

Lista jednostek nieodpłatnego poradnictwa

Tematyka poradnictwa	Nazwa jednostki	Adres	Zakres poradnictwa	Dane kontaktowe (strona internetowa, nr telefonu)	Sposób umawiania na wizytę (w przypadku gdy nie jest konieczna wcześniejsza rejestracja, proszę wpisać "bez rejestracji")	Dni i godziny działalności	Kryterium dostępu do usługi
Jednostki publiczne							
rodzinne	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Brennej	43-438 Brenna, ul. Leśnica 8	zgodnie z ustawą: o pomocy społecznej, o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej	tel. 33 853 64 59	bez rejestracji	poniedziałek 7:00-16:00 wtorek 7:00-15:00 środa 7:00-15:00 czwartek 7:00-15:00 piątek 7:00-14:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Brenna
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Chybiu	43-520 Chybie, ul. Bielska 61	konsultacje prawne i psychologiczne	tel. 33 856 11 05, 33 858 92 22	telefonicznie lub osobiście	<u>Psycholog</u> : drugi i czwarty czwartek miesiąca 15:30-18:00; <u>Prawnik</u> : drugi i czwarty wtorek miesiąca 14:00-16:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Chybie
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Cieszynie - Zespół ds. Wspierania rodziny i pieczy zastępczej	43-400 Cieszyn, ul. Towarowa 6	1. wspieranie rodzin przeżywających trudności w wypełnianiu funkcji opiekuńczo-wychowawczych, informowanie o dostępnych formach pomocy, kierowanie do innych instytucji i podmiotów działających na rzecz dziecka i rodziny; 2. koordynacja poradnictwa dla rodzin z dziećmi, u których zdiagnozowano ciężkie i nieodwracalne upośledzenie albo nieuleczalną chorobę zagrażającą życiu, które powstały w prenatalnym okresie rozwoju dziecka lub w czasie porodu, a także dla kobiet w okresie ciąży, porodu i położu	tel. 33 852 01 55; www.mops.cieszyn.pl	bez rejestracji	poniedziałek 8:00-16:00, wtorek - piątek 7:00-15:00	rodziny przeżywające trudności w wypełnianiu funkcji opiekuńczo-wychowawczych
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Ustroniu	43-450 Ustroń, ul. Marii Konopnickiej 40	udzielanie informacji o obowiązujących przepisach z zakresu prawa rodzinnego i opiekuńczego, zabezpieczenia społecznego	tel. 33 854 26 34	bez rejestracji	od poniedziałku do piątku: od 7:30 do 15:30	zgodnie z ustawą o pomocy społecznej - osoby i rodziny, które mają trudności lub wykazują potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych, bez względu na posiadany dochód.

	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Zebrzydowicach	43-410 Zebrzydowice, ul. Ks. A. Janusza 6 budynek Urzędu Gminy	wspieranie osób i rodzin w wysiłkach zmierzających do zaspokojenia niezbędnych potrzeb i umożliwienie im życia w warunkach odpowiadających godności człowieka, Asystent Rodziny	tel. 32 475 51 28; 32 475 51 29; www.gops.zebrzydowice.pl	bez rejestracji	poniedziałek: 7:30-15:30 wtorek: 7:30-15:30 środa: 7:30- 15:30 czwartek: 7:30- 17:00 piątek: 7:30- 14:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Zebrzydowice
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Chybiu	43-520 Chybie, ul. Bielska 61	konsultacje psychologiczne	tel. 33 856 11 05, 33 858 92 22	telefonicznie lub osobiście	drugi i czwarty czwartek miesiąca 15:30-18:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Chybie
	Poradnia Psychologiczna dla Dzieci i Młodzieży w Cieszynie	43-400 Cieszyn, ul. Bielska 4	1) Porada psychologiczna- wsparcie pacjenta i rodziny w rozwiązywaniu pojawiających się trudności, psychoedukacja, wykorzystanie zasobów, którymi dysponuje rodzina oraz środowisko dziecka do poprawy jego funkcjonowania. 2) Sesje psychoterapii- przeznaczone dla dzieci i młodzieży zmagających się z nasilonymi trudnościami emocjonalnymi lub zakresie relacji interpersonalnych oraz ich rodzin będących również w sytuacji kryzysowej. 3) Wizyty i porady środowiskowe – wspieranie środowiska, w którym funkcjonuje dziecko, by maksymalizować efektywność udzielanej pomocy.	tel. 33 8549 210, 33 8549 211 www.szpitalslaski.pl/index.php/9-aktualnosci/790-poradnia-psychologiczna-dla-dzieci	telefonicznie	poniedziałek 11:00-20:00 wtorek 8:00-12:00 środa 11:00-20:00 czwartek 8:00-16:00 piątek 8:00-16:00	dzieci i młodzież, które doświadczają trudności emocjonalnych (np. objawów lękowych, ataków paniki, obniżenia nastroju, doświadczenia kryzysowej sytuacji), a także trudności w relacjach interpersonalnych; osoby, które opuściły szpital psychiatryczny i potrzebują kontynuacji psychoterapii, ale nie wymagają pomocy psychiatry.
	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Cieszynie	43-400 Cieszyn, ul. Bobrecka 29	indywidualne poradnictwo psychologiczne	tel. 33 4777 117, 518 993 691	telefonicznie lub osobiście w godzinach pracy Urzędu: poniedziałek-piątek 7:30-15:30	poniedziałek-piątek, godziny do ustalenia przy rejestrowaniu	rodziny zastępcze z terenu Powiatu Cieszyńskiego
	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Cieszynie	43-400 Cieszyn, ul. Kraszewskiego 13a	pomoc psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna oraz doradztwo zawodowe	tel. 33 852 24 33; 785 190 096 zpmp.cieszyn.pl/	telefonicznie lub osobiście w sekretariacie placówki	poniedziałek-piątek, godziny do ustalenia przy rejestrowaniu	dzieci i młodzież w każdym okresie życia, ich rodzice i prawni opiekunowie, specjaliści, nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Goleszowie	43-440 Goleszów, ul. Cieszyńska 29	poradnictwo dla osób uzależnionych, współuzależnionych, dla osób dotkniętych przemocą	tel. 33 479 05 54 wewn. 12; www.gops-goleszow.pl	telefonicznie	każda środa miesiąca 14:00-18:00, każdy czwartek miesiąca 11:00-18:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Goleszów

psychologiczne

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Hażlachu	43-419 Hażlach, ul. Główna 37	porady psychologiczne dla osób dotkniętych przemocą w rodzinie oraz dotkniętych problemem alkoholowym	tel. 33 856 96 00; www.gops.hazlach.samorzady.pl gops@hazlach.pl	telefonicznie	do uzgodnienia	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Hażlach
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Istebnej	43-470 Istebna 1000	poradnictwo psychologiczne dla podopiecznych Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Istebnej	tel. 33 855 62 22; www.gops-istebna.pl	telefonicznie	trzy razy w miesiącu po wcześniejszym uzgodnieniu telefonicznym z Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Istebnej	klienci Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Istebnej
Klub Integracji Społecznej w Kaczycach	43-417 Kaczyce, ul. G. Morcinka 15	poradnictwo psychologiczne (indywidualne oraz grupowe- grupy wsparcia- dla osób z rodzin dotkniętych przemocą w rodzinie, nadużywaniem alkoholu oraz bezradnością w sprawach opiekuńczo-wychowawczych oraz prowadzeniu gospodarstwa domowego)	tel. 32 475 51 32; www.gops.zebrzydowice.pl/index.php/projekty/klub-integracji-spolecznej	telefonicznie lub osobiście	piątek 9:00-13:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Zebrzydowice
Ośrodek Pomocy Społecznej w Skoczowie	43-430 Skoczów, ul. G. Morcinka 18	poradnictwo psychologiczne dla osób i rodzin dotkniętych problemem alkoholowym i przemocą w rodzinie	tel. 33 853 34 52; ops.skoczow.pl	telefonicznie lub osobiście	każda środa miesiąca 15:30-17:30,	osoby i rodziny z problemem alkoholowym i przemocą w rodzinie
Ośrodek Pomocy Społecznej w Skoczowie	43-430 Skoczów, ul. G. Morcinka 18	poradnictwo psychologiczne	tel. 33 853 34 52; ops.skoczow.pl	telefonicznie lub osobiście	terminy spotkań z psychologiem są ustalane indywidualnie z każdą zainteresowaną osobą	uchodźcy z Ukrainy
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Skoczowie	43-430 Skoczów, ul. Górecka 65a	pomoc psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna oraz doradztwo zawodowe	tel. 33 853 25 54; 783 966 592 zppp.cieszyn.pl/skoczow/	telefonicznie lub osobiście w sekretariacie placówki	poniedziałek-piątek, godziny do ustalenia przy rejestrowaniu	dzieci i młodzież w każdym okresie życia, ich rodzice i prawni opiekunowie, specjaliści, nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Strumieniu	43-246 Strumień, ul. 1 Maja 18	porady psychologiczne dla osób dotkniętych problemem uzależnień i przemocą w rodzinie	tel. 33 857 14 60; www.mops.strumien.pl	telefonicznie lub osobiście	każdy pierwszy i trzeci wtorek miesiąca 15:00-17:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Strumień
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Wiśle	43-460 Wisła, ul. 1 Maja 69	indywidualne poradnictwo	tel. 730 795 510 www.mops.wisla.pl	bez rejestracji	poniedziałek 8:00-10:30 środa 8:00-10:30	zgodnie z ustawą o pomocy społecznej, ustawą o wspieraniu rodziny, systemie pieczy zastępczej, ustawy o przemocą w rodzinie
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Zebrzydowicach	43-410 Zebrzydowice, ul. Ks. A. Janusza 6 budynek Urzędu Gminy	indywidualne poradnictwo psychologiczne	tel. 32 475 51 28; 32 4755129 www.gops.zebrzydowice.pl	telefonicznie lub osobiście	poniedziałek: 7:30-15:30 wtorek: 7:30-15:30 środa: 7:30- 15:30 czwartek: 7:30- 17:00 piątek: 7:30- 14:00	osoby zamieszkujące teren Gminy Zebrzydowice
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Cieszynie	43-400 Cieszyn, ul. Kraszewskiego 13a	pomoc psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna oraz doradztwo zawodowe	tel. 33 852 24 33; 785 190 096 zppp.cieszyn.pl/	telefonicznie lub osobiście w sekretariacie placówki	poniedziałek-piątek, godziny do ustalenia przy rejestrowaniu	dzieci i młodzież w każdym okresie życia, ich rodzice i prawni opiekunowie, specjaliści, nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek

pedagogiczne

pedagogiczne	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Skoczowie	43-430 Skoczów, ul. Górecka 65a	pomoc psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna oraz doradztwo zawodowe	tel. 33 853 25 54; 783 966 592 zpmp.cieszyn.pl/skoczow/	telefonicznie lub osobiście w sekretariacie placówki	poniedziałek-piątek, godziny do ustalenia przy rejestrowaniu	dzieci i młodzież w każdym okresie życia, ich rodzice i prawni opiekunowie, specjaliści, nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek
z zakresu pomocy społecznej	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Brennej	43-438 Brenna, ul. Leśnica 8	zgodnie z ustawą o pomocy społecznej	tel. 33 853 64 59	bez rejestracji	poniedziałek 7:00-16:00 wtorek 7:00-15:00 środa 7:00-15:00 czwartek 7:00-15:00 piątek 7:00-14:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Brenna
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Chybiu	43-520 Chybie, ul. Bielska 61	konsultacje prawne i psychologiczne	tel. 33 856 11 05, 33 858 92 22	telefonicznie lub osobiście	Psycholog: drugi i czwartą czwartek miesiąca 15:30-18:00; Prawnik: drugi i czwartą wtorek miesiąca 14:00-16:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Chybie
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Cieszyń - Dział Pomocy Środowiskowej	43-400 Cieszyn, ul. Skrajna 5	udzielanie informacji o dostępnych formach pomocy wynikających z ustawy o pomocy społecznej	tel. 33 479 49 20, 33 479 49 26; www.mops.cieszyn.pl	osobiście bez rejestracji lub telefonicznie	poniedziałek-piątek w godz. pracy Ośrodka	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Cieszyn
	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Cieszyń	43-400 Cieszyn, ul. Bobrecka 29	poradnictwo związane z realizacją zadań powiatu z zakresu pomocy społecznej	tel. 33 47 77 117; www.pcprcieszyn.ox.pl	bez rejestracji	poniedziałek-piątek 7:30-15:30	brak
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Dębowcu	43-426 Dębowiec, ul. Katowicka 3	pomoc społeczna	tel. 33 856 22 42; www.debowiec.cieszyn.pl/gminny-osrodek-pomocy-spoecznej	bez rejestracji	poniedziałek 7:30-15:30 wtorek 7:30-15:30 środa 7:30-15:30 czwartek 7:30-16:30 piątek 7:30-14:30	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Dębowiec
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Goleiszowie	43-440 Goleiszów, ul. Cieszyńska 29	pomoc społeczna	tel. 33 479 05 54 wewn. 12, 13; www.gops-goleiszow.pl	bez rejestracji	poniedziałek 7:00-15:00 wtorek 7:00-15:00 środa 7:00-17:00 czwartek 7:00-15:00 piątek 7:00-13:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Goleiszów
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Hażlachu	43-419 Hażlach, ul. Główna 37	pomoc społeczna	tel. 33 856 96 00; www.gops.hazlach.samorzady.pl gops@hazlach.pl	bez rejestracji	poniedziałek 7:00-15:00 wtorek 7:00-15:00 środa 7:00-16:00 czwartek 7:00-15:00 piątek 7:00-14:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Hażlach
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Istebnej	43-470 Istebna 1000	pomoc społeczna	tel. 33 855 62 22; www.gops-istebna.pl	bez rejestracji	poniedziałek 7:15-15:15 wtorek 7:15-16:15 środa 7:15-15:15 czwartek 7:15-15:15 piątek 7:15-14:15	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Istebna
	Ośrodek Pomocy Społecznej w Skoczowie	43-430 Skoczów, ul. G. Morcinka 18	pomoc społeczna	tel. 33 853 34 52; ops.skoczow.pl	bez rejestracji	poniedziałek 7:00-15:00 wtorek 7:00-15:00 środa 7:00-16:00 czwartek 7:00-15:00 piątek 7:00-14:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Skoczów
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Strumieniu	43-246 Strumień, ul. 1 Maja 18	pomoc społeczna	tel. 33 857 01 03; mops.strumien.pl	bez rejestracji	poniedziałek 7:00-15:00 wtorek 7:00-15:00 środa 7:00-16:00 czwartek 7:00-15:00 piątek 7:00-14:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Strumień

	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Ustroniu	43-450 Ustron, ul. Marii Konopnickiej 40	pomoc społeczna	tel. 33 854 26 34; www.mops.ustron.pl	bez rejestracji	poniedziałek-piątek 7:30-15:30	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Ustron
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Wiśle	43-460 Wisła, Pl. B. Hoffa 3	indywidualne i grupowe poradnictwo	tel. 33 855 35 53, www.mops.wisla.pl	bez rejestracji	poniedziałek 7:00-15:00 wtorek 7:00-16:00 środa 7:00-15:00 czwartek 7:00-16:00 piątek 7:00-13:00	zgodnie z ustawą o pomocy społecznej, ustawą o wspieraniu rodziny, systemie pieczy zastępczej, ustawy o przemocy w rodzinie
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Zebrzydowicach	43-410 Zebrzydowice, ul. Ks. A. Janusza 6 budynek Urzędu Gminy	działania w zakresie pomocy społecznej	tel. 32 4755128; 32 4755129; www.gops.zebrzydowice.pl	bez rejestracji	poniedziałek: 7:30-15:30 wtorek: 7:30-15:30 środa: 7:30- 15:30 czwartek: 7:30- 17:00 piątek: 7:30- 14:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Zebrzydowice
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Cieszynie - Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	43-400 Cieszyn, ul. Skrajna 5	problematyka uzależnień	tel. 33 479 49 31, www.mops.cieszyn.pl	telefonicznie	poniedziałek 8.00- 16.00, wtorek - piątek 7.00 - 15.00	osoby uzależnione, współuzależnione, pijące szkodliwie, ryzykownie
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Cieszynie - Punkt Informacyjno Konsultacyjny dla osób nadużywających alkohol i ich rodzin	43-400 Cieszyn, ul. Skrajna 5	problematyka uzależnień	tel. 33 479 49 31, www.mops.cieszyn.pl	bez rejestracji	poniedziałek 8.00- 16.00, wtorek - piątek 7.00 - 15.00	osoby uzależnione, współuzależnione, pijące szkodliwie, ryzykownie
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Chybiu	43-520 Chybie, ul. Bielska 61	konsultacje w zakresie profilaktyki narkotykowej i innych uzależnień ze szczególnym uwzględnieniem dopalaczy	tel. 33 856 11 05, 33 858 92 22	telefonicznie lub osobiście	pierwszy i trzeci czwartek miesiąca w siedzibie GOPS w Chybiu 15:00-17:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Chybie
	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Dębowcu Punkt Konsultacyjny	43-426 Dębowiec, ul. Katowicka 3	Instruktor terapii uzależnień - porady i konsultacje w zakresie uzależnień od alkoholu dla osób z problemem alkoholowym i ich rodzin oraz motywowanie do podjęcia leczenia. <u>Prawnik</u> - porady i konsultacje z zakresu prawa rodzinnego i opiekuńczego, pomoc w kierowaniu spraw o znęcanie, alimentacje do prokuratury i sądu (pozw o alimenty, pisma rozwodowe i inne)	tel. 33 856 22 42	bez rejestracji	Instruktor terapii uzależnień - każdą środę miesiąca 15:00-17:00; <u>Prawnik</u> - ostatni czwartek miesiąca 13:00-16:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Dębowiec
	Urząd Gminy Hażlach	43-419 Hażlach, ul. Główna 57	porady dla osób i ich rodzin dotkniętych problemem alkoholowym w sprawie przeciwdziałania alkoholizmowi, przeciwdziałania przemocy w rodzinie, udzielanie pomocy psychospołecznej	tel. 33 856 95 55; www.hazlach.pl	bez rejestracji	każde cztery pierwsze poniedziałki miesiąca w godzinach 15:00-16:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Hażlach

w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Istebnej	43-470 Istebna 1000	profilaktyka w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych	tel. 33 855 65 00 wewn. 57;	telefonicznie	poniedziałek 7:00-15:15 wtorek 7:15-16:15 środa 7:00-15:15 czwartek 7:00-15:15 piątek 7:15-14:15	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Istebna
	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Skoczowie	43-430 Skoczów, ul. G. Morcinka 18	poradnictwo w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych	tel. 33 853 34 52; ops.skoczow.pl	telefonicznie lub osobiście	poniedziałek 7:00-15:00 wtorek 7:00-15:00 środa 7:00-16:00 czwartek 7:00-15:00 piątek 7:00-14:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Skoczów
	Punkt Konsultacyjny ds. uzależnień w Skoczowie	43-430 Skoczów, ul. Rynek 18- -w drugi czwartek miesiąca (w miesiącach lipiec-sierpień), w placówkach oświatowych z terenu Gminy Skoczów (wrzesień-grudzień); 43-430 Skoczów, ul. Rynek 19- -w trzeci czwartek miesiąca (siedziba Skoczowskiego Stowarzyszenia Abstynentów Klub "JONASZ")	porady i pomoc w zakresie profilaktyki uzależnień	tel. 33 853 34 52; ops.skoczow.pl	telefonicznie lub osobiście	drugi czwartek miesiąca 12:00-14:00, trzeci czwartek miesiąca 15:00-17:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Skoczów
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Strumieniu Punkt Informacyjno-Konsultacyjny ds. narkomanii i innych uzależnień	43-246 Strumień, ul. 1 Maja 18	problemy uzależnień i przemocy w rodzinie	tel. 33 857 14 60; www.mops.strumien.pl	bez rejestracji	każdy drugi i czwarty czwartek miesiąca 15:00-17:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Strumień
	Urząd Miejski w Strumieniu Punkt Informacyjno-Konsultacyjny Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Strumieniu ds. uzależnień	43-246 Strumień, Rynek 4	problemy uzależnień i przemocy w rodzinie	tel. 33 852 06 27; www.mops.strumien.pl	bez rejestracji	każdy czwartek miesiąca 7:30-9:30	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Strumień
	Miejski Punkt Informacyjno-Konsultacyjny w Ustroniu	43-450 Ustroń, ul. A. Brody 16,	problemy uzależnień i przemocy	tel. 33 854 33 99; 500 231 259	telefonicznie lub osobiście	każdy czwartek miesiąca 13:00-19:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Ustroń
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Zebrzydowicach	43-410 Zebrzydowice, ul. Ks. A. Janusza 6 budynek Urzędu Gminy	profilaktyka i rozwiązywanie problemów alkoholowych i innych, których celem jest integracja osób i rodzin z grup szczególnego ryzyka	tel. 32 475 51 00; 32 475 51 29; 32 475 51 28; www.gops.zebrzydowice.pl	bez rejestracji	poniedziałek: 7:30-15:30 wtorek: 7:30-15:30 środa: 7:30- 15:30 czwartek: 7:30- 17:00 piątek: 7:30- 14:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Zebrzydowice

	Punkt Informacyjny – Konsultacyjny- Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Zebrzydowicach	43-410 Zebrzydowice, ul. Ks. A. Janusza 6 budynek Urzędu Gminy, pokój nr 1 (biuro softysów)	pomoc terapeutyczna i rehabilitacyjna dla osób uzależnionych od alkoholu; udzielanie rodzinom, w których występują problemy alkoholowe, pomocy psychospołecznej i prawnej; ochrona przed przemocą w rodzinie; prowadzenie profilaktycznej działalności informacyjnej i edukacyjnej w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych i przeciwdziałania narkomanii; motywowanie osób z problemem alkoholowym do podejmowania terapii odwykowej; pomoc w rozwiązywaniu problemów osobistych w sferze emocjonalnej i społecznej w codziennym życiu; szerzenie oświaty z zakresu uzależnień	tel. 792 378 333	osobiście lub telefonicznie	każdy czwartek 11:30-15:30	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Zebrzydowice
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Chybiu	43-520 Chybie, ul. Bielska 61	konsultacje prawne i psychologiczne	tel. 33 856 11 05, 33 858 92 22	telefonicznie lub osobiście	<u>Psycholog</u> : drugi i czwartki czwartek miesiąca 15:30-18:00; <u>Prawnik</u> : drugi i czwartki wtorek miesiąca 14:00-16:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Chybie
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Cieszyńcu- Punkt Konsultacyjny ds. przemocy w rodzinie	43-400 Cieszyń, ul. Skrajna 5	problematyka przemocy	tel. 33 479 49 19, 33 479 49 18; www.mops.cieszyn.pl	telefonicznie	poniedziałek 8:00-16:00 wtorek-piątek 7:00-15:00	osoby doznające przemocy, będące świadkami przemocy
	Gminny Zespół Interdyscyplinarny Do Spraw Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Dębówcu	43-426 Dębowiec, ul. Katowicka 3	diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie, podejmowanie działań w środowisku zagrożonym	tel. 33 856 22 42	telefonicznie	do uzgodnienia	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Dębowiec
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Goleszowie	43-440 Goleszów, ul. Cieszyńska 29	problematyka przemocy	tel. 33 479 05 54 wewn. 12, 13; www.gops-goleszow.pl	bez rejestracji	poniedziałek 7:00-15:00 wtorek 7:00-15:00 środa 7:00-17:00 czwartek 7:00-15:00 piątek 7:00-13:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Goleszów
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Hażlachu	43-419 Hażlach, ul. Główna 37	porady psychologiczne i prawne dla osób dotkniętych przemocą w rodzinie oraz dotkniętych problemem alkoholowym	tel. 33 856 96 00; www.gops.hazlach.samorzady.pl gops@hazlach.pl	porady psychologiczne- telefonicznie, prawne-telefonicznie	porady psychologiczne-do uzgodnienia, porady prawne-do uzgodnienia	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Hażlach
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Istebnej	43-470 Istebna 1000	porady psychologiczne dla osób dotkniętych przemocą w rodzinie w przypadku założeń "Niebieskiej Karty"	tel. 33 855 62 22; www.gops-istebna.pl	telefonicznie	trzy razy w miesiącu po wcześniejszym uzgodnieniu telefonicznym z Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Istebnej	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Istebna

w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Strumieniu Punkt Informacyjno-Konsultacyjny ds. przemocy w rodzinie	43-246 Strumień, ul. 1 Maja 18	problemy uzależnień i przemocy w rodzinie	tel. 33 857 14 60; www.mops.strumien.pl	zapisy do konsultantów odbywają się od poniedziałku do czwartku w godz. 7:00-14:00, w piątek 7:00-14:00 telefonicznie (33 857 14 60), drogą elektroniczną (mops@um.strumien.pl) lub osobiście	punkt czynny wg harmonogramu, który jest co miesiąc zamieszczany na stronie www.mops.strumien.pl w zakładce "Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie" i na tablicy ogłoszeń MOPS	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Strumień
	Urząd Miejski w Strumieniu Punkt Konsultacyjny Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Strumieniu ds. przeciwdziałania przemocy	43-246 Strumień, Rynek 4	problemy uzależnień i przemocy w rodzinie	tel. 33 857 01 42; www.mops.strumien.pl	bez rejestracji	pierwszy i drugi poniedziałek oraz czwartek miesiąca 15:45-17:45	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Strumień
	Gminny Zespół ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Zebrzydowicach	43-410 Zebrzydowice, ul. Ks. A. Janusza 6	wsparcie osób i rodzin dotkniętych problemem przemocy w rodzinie	tel. 32 475 51 19	bez rejestracji	poniedziałek: 7:30-15:30 wtorek: 7:30-15:30 środa: 7:30- 15:30 czwartek: 7:30- 17:00 piątek: 7:30- 14:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Zebrzydowice
	Niebieska Linia Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	02- 326 Warszawa, Al. Jerozolimskie 155	wsparcie i pomoc osobom doświadczającym przemocy w rodzinie, świadkom przemocy oraz osobom poszukującym informacji na temat zjawiska i sposobów przeciwdziałania przemocy w rodzinie	1.tel. 800 12 00 02 (bezpłatna infolinia) 2a. telefoniczne dyżury prawników: (22) 666 28 50 2b. telefoniczne dyżury prawników: 800 12 00 02 3. SKYPE - dyżur w języku migowym – pogotowie.niebieska.linia 4. Konsultacje dla przedstawicieli służb (22) 250 63 12 5. e-mail – niebieskalinia@niebieskalinia.info 6. www.niebieskalinia.info	telefonicznie, mailowo, skype	1. całodobowo (w tym konsultacje w j.angielskim poniedziałek 18:00-22:00), konsultacje w j.rosyjskim wtorek 18:00-22:00) 2a. poniedziałek i wtorek 17:00-21:00 2b. środa 18:00-22:00 3. poniedziałek 13:00-15:00 4. środa 10:00-13:00	osoby doświadczające przemocy w rodzinie, świadkowie przemocy oraz osoby poszukujące informacji na temat zjawiska i sposobów przeciwdziałania przemocy w rodzinie
w ramach interwencji kryzysowej	Centralne Zarządzenie Kryzysowe	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Al. Ujazdowskie 5 00-583 Warszawa	monitorowanie bezpieczeństwa	tel. (22) 361 69 00 tel. (22) 785 700 177 fax. (22) 361 69 75 dyżurny@rcb.gov.pl rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/ poczta@rcb.gov.pl	telefonicznie	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	osoby będące świadkami zagrożenia kryzysowego, osoby poszukujące informacji na temat zarządzania kryzysowego

dla bezrobotnych	Powiatowy Urząd Pracy w Cieszynie	43-400 Cieszyn, Plac Wolności 6	pomoc dla bezrobotnych i poszukujących pracy oraz dla pracodawców i przedsiębiorców	tel. 33 851 49 91 fax. 33 851 49 90 www.cieszyn.praca.gov.pl	osobiście lub elektronicznie www.praca.gov.pl	obsługa stron: od poniedziałku do piątku 8:00-15:00 (wyjątek trzeci piątek miesiąca 8:00- 12:00) rejestracja bezrobotnych: od poniedziałku do piątku 8:00-14:00 (wyjątek trzeci piątek miesiąca 8:00-12:00)	osoby zamieszkujące na terenie Powiatu Cieszyńskiego
	Klub Integracji Społecznej w Kaczycach	43-417 Kaczyce, ul. G. Morcinka 15	doradztwo zawodowe, pośrednictwo pracy, szkolenia zawodowe	tel. 32 475 51 32; https://gops.zebrzydowice.pl/index .php/projekty/klub-integracji- spolecznej	telefonicznie	do uzgodnienia	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Zebrzydowice
	Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia	Centrum Informacyjno- Konsultacyjne Służb Zatrudnienia Zielona Linia ul. Trawiasta 20b 15-161 Białystok	udzielanie informacji o usługach urzędów pracy	tel. 19 524 (z Polski) tel. +48 22 19524 (z zagranicy) www.zielonalinia.gov.pl kontakt@zielonalinia.gov.pl	telefonicznie	poniedziałek-piątek 8:00-20:00	osoby: - zarejestrowane - poszukujące pracy - pracodawcy
dla osób pokrzywdzonych przestępstwem	Okręgowy Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przestępstwem w Bielsku-Białej	43-300 Bielsko-Biała, ul. Wyspiańskiego 33	pomoc dla pokrzywdzonych w wyniku przestępstwa	tel. 667 252 257	telefonicznie	poniedziałek 10:00- 17:00 wtorek 9:00-16:00 środa 13:00- 20:00 czwartek 9:00-16:00 piątek 9:00-16:00 sobota 8:00-13:00	osoby pokrzywdzone w wyniku przestępstwa lub osoby, których bliska osoba została pokrzywdzona na skutek przestępstwa
	Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przestępstwem w Cieszynie (Okręgowy Ośrodek w Bielsku- Białej)	43-400 Cieszyn, ul. Wałowa 4	pomoc dla pokrzywdzonych w wyniku przestępstwa	tel. 667 254 710	telefonicznie	poniedziałek 15:00-20:00 piątek 8:00- 13:00	osoby pokrzywdzone w wyniku przestępstwa lub osoby, których bliska osoba została pokrzywdzona na skutek przestępstwa

z zakresu praw konsumentów	Powiatowy Rzecznik Konsumentów w Cieszynie	43-400 Cieszyn, ul. Bobrecka 29, Starostwo Powiatowe w Cieszynie	zapewnienie konsumentom bezpłatnego poradnictwa i informacji prawnej w zakresie ochrony ich interesów; występowanie do przedsiębiorców w sprawach o ochronę praw i interesów konsumentów; współdziałanie z właściwymi terytorialnie delegaturami Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów, organami Inspekcji Handlowej oraz organizacjami konsumenckimi; wykonywanie innych zadań określonych w ustawie o ochronie konkurencji i konsumentów lub w przepisach odrębnych	tel. 33 4777 311 sr@powiat.cieszyn.pl	osobiście, telefonicznie oraz mailowo	poniedziałek 7:30–15:30 wtorek: 7:30–15:30 środa 7:30–15:30 czwartek 8:00–17:00	osoby (konsumenti) zamieszkujące na terenie Powiatu Cieszyńskiego
	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	00-950 Warszawa, Plac Powstańców Warszawy 1	porady dot. skutecznego składania reklamacji, zwrotu towaru, rozwiązania umowy z usługodawcą lub skutecznego dochodzenia swoich praw	Infolinia Konsumenta: tel. 801 440 220; tel. 22 290 89 16 www.uokik.gov.pl/ porady@dlakonsumentow.pl	telefonicznie	poniedziałek–piątek 8.00-18.00	konsumenti potrzebujący porady z zakresu prawa konsumentów
z zakresu praw dziecka	Rzecznik Praw Dziecka	00-791 Warszawa, ul. Chocimska 6	stanie 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	1. telefon: (22) 583 66 00 2. fax: (22) 583 66 96 rpd@brpd.gov.pl 3. Infolinia: 800 12 12 12 http://brpd.gov.pl/	• elektronicznie • pisemnie, • telefonicznie • osobiście	1. poniedziałek–piątek 8:15–16:15 2. całonocowo 3. 8:15–20:00	osoby doświadczające lub będące świadkami w sprawach przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych
	Narodowy Fundusz Zdrowia. Śląski Oddział Wojewódzki. Sekcja Obsługi Ubezpieczonych w Cieszynie	Narodowy Fundusz Zdrowia. Śląski Oddział Wojewódzki. Sekcja Obsługi Ubezpieczonych ul. Bobrecka 27, 43-400 Cieszyn	obsługa świadczeniobiorców w zakresie: Kart Ubezpieczenia Zdrowotnego (KUZ), Europejskich Kart Ubezpieczenia Zdrowotnego, zaopatrzenia w środki pomocnicze oraz przedmioty ortopedyczne, przyjmowania wniosków i wydawania danych dostępowych do Zintegrowanego Informatora Pacjenta (ZIP), weryfikacji ubezpieczenia	Infolinia: 800 190 590	telefonicznie lub osobiście	poniedziałek–piątek 8:00-16:00	pacjenci, świadczeniodawcy

z zakresu praw pacjenta	Śląski Oddział Wojewódzki NFZ w Katowicach	Śląski Oddział Wojewódzki NFZ ul. Kossutha 13, 40-844 Katowice	zabezpieczenie potrzeb zdrowotnych pacjentów oraz ochrona ich praw	Infolinia: 800 190 590 fax 32 735 15 71	telefonicznie, pisemnie, osobiście	poniedziałek 8:00- 16:00 wtorek 8:00-16:00 (Sekcja Obsługi Ubezpieczonych w Katowicach 8:00-18:00) środa-piątek 8:00-16:00	pacjenci, świadczeniodawcy
	Narodowy Fundusz Zdrowia w Warszawie Centrala NFZ	NFZ ul. Rakowiecka 26/30, 02-528 Warszawa	zabezpieczenie potrzeb zdrowotnych pacjentów oraz ochrona ich praw	tel. 22 574 19 35 KancelariaElektroniczna@nfz.gov.pl ePuap: /NFZ-Centrala/SkrytkaESP Infolinia: 800 190 590 www.nfz.gov.pl	telefonicznie, elektronicznie, pisemnie	poniedziałek-piątek 8:00-16:00	pacjenci, świadczeniodawcy
	Rzecznik Praw Pacjenta	1. Biuro Rzecznika Praw Pacjenta ul. Młynarska 46 01-171 Warszawa	ochrona praw pacjentów określonych w ustawie o prawach pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta	1. Sekretariat: tel. 22 532 - 82 50 fax. 22 506 50 64 kancelaria@rpp.gov.pl 2. Infolinia: 800 190 590	rejestracja mailowa (rezerwacja@rpp.gov.pl) lub telefoniczna (22 532-82-43)	1. poniedziałek 9:00-18:00 wtorek-piątek 9:00-15:00 2. poniedziałek- piątek 8:00-18:00	osoby potrzebujące porady z zakresu prawa pacjenta
	Biuro Pełnomocnika Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych	ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa Telefon (22) 461 60 00 KORESPONDENCJA Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	ochrona praw osób niepełnosprawnych	tel. 538 117 590 www.niepelnosprawni.gov.pl sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	telefonicznie	poniedziałek-piątek 8:00-17:00	osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych
z zakresu ubezpieczeń społecznych	Zakład Ubezpieczeń Społecznych Inspektorat w Cieszynie	43-400 Cieszyn, ul. Bielska 29	ubezpieczenia społeczne	tel. 22 560 16 00 (z telefonów stacjonarnych i komórkowych)	osobiście lub telefonicznie	poniedziałek 8:00-17:00 wtorek-piątek 8:00-15:00	osoby zamieszkujące na terenie Powiatu Cieszyńskiego
	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w Centrum Obsługi Telefonicznej lub podczas wizyty osobistej w placówce jak wyżej. Nr centrali : (22) 667 10 00	pomoc techniczna, składki, renty, emerytury	tel. (22) 560 16 00 www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot cot@zus.pl	telefonicznie	poniedziałek-piątek 7:00-18:00	osoby, które są: ubezpieczonymi, płatnikami, lekarzami
z zakresu prawa pracy	Państwowa Inspekcja Pracy Oddział w Bielsku-Białej	43-300 Bielsko-Biała, ul. Piastowska 40	nadzór i kontrola przestrzegania prawa pracy	tel.: 33 829 13 40; 32 60 41 208 www.katowice.oip.pl	osobiście	poniedziałek, środa, piątek 10:00-14:00	osoby potrzebujące porady z zakresu prawa pracy
	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa	nieodpłatne porady prawne w zakresie prawa pracy	tel. 801 002 006 (z telefonów stacjonarnych) tel. 459 599 000 (z telefonów komórkowych)	telefonicznie	poniedziałek-piątek 9:00-15.00	osoby potrzebujące porady z zakresu prawa pracy
	Urząd Skarbowy w Cieszynie	43-400 Cieszyn, ul. Kraszewskiego 4	prawo podatkowe	tel. 33 852 63 00 fax 33 852 63 30 sekretariat.us.cieszyn@mf.gov.pl	rejestracja https://www.slaskie.kas.gov.pl/web/bip-2401/izba-administracji-skarbowej-w-katowicach/zalatwanie-spraw/umow-wizyte-w-urzedzie-skarbowym	poniedziałek 8:00-18:00 wtorek-piątek 8:00-14:30	osoby zamieszkujące na terenie Powiatu Cieszyńskiego

z zakresu prawa podatkowego	Krajowa Informacja Skarbowa	ul. Teodora Sixta 17, 43-300 Bielsko-Biała	informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc	tel. 801 055 055 (z tel. stacjonarnych) tel. (22) 330 03 30 (z tel. komórkowych) tel. + 48 (22)33 00 330 (z tel. zagranicznych) www.kis.gov.pl więcej: https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa	telefonicznie lub osobiście	poniedziałek-piątek 8:00-18:00	z porad może skorzystać każdy podatnik
dla osób w sporze z podmiotami rynku finansowego	Rzecznik Finansowy	00-695 Warszawa, ul. Nowogrodzka 47A	wspieranie klientów w sporach z podmiotami rynku finansowego	1.tel. 22 333 73 28; 2. tel. 22 333 73 25; 3. tel. 22 333 73 32; 4. tel. 22 333 73 26 lub 22 333 73 27 4. porady@rf.gov.pl	telefonicznie	1. poniedziałek-piątek 9:00-14:00; 2. poniedziałek-piątek 8:00-16:00 3. poniedziałek-piątek 12:00-14:00 4. poniedziałek-piątek 10:00-14:00	1. ubezpieczenia gospodarcze 2. problemy z bankami i na rynku kapitałowym 3. otwarte fundusze emerytalne i pracownicze programy emerytalne 4. status wniosku
inne (wpisać jakie)	Rzecznik Praw Obywatelskich	1. Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich al. Solidarności 77 00-090 Warszawa 2. Biuro Pełnomocnika Terenowego RPO ul. Jagiellońska 25, 40-032 Katowice	dbanie o wolność i prawa człowieka i obywatela, w tym realizacja zasady równego traktowania. Badanie, czy na skutek działania lub zaniechania organów władzy publicznej nie nastąpiło naruszenie prawa, zasad współżycia i sprawiedliwości społecznej oraz czy nie doszło do aktów dyskryminacji. Monitorowanie wdrażanie Konwencji ONZ o prawach osób niepełnosprawnych	1. tel. centrali: 22 55 17 700 fax: 22 827 64 53 www.rpo.gov.pl biurorzecznika@brpo.gov.pl 2. tel. 32 72 86 800 3. INFOLINIA - 800 676 676	• elektronicznie • pisemnie, • telefonicznie • osobiście w biurach RPO Warszawie, w Gdańsku, Katowicach, Wrocławiu	1. poniedziałek 9:00-17:00 wtorek-piątek 9:00-15:00 2. poniedziałek, środa, piątek 9:00-15:00 wtorek 10:00-17:00 3. poniedziałek 10:00-18:00 wtorek-piątek 8:00-16:00	każdy polski obywatel lub cudzoziemiec (jeśli znajduje się pod władzą RP), a także grupa obywateli lub organizacja może zwrócić się do Rzecznika o pomoc w ochronie swoich praw naruszonych przez władzę publiczną (sądy, publiczną służbę zdrowia, szkoły i uczelnie, policję, urząd gminy itd.)
	Ośrodek Pomocy Społecznej w Skoczowie	43-430 Skoczów, ul. G. Morcinka 18	porady prawne (problemy uzależnień i przemocy w rodzinie)	tel. 33 853 34 52; ops.skoczow.pl	telefonicznie lub osobiście	każdy czwartek miesiąca 15:30-17:30,	osoby i rodziny z problemem alkoholowym i przemocy w rodzinie
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Strumieniu	43-246 Strumień, ul. 1 Maja 18	porady prawne (problemy uzależnień i przemocy w rodzinie)	tel. 33 857 14 60; www.mops.strumien.pl	telefonicznie lub osobiście	każdy pierwszy i trzeci wtorek miesiąca 15:00-17:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Strumień
Jednostki niepubliczne działające na zlecenie							
psychologiczne	Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego	Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66	kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze	tel. 800 70 2222 (bezpłatna infolinia) www.centrumwsparcia.pl porady@centrumwsparcia.pl	telefonicznie	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	osoby będące w kryzysie psychicznym

w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień	Niepubliczny Zakład Opieki Psychiatryczno-Psychologicznej Variusmed s.c. w Cieszynie	43-400 Cieszyn, ul. Mennicza 20	udzielanie mieszkańcom Cieszyna gwarantowanych świadczeń zdrowotnych z zakresu terapii uzależnienia i współuzależnienia od alkoholu przeprowadzonego: 1) z zakresu psychoterapii dla osób uzależnionych od alkoholu (tzw. after care) dla pacjentów, którzy ukończyli podstawowy program terapii w systemie ambulatoryjnym lub stacjonarnym: - w wymiarze 24 godzin. 2) z zakresu pogłębionej terapii dla osób uzależnionych: - w wymiarze 24 godzin. 3) z zakresu psychoterapii dla osób współuzależnionych: - w wymiarze 48 godzin.	tel. 33 858 13 86	telefonicznie	termin ustalany indywidualnie	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Cieszyn, osoby uzależnione, współuzależnione z syndromem DDA
	Punkt Konsultacyjny Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Istebnej	43-470 Istebna 550	porady psychologa dla osób nieletnich oraz dorosłych porady prawne	psycholog - 505502162 prawnik - 608194499	telefonicznie	porady psychologa dla: -dorosłych: poniedziałek 16:00-20:00 -nieletnich: piątek 15:00-19:00 porady prawnika w pierwszą i trzecią środę miesiąca 8:30-10:30	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Istebna
w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	Powiatowy Ośrodek Wsparcia dla Osób Dotkniętych Przemocą w Rodzinie w Cieszynie	43-400 Cieszyn, ul. Mała Łąka 17a	praca socjalna, interwencja kryzysowa	tel. 33 851 29 29	bez rejestracji	placówka całodobowa	osoby doświadczające przemocy w rodzinie, zamieszkujące na terenie Powiatu Cieszyńskiego
	Powiatowy Ośrodek Wsparcia dla Osób Dotkniętych Przemocą w Rodzinie w Cieszynie	43-400 Cieszyn, ul. Mała Łąka 17a	poradnictwo psychologiczne i prawne, grupa wsparcia dla dorosłych, grupa socjoterapeutyczna dla dzieci, terapia pedagogiczna dla dzieci i młodzieży	tel. 33 851 29 29	telefonicznie lub osobiście	placówka całodobowa	osoby doświadczające przemocy w rodzinie, zamieszkujące na terenie Powiatu Cieszyńskiego
w ramach interwencji kryzysowej	Punkt Interwencji Kryzysowej w Cieszynie	43-400 Cieszyn, ul. Ks. Janusza 3	poradnictwo psychologiczne, w tym interwencja kryzysowa, poradnictwo prawne	tel. 33 479 53 54	<u>interwencja kryzysowa</u> - bez rejestracji, <u>poradnictwo psychologiczne i prawne</u> - konieczna wcześniejsza rejestracja telefoniczna lub osobista	poniedziałek 8:00-16:00, wtorek 8:00-17:00, środa 8:00-16:00, czwartek 8:00-16:00, piątek 8:00-15:00	osoby w sytuacji kryzysowej, zamieszkujące na terenie Powiatu Cieszyńskiego

Jednostki prowadzące działalność pożytku publicznego działające na zlecenie, którym powierzono zadania z zakresu poradnictwa specjalistycznego na podstawie odrębnych przepisów

rodzinne	Fundacja Świętego Antoniego w Ustroniu	43-450 Ustroń, ul. Kościelna 21	poradnictwo rodzinne	tel. 33 854 17 72, fundsa@interia.pl	osobiście	druga i czwarta środa miesiąca 16:30-18:00	osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej lub materialnej
	Stowarzyszenie Pomocy Wzajemnej "Być Razem" w Cieszyń	43-400 Cieszyń, ul. Ks. Janusza 3	poradnictwo prawne z zakresu: świadczenia alimentacyjne, prawa do opieki nad dzieckiem, ograniczenie lub pozbawienie praw rodzicielskich, rozwód, separacja, rozdzielność majątkowa, dziedziczenie długów, ustalenie ojcostwa, ubezwłasnowolnienie, eksmisja, rodziny zastępcze oraz adopcja, przerwanie sytuacji przemocy i ochrona osób jej doświadczających	tel. 33 479 54 55; www.bycrazem.com	telefonicznie	wtorek 16:00-18:00 (dla mieszkańców gminy Cieszyń); środa 16.00 - 18.30 (dla mieszkańców Powiatu Cieszyńskiego)	osoby zamieszkujące na terenie Powiatu Cieszyńskiego
	Stowarzyszenie Można Inaczej w Ustroniu	43-450 Ustroń, ul. Partyzantów 2A	poradnictwo rodzinne, w tym pomoc rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywanie szans tych rodzin i osób	tel. 500 231 259, www.moznainaczej.org.pl	telefonicznie	termin ustalany indywidualnie	osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej
psychologiczne	Centrum Informacji i Wsparcia Osób z Niepełnosprawnościami w Cieszyń prowadzone przez Stowarzyszenie Na Rzecz Integracji TRIANON PL	43-400 Cieszyń, ul. Bielska 4	konsultacje psychologiczne i poradnictwo psychospołeczne	tel. 33 445 70 11	telefonicznie, osobiście	termin ustalany telefonicznie	osoby niepełnosprawne
	Stowarzyszenie Pomocy Wzajemnej "Być Razem" w Cieszyń Centrum Profilaktyki i Edukacji "Kontakt"	43-400 Cieszyń, ul. Ks. Janusza 3	depresja, myśli samobójcze, zaburzenia lękowe, zaburzenia osobowości, zaburzenia psychiczne, anoreksja, bulimia, problemy adolescencji, zaburzenia więzi, zaburzenia adaptacyjne, trudności wychowawcze, przemoc, rozwody, współzależnienie, zalecenia z Sądu Rodzinnego do terapii rodzinnej, praca systemowa z całą rodziną, możliwość konsultacji rodzinnych oraz psychoterapia	tel. 33 479 54 55; www.bycrazem.com	telefonicznie	poniedziałek-piątek 8:00-15:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Cieszyń
pedagogiczne	Stowarzyszenie Można Inaczej w Ustroniu	43-450 Ustroń, ul. Partyzantów 2A	poradnictwo pedagogiczne (nauka, oświata, edukacja, wychowanie)	tel. 500 231 259, www.moznainaczej.org.pl	telefonicznie	termin ustalany indywidualnie	osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej

w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień	Cieszyńskie Stowarzyszenie Klub Abstynentów "Familia" w Cieszynie	43-400 Cieszyn, ul. Błogocka 30 A	grupa wsparcia z psychologiem, grupa dla współuzależnionych, dyżur terapeutę uzależnień, Mityng AA, Mityng dla współuzależnionych	tel. 33 852 40 00	telefonicznie	terapeuta (alkohol)- dwa razy w miesiącu 17:15-20:00; terapeuta uzależnień- wtorek 10:00-12:00 i czwartek 17:00-20:00 AA- piątek 18:00-20:00 Al.-Anion współuzależnieni- piątek 18:00-20:00	osoby uzależnione, współuzależnione, pijące szkodliwie, ryzykownie
	Stowarzyszenie Pomocy Wzajemnej "Być Razem" w Cieszynie Punkt konsultacyjny ds. Narkomanii	43-400 Cieszyn, ul. Ks. Janusza 3	wstępna diagnoza uzależnienia, psychoedukacja, konsultacje indywidualne i rodzinne, terapia uzależnienia, udzielanie informacji na temat możliwości leczenia uzależnienia od narkotyków w Polsce, wspieranie decyzji o leczeniu i motywowanie do podjęcia terapii w poradni ambulatoryjnej lub ośrodku stacjonarnym, terapia rodzinna	tel. 33 479 54 55; www.byczazem.com	telefonicznie	środa 12:00-16:00 piątek 12:00-16:00	osoby eksperymentujące z narkotykami
w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	Stowarzyszenie Można Inaczej w Ustroniu	43-450 Ustroń, ul. Partyzantów 2A	poradnictwo dot. przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie	tel. 500 231 259, www.moznainaczej.org.pl	telefonicznie	termin ustalany indywidualnie	osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej
w ramach interwencji kryzysowej	Stowarzyszenie Pomocy Wzajemnej "Być Razem" w Cieszynie	43-400 Cieszyn, ul. Ks. Janusza 3	porady dla rodzin i osób, które znalazły się w szczególnie trudnej sytuacji życiowej spowodowanej utratą, próbami samobójczymi, poważną chorobą, wypadkami komunikacyjnymi, doświadczeniem przemocy w formie napadu i gwałtu lub innej sytuacji związanej z nagłą utratą poczucia bezpieczeństwa, pogorszeniem funkcjonowania i poczuciem bezradności	tel. 33 479 54 55; www.byczazem.com	telefonicznie	poniedziałek 8:00-16:00 wtorek 8:00-17:00 środa 8:00-16:00 czwartek 8:00-16:00 piątek 8:00-15:00	osoby zamieszkujące na terenie Powiatu Cieszyńskiego- interwencje

inne (wpisać jakie)	Stowarzyszenie Pomocy Wzajemnej "Być Razem"-	43-400 Cieszyn, ul. Ks. Janusza 3	grupa wsparcia o charakterze socjoterapeutycznym dla dzieci i młodzieży (9-11 lat, 12-14 lat oraz 15-17 lat)	(33) 47954 55	telefonicznie	grupa odbywa się jeden raz w tygodniu	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Cieszyn
---------------------	--	-----------------------------------	--	---------------	---------------	---------------------------------------	--

Punkty nieodpłatnej pomocy prawnej i mediacji

Nieodpłatna pomoc prawna i mediacja	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i mediacji w Wiśle (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) <i>Prowadzony przez adwokatów</i>	43-460 Wisła, Pl. B. Hoffa 3 budynek Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej	prawa: pracy, cywilne, karne, administracyjne, ubezpieczeń społecznych, rodzinne, podatkowe, celne, dewizowe, handlowe; sprawy z zakresu prowadzenia działalności gospodarczej	tel. 33 4777 239 bip.powiat.cieszyn.pl/artukul/265/7599/pomoc-prawna	rejestracja telefoniczna 33 4777 239 od poniedziałku do piątku 7:30-15:30 lub elektronicznie https://zapisy-np.ms.gov.pl/	wtorek 11:00-16:00 środa 8:00-13:00	wszystkie osoby, które nie są w stanie ponieść kosztów za odpłatne usługi prawnicze (w tym osoby fizyczne prowadzące jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniające innych osób w ciągu ostatniego roku) oraz złożyć stosowne oświadczenie
	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i mediacji w Istebnej (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) <i>Prowadzony przez adwokatów</i>	43-470 Istebna 550 budynek Zespołu Szkół w Istebnej	prawa: pracy, cywilne, karne, administracyjne, ubezpieczeń społecznych, rodzinne, podatkowe, celne, dewizowe, handlowe; sprawy z zakresu prowadzenia działalności gospodarczej	tel. 33 4777 239 bip.powiat.cieszyn.pl/artukul/265/7599/pomoc-prawna	rejestracja telefoniczna 33 4777 239 od poniedziałku do piątku 7:30-15:30 lub elektronicznie https://zapisy-np.ms.gov.pl/	poniedziałek 8:00-13:00 piątek 13:00-18:00	wszystkie osoby, które nie są w stanie ponieść kosztów za odpłatne usługi prawnicze (w tym osoby fizyczne prowadzące jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniające innych osób w ciągu ostatniego roku) oraz złożyć stosowne oświadczenie
Nieodpłatna pomoc prawna i mediacja	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i mediacji w Górkach Małych (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) <i>Prowadzony przez adwokatów</i>	43-436 Górki Małe, ul. Zalesie 3 budynek Ośrodka Zdrowia	prawa: pracy, cywilne, karne, administracyjne, ubezpieczeń społecznych, rodzinne, podatkowe, celne, dewizowe, handlowe; sprawy z zakresu prowadzenia działalności gospodarczej	tel. 33 4777 239 bip.powiat.cieszyn.pl/artukul/265/7599/pomoc-prawna	rejestracja telefoniczna 33 4777 239 od poniedziałku do piątku 7:30-15:30 lub elektronicznie https://zapisy-np.ms.gov.pl/	środa 10:00-15:00 piątek 9:00-14:00	wszystkie osoby, które nie są w stanie ponieść kosztów za odpłatne usługi prawnicze (w tym osoby fizyczne prowadzące jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniające innych osób w ciągu ostatniego roku) oraz złożyć stosowne oświadczenie

Nieodpłatna pomoc prawna i mediacja	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i mediacji w Goleszowie (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) <i>Prowadzony przez radców prawnych</i>	43-440 Goleszów, ul. Cieszyńska 29 budynek Centrum Usług Społecznych	prawa: pracy, cywilne, karne, administracyjne, ubezpieczeń społecznych, rodzinne, podatkowe, celne, dewizowe, handlowe; sprawy z zakresu prowadzenia działalności gospodarczej	tel. 33 4777 239 bip.powiat.cieszyn.pl/artukul/265/7599/pomoc-prawna	rejestracja telefoniczna 33 4777 239 od poniedziałku do piątku 7:30-15:30 lub elektronicznie https://zapisy-np.ms.gov.pl/	poniedziałek 9:00-14:00 piątek 9:00-14:00	wszystkie osoby, które nie są w stanie ponieść kosztów za odpłatne usługi prawnicze (w tym osoby fizyczne prowadzące jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniające innych osób w ciągu ostatniego roku) oraz złożyć stosowne oświadczenie
Nieodpłatna pomoc prawna i mediacja	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i mediacji w Skoczowie (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) <i>Prowadzony przez radców prawnych</i>	43-430 Skoczów, ul. Mickiewicza 9 lokal 3 budynek Miejskiego Centrum Kultury i Biblioteki Publicznej	prawa: pracy, cywilne, karne, administracyjne, ubezpieczeń społecznych, rodzinne, podatkowe, celne, dewizowe, handlowe; sprawy z zakresu prowadzenia działalności gospodarczej	tel. 33 4777 239 bip.powiat.cieszyn.pl/artukul/265/7599/pomoc-prawna	rejestracja telefoniczna 33 4777 239 od poniedziałku do piątku 7:30-15:30 lub elektronicznie https://zapisy-np.ms.gov.pl/	poniedziałek 8:00-12:00 wtorek 8:00-12:00 środa 12:00-16:00 czwartek 8:00-12:00 piątek 8:00-12:00	wszystkie osoby, które nie są w stanie ponieść kosztów za odpłatne usługi prawnicze (w tym osoby fizyczne prowadzące jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniające innych osób w ciągu ostatniego roku) oraz złożyć stosowne oświadczenie
Nieodpłatna pomoc prawna i mediacja	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i mediacji w Zebrzydowicach (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) <i>Prowadzony przez organizację pozarządową: Stowarzyszenie Sursum Corda (adwokat, mgr prawa)</i>	43-410 Zebrzydowice, ul. Ks. A. Janusza 6 budynek Urzędu Gminy	prawa: pracy, cywilne, karne, administracyjne, ubezpieczeń społecznych, rodzinne, podatkowe, celne, dewizowe, handlowe; sprawy z zakresu prowadzenia działalności gospodarczej	tel. 33 4777 239 bip.powiat.cieszyn.pl/artukul/265/7599/pomoc-prawna	rejestracja telefoniczna 33 4777 239 od poniedziałku do piątku 7:30-15:30 lub elektronicznie https://zapisy-np.ms.gov.pl/	poniedziałek 8:00-12:00 wtorek 8:00-12:00 środa 14:00-18:00 czwartek 8:00-12:00 piątek 13:00-17:00	wszystkie osoby, które nie są w stanie ponieść kosztów za odpłatne usługi prawnicze (w tym osoby fizyczne prowadzące jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniające innych osób w ciągu ostatniego roku) oraz złożyć stosowne oświadczenie
Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie i mediacja	Punkt nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego i mediacji w Chybiu (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) <i>Prowadzony przez organizację pozarządową Stowarzyszenie Sursum Corda (doradca obywatelski, radca prawny, adwokat)</i>	43-520 Chybie, ul. Bielska 78 budynek Urzędu Gminy	nieodpłatne poradnictwo obywatelskie obejmuje różnorodne dziedziny, w tym między innymi kwestie zadłużień, sprawy mieszkaniowe oraz problemy z zakresu ubezpieczeń społecznych.	tel. 33 4777 239 bip.powiat.cieszyn.pl/artukul/265/7599/pomoc-prawna	rejestracja telefoniczna 33 4777 239 od poniedziałku do piątku 7:30-15:30 lub elektronicznie https://zapisy-np.ms.gov.pl/	poniedziałek 8:00-12:00 wtorek 12:30-16:30 środa 11:00-15:00 czwartek 8:00-12:00 piątek 8:00-12:00	wszystkie osoby, które nie są w stanie ponieść kosztów za odpłatne usługi prawnicze (w tym osoby fizyczne prowadzące jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniające innych osób w ciągu ostatniego roku) oraz złożyć stosowne oświadczenie

Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie i mediacja	Punkt nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego i mediacji w Hażlachu (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) <i>Prowadzony przez organizację pozarządową Stowarzyszenie Sursum Corda (doradca obywatelski, radca prawny, adwokat)</i>	43-419 Hażlach, ul. Główna 37 budynek Gminnej Biblioteki Publicznej	nieodpłatne poradnictwo obywatelskie obejmuje różnorodne dziedziny, w tym między innymi kwestie zadłużeń, sprawy mieszkaniowe oraz problemy z zakresu ubezpieczeń społecznych.	tel. 33 4777 239 bip.powiat.cieszyn.pl/arttykul/265/7599/pomoc-prawna	rejestracja telefoniczna 33 4777 239 od poniedziałku do piątku 7:30-15:30 lub elektronicznie https://zapisy-np.ms.gov.pl/	poniedziałek 15:00-19:00 wtorek 15:00-19:00 środa 15:00-19:00	wszystkie osoby, które nie są w stanie ponieść kosztów za odpłatne usługi prawnicze (w tym osoby fizyczne prowadzące jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniające innych osób w ciągu ostatniego roku) oraz złożyć stosowne oświadczenie
	Punkt nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego i mediacji w Pogwizdowie (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) <i>Prowadzony przez organizację pozarządową Stowarzyszenie Sursum Corda (doradca obywatelski, radca prawny, adwokat)</i>	43-418 Pogwizdów, ul. Katowicka 5 budynek Gminnej Biblioteki Publicznej	nieodpłatne poradnictwo obywatelskie obejmuje różnorodne dziedziny, w tym między innymi kwestie zadłużeń, sprawy mieszkaniowe oraz problemy z zakresu ubezpieczeń społecznych.	tel. 33 4777 239 bip.powiat.cieszyn.pl/arttykul/265/7599/pomoc-prawna	rejestracja telefoniczna 33 4777 239 od poniedziałku do piątku 7:30-15:30 lub elektronicznie https://zapisy-np.ms.gov.pl/	środa 14:00-18:00 piątek 14:00-18:00	wszystkie osoby, które nie są w stanie ponieść kosztów za odpłatne usługi prawnicze (w tym osoby fizyczne prowadzące jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniające innych osób w ciągu ostatniego roku) oraz złożyć stosowne oświadczenie
Nieodpłatna pomoc prawna i mediacja	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i mediacji w Cieszynie (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) <i>Prowadzony przez organizację pozarządową: Stowarzyszenie Sursum Corda (radca prawny, adwokat, mediator)</i>	43-400 Cieszyn, ul. Bobrecka 29 budynek Starostwa Powiatowego w Cieszynie	prawa: pracy, cywilne, karne, administracyjne, ubezpieczeń społecznych, rodzinne, podatkowe, celne, dewizowe, handlowe; sprawy z zakresu prowadzenia działalności gospodarczej	tel. 33 4777 239 bip.powiat.cieszyn.pl/arttykul/265/7599/pomoc-prawna	rejestracja telefoniczna 33 4777 239 od poniedziałku do piątku 7:30-15:30 lub elektronicznie https://np.ms.gov.pl/%C5%9htps://zapisy-np.ms.gov.pl/	poniedziałek 15:00-19:00 wtorek 15:00-19:00 środa 15:00-19:00 czwartek 15:00-19:00 (specjalizacja nieodpłatna mediacja) piątek 8:00-12:00	wszystkie osoby, które nie są w stanie ponieść kosztów za odpłatne usługi prawnicze (w tym osoby fizyczne prowadzące jednoosobową działalność gospodarczą niezatrudniające innych osób w ciągu ostatniego roku) oraz złożyć stosowne oświadczenie

Zaktualizowano w dniu 01.08.2022 r.