



## **PUNKTY WSPARCIA KLIENTA W SYTUACJI KRYZYSOWEJ**



**BEZPŁATNE PUNKTY WSPARCIA KLIENTA W SYTUACJI KRYZYSOWEJ  
POMOC W ZAKRESIE:**

---

➤ **PRAWNYM**

**MIASTO GORZÓW**

- Okręgowy Inspektorat Pracy w Zielonej Górze, ul. Dekoracyjna 8, Zielona Góra, tel. 68 451 39 00  
- Oddział w Gorzowie Wielkopolskim, ul. Mościckiego 6, tel. 68 413 08 13 / 801 002 820  
tel. 801 002 977 – dla osób dzwoniących z telefonów stacjonarnych  
tel. 459 599 033 – dla osób dzwoniących z telefonów komórkowych
- Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy:  
tel. 801 002 006 - dla osób dzwoniących z telefonów stacjonarnych  
tel. 459 599 000 - dla osób dzwoniących z telefonów komórkowych
- Urząd Miasta Gorzowa Wielkopolskiego  
Zapisy na porady tel.: 95 73 55 909 (w godzinach pracy Urzędu Miasta), osoby doświadczające trudności  
w komunikowaniu się e-mail: [wss@um.gorzow.pl](mailto:wss@um.gorzow.pl)
  - Wydział Spraw Społecznych, ul. Teatralna 26, I p., pok. nr 111, ul. Wawrzyniaka 4
  - Gorzowskie Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Walczaka 42, pok. nr 207
  - Gorzowskie Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Jagiełły 7, pok. nr 25 b
  - Zespół Szkół nr 12, ul. Śląska 20, I p., pok. nr 16
  - Zakład Gospodarki Mieszkaniowej, ul. Wełniany Rynek 3, III p., pok. nr 28
  - Budynek „LAMUS” Gorzów Wlkp. ul. Sikorskiego 5, pok. nr 1

Szczegóły/więcej: <https://um.gorzow.pl/nieodplatna-pomoc-prawna.html>

**POWIAT GORZOWSKI**

- Starostwo Powiatowe w Gorzowie Wielkopolskim  
Zapisy na porady tel.: 95 7333 04 06, e-mail: [porady-p.gorzowski@civis-sum.org.pl](mailto:porady-p.gorzowski@civis-sum.org.pl)
- Gminne Centrum Informacji w Bogdańcu, ul. Mickiewicza 54
- Stacja Kultury w Deszczynie, ul. Kolejowa 4
- Gminny Ośrodek Kultury w Kłodawie, ul. Jeziorna 8
- Kostrzyńskie Centrum Kultury „Kręgielnia” w Kostrzynie nad Odrą, ul. Fabryczna 5
- Urząd Gminy w Lubiszynie, sala konferencyjna, Plac Jedności Robotniczej 7
- Gminny Ośrodek Kultury w Santoku, ul. Gorzowska 37
- Urząd Miasta i Gminy w Santoku, Plac A. Zabłockiego 6

Szczegóły/więcej: [https://bip.powiatgorzowski.pl/196/Nieodplatna\\_Pomoc\\_Prawna/](https://bip.powiatgorzowski.pl/196/Nieodplatna_Pomoc_Prawna/)

**POWIAT MIĘDZYRZECKI**

- Starostwo Powiatowe w Międzyrzeczu, ul. Przemysłowa 2, pok. nr 13  
Zapisy na porady tel. 95 742 84 76, kom. 504 247 974 (w godzinach pracy urzędu), można również skorzystać ze  
środków porozumiewania się na odległość oraz poza lokalem, umówić wizytę za pośrednictwem Koordynatora  
powiatowego lub samodzielnie poprzez ogólnopolski portal zapisywania wizyt - <https://np.ms.gov.pl/zapisy>
- Urząd Gminy w Przytocznej, ul. Rokitniańska 4 pok.19
- Zakład Usług Komunalnych w Skwierzynie, ul. Chrobrego 5, pok. 9
- Ośrodek Pomocy Społecznej w Trzcielcu, Plac Zjednoczenia Narodowego 9

Szczegóły/więcej: [https://www.powiat-miedzyrzecki.pl/system/obj/1949\\_2023.01.05\\_npp\\_lista\\_kontakty\\_punkty.pdf](https://www.powiat-miedzyrzecki.pl/system/obj/1949_2023.01.05_npp_lista_kontakty_punkty.pdf)

## BEZPŁATNE PUNKTY WSPARCIA KLIENTA W SYTUACJI KRYZYSOWEJ POMOC W ZAKRESIE:

---

### POWIAT SŁUBICKI

- Starostwo Powiatowe w Słubicach, Wydział Komunikacji i Dróg, pok. nr 1  
Zapisy na porady tel. 95 759 20 29, on-line: [np.ms.gov.pl/lubuskie/slubicki](http://np.ms.gov.pl/lubuskie/slubicki)
- Miejski Dom Kultury w Rzepinie (świątlica nr 2) ul. Słubicka 3
- Budynek przy stadionie miejskim w Cybince przy ul. Dąbrowskiego 32
- Urząd Miejski w Ośnie Lubuskim, ul. Rynek 1, lokal nr 9
- Urząd Gminy w Górzycy, ul. 1 Maja 1

Szczegółowe informacje:

[https://bip.powiatyslubicki.pl/213/574/Lokalizacja\\_punktow\\_nieodplatnej\\_pomocy\\_i\\_poradnictwa\\_obywatelskiego\\_2C\\_rodzaj\\_swiadczonych\\_uslug\\_2C\\_harmonogram\\_2C\\_sposob\\_zapisow/](https://bip.powiatyslubicki.pl/213/574/Lokalizacja_punktow_nieodplatnej_pomocy_i_poradnictwa_obywatelskiego_2C_rodzaj_swiadczonych_uslug_2C_harmonogram_2C_sposob_zapisow/)

### POWIAT SULECIŃSKI

- Starostwo Powiatowe w Sulęcinie, ul. Lipowa 16 - sekretariat, tel. 95 755 52 43 wew.10  
Zapisy na porady tel. 509 256 700, e-mail: [nieodplatnapomocprawna@powiatsulecinski.pl](mailto:nieodplatnapomocprawna@powiatsulecinski.pl)
- Powiatowy Urząd Pracy w Sulęcinie, ul. Lipowa 18B
- Zespół Szkół Licealnych i Zawodowych w Sulęcinie im. Unii Europejskiej, Centrum Kształcenia Ustawicznego (budynek warsztatów mechanicznych) ul. Witosza 49

### POWIAT STRZELECKO-DREZDENCKI

- Starostwo Powiatowe w Strzelcach Krajeńskich, ul. Ks. St. Wyszyńskiego 7, pok. nr 5A  
Zapisy na porady tel. 95 763 23 80; 698 009 662 - tylko w czasie dyżuru, mailowo pod adresem: [npp@fsd.pl](mailto:npp@fsd.pl)
- Szpital Powiatowy w Drezdenku, ul. Piłsudskiego 8

**[Szczegółowe informacje www.darmowapomocprawna.ms.gov.pl.](http://www.darmowapomocprawna.ms.gov.pl)**

### **PORADY PRAWNE DLA OBYWATELI UKRAINY**

- Caritas Diecezji Zielonogórsko-Gorzowskiej, Centrum Pomocy Migrantom i Uchodźcom, ul. Dworcowa 21  
Zielona Góra, poniedziałek od 10:00 do 18:00, od wtorku do piątku od 7:00 do 15:00, tel. 600 987 748,  
e-mail: [migranci.zgora@caritas.pl](mailto:migranci.zgora@caritas.pl)

Szczegółowe informacje: <https://www.facebook.com/CPMiUCaritasZG>

<https://www.facebook.com/CaritasDiecezjiZielonogorskoGorzowskiej>

- Fundacja Integracji i Rozwoju Cudzoziemców w Polsce, Centrum Migranta w Gorzowie Wielkopolskim,  
ul. Kosynierów Gdyńskich 54, od poniedziałku do środy oraz w piątki od 8:00 do 16:00, w czwartki od 10:00 do 18:00,  
tel. 791 112 933, e-mail: [fircwp@gmail.com](mailto:fircwp@gmail.com)

Szczegółowe informacje: <https://www.facebook.com/migrantgorzow>

<https://www.facebook.com/FundacjaIntegracjiRozwojuCudzoziemcowPolsce>

### ➤ **PSYCHOLOGICZNYM I PSYCHIATRYCZNYM**

### MIASTO GORZÓW

- Poradnia Zdrowia Psychicznego, ul. Walczaka 42, Gorzów Wielkopolski, tel. 95 782 78 72, 95 733 18 58
- Poradnia Zdrowia Psychicznego Marta Szczygielska-Dzwończyk, ul. Obrońców Pokoju 31a, Gorzów Wielkopolski,  
tel. 796 622 221
- Poradnia Zdrowia Psychicznego, ul. Dworcowa 4, Gorzów Wielkopolski, tel. 95 739 29 00, 95 739 29 01

**BEZPŁATNE PUNKTY WSPARCIA KLIENTA W SYTUACJI KRYZYSOWEJ  
POMOC W ZAKRESIE:**

---

- Poradnia Zdrowia Psychicznego, ul. Sienkiewicza 10-11, Gorzów Wielkopolski, tel. 95 737 75 44
- Instytut Zdrowia Psychicznego „Para Familia”, ul. Walczaka 12b/12, Gorzów Wielkopolski, II p., tel. 95 783 51 81
- Centrum Zdrowia Psychicznego - Oddział Psychiatryczny Ogólny dla Dorosłych, Poradnia Zdrowia Psychicznego ul. Walczaka 42, Gorzów Wielkopolski, tel. 95 782 78 80, 95 782 78 76
- Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży, ul. Walczaka 42, Gorzów Wielkopolski, tel. 95 782 79 51
- Ośrodek Interwencji Kryzysowej, ul. Okrzei 39, Gorzów Wielkopolski, tel. 95 721 42 15, e-mail: sekretariat@oik.pl
- Zespół Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych, ul. Czereśniowa 4, Gorzów Wielkopolski, tel. 95 732 07 36, e-mail: zpppgorzow@wp.pl
- Charytatywne Centrum Pomocy im. Jana Pawła II, Stowarzyszenie Pomocy Bliźniemu im. Brata Krystyna, ul. Słoneczna 63, Gorzów Wielkopolski, tel. 95 722 54 40
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Pankiewicza 5-7, Gorzów Wielkopolski, tel. 95 733 04 58
- Gorzowskie Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Walczaka 42, Gorzów Wielkopolski, tel. 95 715 13 60, ul. Jagiełły 7, pok. 25c, Gorzów Wielkopolski, tel. 519 319 523

**POWIAT GORZOWSKI**

- Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 1, ul. Józefa Pankiewicza 5-7, Gorzów Wielkopolski, tel. 95 733 0 4 67, 95 733 04 68, e-mail: porpsychped1@powiatgorzowski.pl
- Poradnia Zdrowia Psychicznego, ul. Narutowicza 6, Kostrzyn nad Odrą, tel. 41 240 00 00

**POWIAT MIĘDZYRZECKI**

- Poradnia Zdrowia Psychicznego, ul. Poznańska 109, Międzyrzecz-Obrzyce, tel. 95 742 87 56
- Samodzielny Publiczny Szpital dla Nerwowo i Psychiczenie Chorych, ul. Poznańska 109, Międzyrzecz, tel. 95 742 87 56, 506 934 627
- Ośrodek Pomocy Społecznej w Międzyrzeczu, ul. Wojska Polskiego 13b, Zespół Środowiskowego Leczenia Psychiatrycznego - wizyty domowe (psychiatra, psycholog, pielęgniarka), tel. 534 285 597

**POWIAT SŁUBICKI**

- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Słubicach ul. Sienkiewicza 28, tel. 95 758 21 40 wew. 21, 505 259 034

**POWIAT SULECIŃSKI**

- Specjalistyczna Poradnia Zdrowia Psychicznego w Sulęcinie, ul. Witosa 4, pok. 136, tel. 95 755 96 77

**POWIAT STRZELECKO-DREZDENCKI**

- Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Strzelcach Krajeńskich, ul. Okrężna 14, tel. 95 763 91 93
- Poradnia Zdrowia Psychicznego, ul. Piłsudskiego 8, Drezdenko, tel. 95 762 05 05, 538 135 491

**Aktualna Informacja** - Listy placówek, które mają podpisaną umowę z NFZ na usługi psychiatryczne:  
<https://aplikacje.nfz.gov.pl/umowy/>

**Aktualna Informacja** – Portal Pomocy Społecznej – Lista placówek pomocy społecznej: [www.ops.pl](http://www.ops.pl)

**BEZPŁATNE PUNKTY WSPARCIA KLIENTA W SYTUACJI KRYZYSOWEJ  
POMOC W ZAKRESIE:**

---

➤ **UZALEŻNIENÍ**

**MIASTO GORZÓW**

- Ośrodek Terapeutyczny „SZANSA”, Przychodnia Terapii Uzależnień i Współuzależnienia, ul. Mieszka I-go 57/3, Gorzów Wielkopolski, tel./fax 95 720 50 74, tel. dla pacjentów 505 922 442, e-mail: [otszansa@poczta.onet.pl](mailto:otszansa@poczta.onet.pl), [www.otszansa.pl](http://www.otszansa.pl)
- Stowarzyszenie MONAR Poradnia Profilaktyki, Leczenia i Terapii Uzależnień, ul. Ogińskiego 43, Gorzów Wielkopolski tel. 95 736 71 71, e-mail [gorzow@monar.org](mailto:gorzow@monar.org), INFOLINIA czynna od poniedziałku do piątku od 14:00 - 18:00, tel. 574 734 814
- Gorzowskie Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Drzymały 10, Gorzów Wielkopolski, tel. 519 319 539

**POWIATY**

- Poradnia Zdrowia Psychicznego i Leczenia Uzależnień, ul. Witosa 4, Sulęcín, tel. 95 755 96 77
- Punkt Konsultacyjny do Spraw Uzależnień i Przemocy w Rodzinie, ul. Kilińskiego 9a, Sulęcín, tel. 502 765 332
- Klub Abstynenta „Zdrój” w Skwierzynie, ul. Batorego 15a, tel. 95 717 00 78
- Samodzielny Publiczny Szpital dla Nerwowo i Psychiczenie Chorych, Poradnia Leczenia Uzależnień, ul. Poznańska 109, Międzyrzecz, tel. 95 742 87 56, 506 934 627

➤ **PRZEMOCY**

**MIASTO GORZÓW**

- Wojewódzkie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie "Niebieska Linia", Pełnomocnik ds. Patologii Społecznych, ul. Okrzei 39, Gorzów Wielkopolski, tel. 95 722 45 91, 95 721 42 15
- Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Gorzowie Wielkopolskim, ul. Okrzei 39, tel. 95 721 42 15  
e-mail: [sekretariat@gorzow.oik.pl](mailto:sekretariat@gorzow.oik.pl)
- Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie, ul. Okrzei 39, Gorzów Wielkopolski, tel. 95 724 41 60, e-mail: [interwencja@sow.com.pl](mailto:interwencja@sow.com.pl), [www.sow.com.pl](http://www.sow.com.pl)

**POWIATY**

- Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Prześtępstwem, ul. Zachodnia 11 (Centrum Aktywności Społecznej) Strzelce Krajeńskie, poniedziałek i czwartek, od 11:00 do 16:00, tel. 601 420 741
- Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Wojska Polskiego 13b, Międzyrzecz, tel./fax. 95 742 78 27, 95 742 78 21  
Międzyrzeczka Niebieska Linia 531 076 812, w godzinach 17:00 – 19:00
- Ośrodek Interwencji Kryzysowej, ul. Pamiętkowa 17, Międzyrzecz, tel. 95 7428 471,  
e-mail: [pcpr@powiat-miedzyrzecki.pl](mailto:pcpr@powiat-miedzyrzecki.pl)

➤ **HANDLU LUDŹMI - OGÓLNOPOLSKIE**

- Krajowe Centrum Interwencyjno-Konsultacyjne Dla Polskich i Cudzoziemskich Ofiar Handlu Ludźmi, tel. +48 22 628 01 20, w sprawach pilnych tel. całodobowy: 605 687 750, e-mail: [info@kcik.pl](mailto:info@kcik.pl)
- Fundacja Przeciwko Handlowi Ludźmi i Niewolnictwu „La Strada”, tel./fax +48 22 622 19 85,  
tel. zaufania +48 22 628 99 99, e-mail: [strada@strada.org.pl](mailto:strada@strada.org.pl)
- Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, (Dzieci Niczyje), tel./fax +48 22 616 02 68, 616 03 14, e-mail: [fdn@fdn.pl](mailto:fdn@fdn.pl)
- Fundacja ITAKA – Centrum Poszukiwań Ludzi Zaginionych, tel. +48 22 620 16 10, fax +48 22 654 79 73,  
e-mail: [biuro@zaginieni.pl](mailto:biuro@zaginieni.pl); całodobowa linia wsparcia tel. 0801 24 70 70, z zagranicy i telefonów komórkowych +48 22 654 70 70, telefon w sprawie zaginionego dziecka i nastolatka 116 000

## BEZPŁATNE PUNKTY WSPARCIA KLIENTA W SYTUACJI KRYZYSOWEJ POMOC W ZAKRESIE:

---

- Stowarzyszenie Pomoc dla Kobiet i Dzieci im. Marii Niepokalanej, tel. +48 32 255 38 69, fax +48 32 739 00 22, e-mail: [biuro@Po-MOC.pl](mailto:biuro@Po-MOC.pl)
- Komenda Główna Policji, Wydział do Walki z Handlem Ludźmi - Biuro Służby Kryminalnej, fax +48 22 6013467, tel. zaufania 664 974 935, e-mail: [handelludzmibsk@policja.gov.pl](mailto:handelludzmibsk@policja.gov.pl)

### ➤ **TELEFONY ZAUFANIA**

- Infolinia Prawna.PL – pomoc prawna 24h/7 - tel. 703 703 007
- Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” - tel. 801 120 002
- Kryzysowy Telefon Zaufania - wsparcie i porady psychologiczne - tel. 116 123
- Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży - tel. 116 111
- Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka - tel. 800 12 12 12
- Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawach bezpieczeństwa dzieci - tel. 800 100 100
- Infolinia Głównego Inspektora Sanitarnego (dopalacze) - tel. 800 060 800
- Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania - tel. 801 199 990
- Policyjny Telefon Zaufania ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie - tel. 800 120 226
- Europejski Numer Alarmowy tel. 112
- Telefon zaufania Zielona linia. Porady i informacje na temat HIV/AIDS - tel. 22 621 33 67
- Pomarańczowa Linia - porady i konsultacje dla rodziców, których dzieci sięgają po alkohol i zażywają narkotyki tel. 801 140 068, on-line: [pomoc@pomaranczowalinia.pl](mailto:pomoc@pomaranczowalinia.pl)

### ➤ **PORADNICTWA ZAWODOWEGO**

#### **MIASTO GORZÓW**

- Wojewódzki Urząd Pracy w Zielonej Górze, Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Gorzowie Wielkopolskim, ul. Kombatantów 34, tel. 95 722 80 25, 95 722 46 61, 95 724 04 84
- Lubuska Wojewódzka Komenda OHP Centrum Edukacji i Pracy Młodzieży w Gorzowie Wielkopolskim, ul. Aleje 11 Listopada 91 tel. 95 732 65 44
- Szkolny Ośrodek Kariery w Gorzowie Wielkopolskim, Zespół Szkół Gastronomicznych w Gorzowie Wielkopolskim, ul. Okólna 35, tel. 95 722 52 42
- Powiatowy Urząd Pracy w Gorzowie Wielkopolskim, ul. Walczaka 110, tel. 95 7360 676, 95 7360 660

#### **POWIATY**

- Młodzieżowe Centrum Kariery OHP w Strzelcach Krajeńskich, Aleja Wolności 42, tel. 95 763 32 19 wew. 28
- Powiatowy Urząd Pracy w Międzyrzeczu, ul. Plac Powstańców Wielkopolskich 1, tel. 95 741 20 66
- Powiatowy Urząd Pracy w Strzelcach Krajeńskich, ul. Aleja Wolności 39, tel. 95 763 72 23