	ul. Warszawska 42 Katowice	(32) 253 77 30	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
88	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 3	Udzielanie porad z zakresu ochrony praw lokatorów	ul. Oblatów 24 Katowice	(32) 258 07 09	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
89	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 4	Udzielanie porad z zakresu ochrony praw lokatorów	ul. Gliwicka 96 Katowice	(32) 353 02 75	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
90	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 5	Udzielanie porad z zakresu ochrony praw lokatorów	ul. Dębowa 16c Katowice	(32) 254 70 61	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic

91	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 6	Udzielanie porad z zakresu ochrony praw lokatorów	ul. Czecha 2 Katowice	(32) 209 00 23	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
92	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 7	Udzielanie porad z zakresu ochrony praw lokatorów	ul. Świdnicka 35a Katowice	(32) 252 56 35	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
93	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 8	Udzielanie porad z zakresu ochrony praw lokatorów	ul. Łętowskiego 6a Katowice	(32) 206 15 68	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
94	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 9	Udzielanie porad z zakresu ochrony praw lokatorów	ul. Krakowska 138 Katowice	(32) 255 35 67	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
95	Terenowy Punkt Pomocy Społecznej nr 10	Udzielanie porad z zakresu ochrony praw lokatorów	ul. Krakowska 138 Katowice	(32) 256 80 39	Porady są udzielane po uprzednim umówieniu terminu w sekretariacie TPPS	www.mops.katowice.pl	Dla mieszkańców Katowic
96	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa	Monitorowanie bezpieczeństwa	Al. Ujazdowskie 5 Warszawa	Infolinia dla obywatela (47) 721 69 00	Infolinia czynna w dni robocze w godz. 8.00 do 16.00	https://rcb.gov.pl/	Świadek zagrożenia kryzysowego, osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
97	Infolinia Urzędów Pracy – Zielona Linia	Udzielanie informacji o usługach urzędów pracy	Centrum Informacyjno - Konsultacyjne Służb Zatrudnienia Zielona Linia ul. Trawiasta 20b 15-161 Białystok	19 524 (z Polski), +48 22 19524 (z zagranicy) Koszt zgodnie z taryfą operatora biuro@zielonalinia.gov.pl	pon. - pt. godz. 8.00 – 18.00	www.zielonalinia.gov.pl	Mogą korzystać: zarejestrowani, poszukujący pracy, pracodawcy
98	Ośrodek Poradnictwa Specjalistycznego Stowarzyszenia na rzecz Niepełnosprawnych SPES	Usługi pomocy prawnej, poradnictwa obywatelskiego, socjalnego, rodzinnego	ul. Kościuszki 46 40-048 Katowice	32-205-38-80	Pon., czw.-pt. godz. 10.00- 15.00; wt. - śr. godz. 10.00 – 17.00	www.spes.org.pl	Mieszkańcy Katowic z orzeczeniem o niepełnosprawności
99	Stowarzyszenie Inicjatywa Obywatelska „Pro Civium”	Porady prawne, konsultacje psychologiczne, wsparcie doradcy zawodowego, porady pedagoga.	ul. Przełom 1 61-423 Poznań	Infolinia: 800 201 211	Pedagog/psycholog pon., śr., pt. godz.: 16.00 -20:00 Doradca zawodowy wt., pt. godz.: 16.00 -20:00 Prawnik pon., śr., pt.	www.prawodoporady.pl	

					godz.: 16.00 -20:00 Wsparcie cyfrowe dla seniorów pon.-pt. Godz.: 10.00 -14:00 Telefon „Między nami kobietami” pon. godz.: 17.00-19:00		
100	Sąd Metropolitalny	Bezpłatne porady prawne odnośnie do procesu o nieważność małżeństwa	ul. Jordana 39 Katowice (wejście od ul. Wita Stwosza 16)	+48 32 201 75 84 lub +48 519 546 098	środa 9.00 do 15.30 soboty 9.00 do 13.00 po wcześniejszym telefonicznym ustaleniu daty i godziny	www.archidiecezjakatowicka.pl	

Sporządzono w dniu 14.08.2026 r.