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							
	1. Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w **Brennej** 2. Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej	1. 43-438 Brenna, ul. Leśnica 8 2. 43-436 Górki Małe, ul. Zalesie 3	1. i 2. zgodnie z ustawą o pomocy społecznej, o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej; problemy wychowawcze, przeciwdziałanie przemocy w rodzinie, konsultacje z zakresu przeciwdziałania narkomanii, różnych form przemocy rówieśniczej oraz zachowań destruktywnych.	tel. 33 853 64 59 wewn. 112	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 czwarty piątek miesiąca 14:30-17:00; Prawnik: pierwszy i trzeci 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. Skrajna 5	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 połogu	tel. 33 479 49 13; 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 - mieszkańcy Cieszyna

rodzinne	Centrum Usług Społecznych w **Goleszowie**- Zespół ds. Wspierania Rodziny	43-440 Goleszów, ul. Cieszyńska 29	1.wspieranie rodzin przeżywające trudności w wypełnianiu funkcji opiekuńczo wychowawczych, informowanie o dostępnych formach pomocy, kierowania do innych instytucji i podmiotu 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 połogu.	tel. 33 479 05 17 https://cusgoleszow.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	mieszkańcy Gminy Goleszów rodziny przeżywające trudności w wypełnianiu funkcji opiekuńczo-wychowawczych
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w **Istebnej**	43-470 Istebna 1000	zgodnie z ustawą o pomocy społecznej oraz ustawą o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastepczej, wspieranie rodzin w wypełnianiu funkcji opiekuńczo-wychowawczych, przeciwdziałanie przemocy domowej, wsparcie z zakresu uzależnień, sytuacji kryzysowych, zdarzeń losowych, wsparcie usługowe dla osob z niepłnosprawnością i osób starszych, organizowanie warsztatów podnoszących kompetencje rodzicielskie" Szkoła dla rodziców", wsparcie w formie asystenta rodziny, informowanie o dostępnych formach pomocy , kierowanie do specjalistów i podmiotów dzialających na rzecz dziecka i rodziny	tel. 33 855 62 22 wewn. 60, 64 i 65 gops@gops-istebna.pl www.gops-istebna.pl	bez rejestracji, osobiście lub telefonicznie,	poniedziałek 7:15-15:15 wtorek 7:15-15:15 środa 7:15-15:15 czwartek 8:00-18:00 piątek 8:00-14:00	osoby zamieszkujące na terenie gminy Istebna
	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 32; 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 **Brennej**	43-436 Górki Małe, ul. Zalesie 3	konsultacje psychologiczne	tel. 33 853 64 59 (w godzinach pracy Ośrodka)	konsultacje: po wcześniejszym uzgodnieniu terminu, w nagłych przypadkach bez rejestracji (tel. 505 502 162)	pierwszy wtorek każdego miesiąca 16:30-18:30, druga środa każdego miesiąca 15:30-17:30, trzecia środa każdego miesiąca 15:30-17:30, czwarta środa każdego miesiąca 15:30-17:30	osoby i rodziny z problemem alkoholowym i doświadczające przemocy w rodzinie
	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 piątek miesiąca 14:30-17:00	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/strona-571-poradnia_zdrowia_psychicznego_dla.html	telefonicznie	poniedziałek 10:00-20:00 wtorek 8:00-12:00 środa 8:00-20:00 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 sekretariat@zppp.cieszyn.pl bądź przez formularz kontaktowy zppp.cieszyn.pl/kontakt-2/	telefonicznie lub osobiście w sekretariacie placówki	Sekretariat jest czynny: poniedziałek 7:00-17:00 wtorek 7:00-15:00 środa 7:00-15:00 czwartek 7:00-15:00 piątek 7:00-15:00. Terminy są ustalane podczas rejestracji.	dzieci i młodzież w każdym okresie życia, ich rodzice i prawni opiekunowie, specjaliści, nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek
	Gminny Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii **Miasta Cieszyna** - umowa zlecenie na rok 2026 z Panią psycholog Zuzanną Dądrowską	43-400 Cieszyn, ul. Ks. Janusza 3	wsparcie psychologiczne dla osób doznajacych przemocy domowej	tel. 33 479 49 18, 33 479 49 19	bez rejestracji	środa i czwartek - do uzgodnienia z klientem	wsparcie psychologiczne dla osób doznajacych przemocy domowej - mieszkańcy Cieszyna

psychologiczne	Publiczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Słoneczna Kraina **w Jaworzynce**	43-476 Jaworzynka 657	konsultacje psychologiczne, pedagogiczne, logopedyczne dzieci i młodzieży; diagnoza psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna dzieci i młodzieży; wydawanie opinii o potrzebie wczesnego wspomagania rozwoju dla dzieci od urodzenia do rozpoczęcia nauki w szkole; prowadzenie zajęć z wczesnego wspomagania rozwoju małego dziecka	tel. 697 697 947 sekretariat@slonecznaporadnia.pl	osobiście lub telefonicznie	poniedziałek-piątek 8:00-14:00	dzieci od urodzenia do ukończenia szkoły ponadpodstawowej z terenu Powiatu Cieszyńskiego
	Centrum Usług Społecznych w **Goleszowie**	43-440 Goleszów, ul. Cieszyńska 29	poradnictwo dla osób uzależnionych, współuzależnionych, dla osób dotkniętych przemocą	tel. 33 479 05 17; https://cusgoleszow.pl/	telefonicznie	każda środa miesiąca 14:00-18:00, każdy czwartek miesiąca 11:00-18:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Goleszów
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w **Hażlachu**	43-419 Hażlach, ul. Główna 37	porady psychologiczne dla osób dotkniętych przemocą domową 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
	Punkt Konsultacyjny w **Istebnej**	43-470 Istebna 550	wsparcie psychologiczne dla osób dorosłych, młodzieży	tel. psycholog - 505 502 162	telefonicznie	porady psychologa: poniedziałek 16:00-20:00 piątek 16:00-20:00 ,	osoby zamieszkujące na terenie gminy Istebna
	Punkt Konsultacyjny w **Istebnej**	43-470 Istebna 550	indywidualne poradnictwo psychologiczne dla dzieci i młodzieży w obszarze problemów szkolno-wychowawczych, radzenia sobie z trudnościami okresu dorastania, emocjonalnymi, adaptacyjnymi, interpersonalnymi oraz indywidualne wsparcie osób dorosłych	tel. 33 855 62 22 wewn. 64 gops@gops-istebna.pl www.gops-istebna.pl	telefonicznie	piątek 9:00-20:00 po wcześniejszym uzgodnieniu telefonicznym z Gminym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Istebnej	osoby wymagające wsparcia w tym dzieci, młodzież i osoby dorosłe
	Ośrodek Pomocy Społecznej w **Skoczowie**	43-430 Skoczów, ul. G. Morcinka 18	poradnictwo psychologiczne dla osób i rodzin dotkniętych problemem alkoholowym i przemocą	tel. 33 853 34 52; ops.skoczow.pl	telefonicznie lub osobiście	pierwsza środa miesiąca 15:30-19:30,	osoby i rodziny z problemem alkoholowym i przemocy domowej
	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 skoczow@zppp.cieszyn.pl bądź przez formularz kontaktowy zppp.cieszyn.pl/kontakt-2/	telefonicznie lub osobiście w sekretariacie placówki	Sekretariat jest czynny: poniedziałek 7:30-17:00 wtorek 7:30-15:30 środa 7:30-15:30 czwartek 7:30-14:30 piątek 7:30-15:30. Terminy są ustalane podczas rejestracji.	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 7	porady psychologiczne	tel. 33 857 14 60; www.mops.strumien.pl	telefonicznie lub osobiście	każdy pierwszy i trzeci piątek miesiąca 13:30-17:30; porady psychologa dla osób niepełnoletnich w każdą pierwszą i trzecią sobotę miesiąca 8:00-11:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Strumień
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w **Wiśle**	43-460 Wisła, ul. 1 Maja 69	indywidualne poradnictwo	tel. 576 968 888 www.mops.wisla.pl	bez rejestracji	wtorek 8:00-15:00 czwartek 8:00-15:00 piątek 8:00-10:00	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	indywidualne poradnictwo psychologiczne	tel. 32 475 51 32; 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
pedagogiczne	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 sekretariat@zppp.cieszyn.pl bądź przez formularz kontaktowy zppp.cieszyn.pl/kontakt-2/	telefonicznie lub osobiście w sekretariacie placówki	Sekretariat jest czynny: poniedziałek 7:00-17:00 wtorek 7:00-15:00 środa 7:00-15:00 czwartek 7:00-15:00 piątek 7:00-15:00. Terminy są ustalane podczas rejestracji.	dzieci i młodzież w każdym okresie życia, ich rodzice i prawni opiekunowie, specjaliści, nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek
	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 skoczow@zppp.cieszyn.pl bądź przez formularz kontaktowy zppp.cieszyn.pl/kontakt-2/	telefonicznie lub osobiście w sekretariacie placówki	Sekretariat jest czynny: poniedziałek 7:30-17:00 wtorek 7:30-15:30 środa 7:30-15:30 czwartek 7:30-14:30 piątek 7:30-15:30. Terminy są ustalane podczas rejestracji.	dzieci i młodzież w każdym okresie życia, ich rodzice i prawni opiekunowie, specjaliści, nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek
	Publiczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Słoneczna Kraina **w Jaworzynce**	43-476 Jaworzynka 657	konsultacje psychologiczne, pedagogiczne, logopedyczne dla dzieci i młodzieży, diagnoza psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna dla dzieci i młodziezy, wydawanie opinii o potrzebie wczesnego wspomagania rozwoju dla dzieci od urodzenia do ukończenia nauki w szkole ponadpodstawowej, wydawanie orzeczeń o kształceniu specjalnym oraz zindywidualizowanej ścieżce kształcenia dla dzieci i młodzieży, wydawanie orzeczeń o potrzebie indywidualnego nnauczania oraz o potrzebie zajęć rewalidacyjno-wychowawczych	tel. 697 697 947 sekretariat@slonecznaporadnia.pl	osobiście lub telefonicznie	poniedziałek-piątek 8:00-14:00	dzieci od urodzenia do ukończenia szkoły ponadpodstawowej z terenu Powiatu Cieszyńskiego
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w **Brennej**	43-438 Brenna, ul. Leśnica 8	zgodnie z ustawą o pomocy społecznej	tel. 33 853 64 59 884 022 662	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 czwarty piątek miesiąca 14:30-17:00; Prawnik: pierwszy i trzeci wtorek miesiąca 14:00-16:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Chybie
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w **Cieszynie**- 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 8:00-16:00 wtorek-piątek 7:00-15:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Cieszyn
	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w **Cieszynie**	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

z zakresu pomocy społecznej	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-spolecznej	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
	Centrum Usług Społecznych w **Goleszowie**- Zespół ds. zadań z zakresu pomocy społecznej	43-440 Goleszów, ul. Cieszyńska 29	pomoc społeczna	tel. 33 479 05 17; https://cusgoleszow.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	pomoc społeczna	tel. 33 856 96 00; www.gops.hazlach.samorzady.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, udzielanie informacji o przysługujących formach pomocy, kierowanie do specjalistów, diagnozowanie sytuacji rodziny, edukacja, prowadzenie pracy socjalnej, udzielenie pomocy w formie świadczeń finasowych oraz usługowych, w formie schronienia	tel. 33 855 62 22 wewn. 60, 61, 64 i 65; gops@gops-istebna.pl www.gops-istebna.pl	telefonicznie lub osobiście	poniedziałek 7:15-15:15 wtorek 7:15-15:15 środa 7:15-15:15 czwartek 8:00-18:00 piątek 8:00-14:00	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 7:00-15:00 czwartek 7:00-17:00 piątek 7:00-13:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Skoczów
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w **Strumieniu**	43-246 Strumień, ul. 1 Maja 7	pomoc społeczna	tel. 33 857 14 60; 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 Ustroń, 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 Ustroń
	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 4755132; 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

	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w **Brennej**	43-438 Brenna, ul. Leśnica 8	konsultacje w sprawie uzależnnienia, współuzależnień, DDA, przyjmowanie wniosków i prowadzenie procedury o nałożenie obowiązku podjęcia leczenia itp.; działania zgodnie z ustawą o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu uzależnieniom	tel. 33 853 64 59 wewn. 112	bez rejestracji konsultacje: po wcześniejszym uzgodnieniu terminu w nagłych przypadkach bez rejestracji (tel. 501 221 923)	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 konsultacje w sprawie uzależnień pierwszy czwartek miesiąca 12:00 -14:00, drugi piątek miesiąca 12:00-14:00, trzeci czwartek miesiąca 12:00-14:00, czwarty czwartek miesiąca 12:00-14:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Brenna
	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w **Górkach Małych**	43-436 Górki Małe, ul. Zalesie 3	konsultacje w sprawie uzależnnienia, współuzależnień, DDA, przyjmowanie wniosków i prowadzenie procedury o nałożenie obowiązku podjęcia leczenia itp.; działania zgodnie z ustawą o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu uzależnieniom	tel. 33 853 64 59 wewn. 112	bez rejestracji konsultacje: po wcześniejszym uzgodnieniu terminu w nagłych przypadkach bez rejestracji (tel. 501 221 923)	środa 12:30-14:30 (konsultacje przewodnicącego GKRPA)	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Brenna
	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	bez rejestracji	poniedziałek 8.00 - 16.00, wtorek - piątek 7.00 - 15.00	osoby uzależnione, współuzależnione, pijące szkodliwie, ryzykownie - mieszkańcy Cieszyna
	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 - mieszkańcy Cieszyna
	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	Psycholog - porady i konsultacje psychologiczne, motywowanie osób uzależnionych do podjęcia leczenia odwykowego, udzielanie wsparcia rodzinom osób uzależnionych. Prawnik- porady i konsultacje z zakresu prawa rodzinnego i opiekuńczego, pomoc w kierowaniu spraw o znęcanie, alimentacje do prokuratury i sądu (pozwy o alimenty, pisma rozwodowe i inne)	tel. 503 848 920	telefonicznie	Psycholog - 2 razy w miesiącu. Termin ustalany na bieżąco. Spotkania odbywają się zazwyczaj w godzinach między 13:30-17:30. Prawnik- ostatni czwartek miesiąca 13:30-16:30	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Dębowiec

w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień	Centrum Usług Społecznych w **Goleszowie**- poradnictwo terapeuty uzależnień	43-440 Goleszów, ul. Cieszyńska 29	problematyka uzależnień	tel. 33 479 05 17; https://cusgoleszow.pl/	telefonicznie lub osobiście	Jeden raz w miesiącu. Termin ustalany na bieżąco. Spotkania odbywają się zazwyczaj w godzinach między 12:20 a 15:00	mieszkańcy Gminy Goleszów - osoby uzależnione, współuzależnione, pijące szkodliwie, ryzykownie
	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w **Goleszowie**	43-440 Goleszów, ul. Cieszyńska 29	problematyka uzależnień	tel. 33 479 05 17; https://cusgoleszow.pl/	bez rejestracji, a w przypadku nieobecności członka GKRPA- rejestracja telefoniczna bądź osobista	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	mieszkańcy Gminy Goleszów - osoby uzależnione, współuzależnione, pijące szkodliwie, ryzykownie
	Urząd Gminy **Hażlach**	43-419 Hażlach, ul. Główna 57	porady dla osób i ich rodzin dokniętych 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
	Punkt Konsultacyjny w **Istebnej**	43-470 Istebna 550	porady psychologa dla osób nieletnich oraz dorosłych	psycholog - 505 502 162, prawnik - 608 194 499, konsultant ds. Uzależnień behawioralnych oraz narkotyków- 501 221 923	telefonicznie	porady psychologa: poniedziałek 16:00-20:00 piątek 16:00-20:00 , porady prawnika w pierwszy i trzeci czwartek miesiąca 12:30-14:30, konsultant ds.uzależnień behawioralnych i narkotyków: druga i czwarta środa miesiąca 15:00-19.00	osoby zamieszkujące teren Gminy Istebna
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w **Istebnej**	43-470 Istebna 1000	diagnozowanie problemu w rodzinach, kierowanie do specjalistów celem diagnozy i wsparcia, motywowanie do podjęcia leczenia i utrzymania abstynencji, informowanie o możliwości podjęcia leczenia odwykowego, wskazanie miejsc, gdzie można podjąć leczenie, składanie wniosków do GKRPA o zobowiązanie do leczenia odwykowego, składanie wniosków do Sądu o wgląd w sytuację małoletnich dzieci	tel. 33 855 62 22 wewn. 60, 61, 64, 65, gops@gops-istebna.pl www.gops-istebna.pl	telefonicznie, osobiście	poniedziałek 7:15-15:15 wtorek 7:15-15:15 środa 7:15-15:15 czwartek 8:00-18:00 piątek 8:00-14:00	osoby zamieszkujące teren Gminy Istebna

	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w **Istebnej**	43-470 Istebna 1000	profilaktyka w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych, poradnictwo w zakresie rozwiazywania problemów alkoholowych, rozmowy motywacyjne do podjecia leczenia, składanie wniosków do Sądu o zobowiązanie do leczenia odwykowego	tel. 33 855 65 00 wewn. 30;	telefonicznie	poniedziałek 7:15-15:15 wtorek 7:15-15:15 środa 7:15-15:15 czwartek 8:00-18:00 piątek 8:00-14:00	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 7:00-15:00 czwartek 7:00-17:00 piątek 7:00-13:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Skoczów
	Punkt Konsultacyjny ds. uzależnień w **Skoczowie**	43-430 Skoczów, ul. Rynek 19 (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 w placówkach oświatowych z terenu gminy Skoczów z wyłączeniem przerwy wakcyjnej w miesiącu lipcu i sierpniu, trzeci czwartek miesiąca 15:00-17:00 czwarty czwartek miesiąca 9:00-11:00 trzeci piątek miesiąca 14:30-16:30	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 7	problemy uzależnień i przemocy w rodzinie	tel. 33 857 14 60; www.mops.strumien.pl	bez rejestracji	każdy drugi czwartek miesiąca 15:00-17:00, każdy czwarty czwartek miesiąca 15:30-17:30	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**-Stowarzyszenie Można Inaczej	43-450 Ustroń, ul. Partyzantów 2A,	problemy uzależnień i przemocy	tel. 33 854 33 99; 500 231 259 www.moznainaczej.org.pl	telefonicznie lub osobiście	wg terminów wskazanych podczas rejestracji	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Ustroń
	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w **Wiśle**	43-460 Wisła, Pl. B. Hoffa 3	poradnictwo indywidualne i grupowe	tel. 33 855 35 53	bez rejestracji	pierwszy i trzeci wtorek każdego miesiąca 9:00-11:00	zgodnie z ustawą o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi
	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 29; 32 475 51 32; 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 Informacyjno – Konsultacyjny- Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w **Zebrzydowicach**	43-410 Zebrzydowice, ul. Ks. A. Janusza 6 budynek Urzędu Gminy, pokój nr 1 (biuro sołtysów)	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
	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej w **Gminie Brenna**	43-438 Brenna, ul. Leśnica 8	zgodnie z ustawą o przeciwdziałaniu przemocy domowej	tel. 33 853 64 59 gops@brenna.org.pl	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 **Brennej**	43-438 Brenna, ul. Leśnica 8	zgodnie z ustawą o przeciwdziałaniu przemocy domowej	tel. 33 853 64 59 gops@brenna.org.pl	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 czwarty piątek miesiąca 14:30-17:00; Prawnik: pierwszy i trzeci wtorek miesiąca 14:00-16:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Chybie
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w **Cieszynie**- Punkt Konsultacyjny ds. przemocy domowej	43-400 Cieszyn, 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 - mieszkańcy Cieszyna
	Gminny Zespół Interdyscyplinarny Do Spraw Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w **Dębowcu**	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
	Centrum Usług Społecznych w **Goleszowie**	43-440 Goleszów, ul. Cieszyńska 29	problematyka przemocy	tel. 33 479 05 17; https://cusgoleszow.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, doznające przemocy, będące świadkami przemocy
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w **Hażlachu**	43-419 Hażlach, ul. Główna 37	porady psychologiczne i prawne dla osób dotkniętych przemocą domową 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- pierwszy i czwarty wtorek miesiąca od 15.00 do 16.30	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Hażlach

w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	Zespół Interdyscyplinarny ds.Przeciwdziałania Przemocy Domowej w **Istebnej**	43-470 Istebna 1000	diagnozowanie problemu przemocy domowej, podejmowanie działań w środowiskach zagrożonych przemocą, powoływanie Grup Diagnostyczno-Pomocowych do poszczególnych wszczętych procedur NK	zi@gops-istebna.pl, tel. 33 855 62 22 wew. 61, 64, 65 www.gops-istebna.pl	telefonicznie lub osobiście	poniedziałek 7:15-15:15 wtorek 7:15-15:15 środa 7:15-15:15 czwartek 8:00-18:00 piątek 8:00-14:00	osoby zamieszkujące teren Gminy Istebna
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w **Istebnej**	43-470 Istebna 1000	wczęcie procedury NK w przypadku uzyskania informacji od osoby dotkniętej przemocą lub świadka, informowanie o możliwych formach pomocy	tel. 33 855 62 22 wewn. 60, 61, 64, 65, gops@gops-istebna.pl www.gops-istebna.pl	telefonicznie lub osobiście	poniedziałek 7:15-15:15 wtorek 7:15-15:15 środa 7:15-15:15 czwartek 8:00-18:00 piątek 8:00-14:00	osoby zamieszkujące teren Gminy Istebna
	Punkt Konsultacyjny w **Istebnej**	43-470 Istebna 550	Wsparcie psychoterapeuty konsultacje i porady, wsparcie psychologa	tel. 33 855 62 22 wew. 64, 65 gops@gops-istebna.pl www.gops-istebna.pl	telefonicznie	psychoterapeuta wtorek 11:00-18:00 piątek 9:00-20:00 po wcześniejszym uzgodnieniu telefonicznym z Gminym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Istebnej	osoby zamieszkujące teren Gminy Istebna
	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej w **Skoczowie**	ul. Morcinka 18 43-430 Skoczów	przeciwdziałanie przemocy domowej	tel. 33 853 34 52	bez rejestracji	poniedziałek 7:00-15:00 wtorek 7:00-15:00 środa 7:00-15:00 czwartek 7:00-17:00 Piątek 7:00-13:00	osoby zamieszkujące teren Gminy Skoczów
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w **Strumieniu** Punkt Informacyjno-Konsultacyjny ds. przemocy	43-246 Strumień, ul. 1 Maja 7	problemy uzależnień i przemocy	tel. 33 857 14 60; www.mops.strumien.pl	zapisy do konsultantów odbywają się od poniedziałku do piątku w godz. 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 15:30-17:30	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Strumień
	Miejski Punkt Informacyjno-Konsultacyjny w **Ustroniu**-Stowarzyszenie Można Inaczej	43-450 Ustroń, ul. Partyzantów 2A, 43-450 Ustroń, ul. Marii Konopnickiej 40	uzależnienia, przemoc	tel. 500 231 259 www.moznainaczej.org.pl tel. 33 854 33 99 wewn.114, 116, 518 054 129;	telefonicznie lub osobiście	wg terminów wskazanych podczas rejestracji	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Ustroń

	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przemocy Domowej **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 doznającym 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 (odpłatne połączenie) 2b. telefoniczne dyżury prawników: 800 12 00 02 (bezpłatne połączenie) 3. czat niebieskalinia.info/kontakt/czat/ 4. WhatsApp - dyżur w języku migowym – tel. 510 404 333 5. Konsultacje dla specjalistów (22) 250 63 12 6. e-mail – niebieskalinia@niebieskalinia.info 7. www.niebieskalinia.info	bez rejestracji	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 18:00-20:00 wtorek 8:00-10:00 środa 18:00-20:00 czwartek 18:00-20:00 piątek 8:00-10:00 4. poniedziałek 13:00-15:00 5. środa 10:00-13:00	osoby doznające przemocy w rodzinie, świadkowie przemocy oraz osoby poszukujące informacji na temat zjawiska i sposobów przeciwdziałania przemocy w rodzinie
	Linia pomocy pokrzywdzonym	Ministerstwo Sprawiedliwości Departament Funduszu Sprawiedliwości 00-567 Warszawa, al. Ujazdowskie 11	pomoc dla pokrzywdzonych w wyniku przestępstwa	wg listy ośrodków wsparcia www.funduszsprawiedliwosci.gov.pl/pl/znajdz-osrodek-pomocy/news,40236,lista-osrodkow-wsparcia---pomoc-pokrzywdzonym.html	bez rejestracji	wg listy ośrodków wsparcia www.funduszsprawiedliwosci.gov.pl/pl/znajdz-osrodek-pomocy/news,40236,lista-osrodkow-wsparcia---pomoc-pokrzywdzonym.html	osoby pokrzywdzone przestępstwem i świadkowie
w ramach interwencji kryzysowej	Centralne Zarządzanie Kryzysowe	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Al. Ujazdowskie 5 00-583 Warszawa	monitorowanie bezpieczeństwa, pomoc w czasie zagrożenia, przygotowanie ludzi i państwa na różne zagrożenia	tel. (47) 721 69 07 dyzurny@rcb.gov.pl www.gov.pl/web/rcb/zarzadzanie-kryzysowe poczta@rcb.gov.pl	bez rejestracji	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	osoby będące świadkami zagrożenia kryzysowego, osoby poszukujące informacji na temat zarządzania kryzysowego
	Miejski Punkt Informacyjno-Konsultacyjny **w Ustroniu**-Stowarzyszenie Można Inaczej	43-450 Ustroń, ul. Partyzantów 2A	uzależnienia, przemoc	tel. 33 854 33 99; 500 231 259 www.moznainaczej.org.pl	telefonicznie lub osobiście	wg terminów wskazanych podczas rejestracji	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Ustroń

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 poczta@pup.cieszyn.pl	osobiście lub elektronicznie https://bezkolejki.pup.cieszyn.pl	obsługa stron: poniedziałek, wtorek, czwartek 8:00-15:00 środa 8:00-16:00 piątek 8:00-14:00 (wyjątek trzeci piątek miesiąca 8:00-12:00) rejestracja bezrobotnych: poniedziałek, wtorek, czwartek 8:00-14:00 środa 8:00-15:00 piątek 8:00-13:00 (wyjątek trzeci piątek miesiąca 8:00-12:00)	osoby zamieszkujące na terenie Powiatu Cieszyńskiego
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w **Istebnej**	43-470 Istebna 1000	udzielanie świadczeń zgodnie z ustawą o pomocy społecznej, współpraca z Powiatowym Urzędem Pracy	tel. 33 855 62 22 wewn. 60, 61, 64, 65, gops@gops-istebna.pl www.gops-istebna.pl	telefonicznie lub osobiście	poniedziałek 7:15-15:15 wtorek 7:15-15:15 środa 7:15-15:15 czwartek 8:00-18:00 piątek 8:00-14:00	osoby zamieszkujące teren Gminy Istebna
	Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia	Biuro Komunikacji Elektronicznej ul. Trawiasta 20b 15-161 Białystok	udzielanie informacji o usługach urzędów pracy, wsparcie dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, zapewnienie pracodawcom rzetelnej wiedzy o usługach rynku pracy i zatrudnianiu cudzoziemców	tel. 19 524 (z Polski) tel. +48 22 19524 (z zagranicy) www.zielonalinia.gov.pl kontakt@zielonalinia.gov.pl	bez rejestracji	poniedziałek-piątek 8:00-18:00	osoby: - zarejestrowane - poszukujące pracy - pracodawcy
dla osób pokrzywdzonych przestępstwem	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w **Brennej**	43-438 Brenna, ul. Leśnica 8	zgodnie z ustawą o pomocy społecznej	tel. 33 8536 459 email: gops@brenna.org.pl	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
	Zespół Interdyscyplnarny ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej w **Brennej**	43-438 Brenna, ul. Leśnica 8	zgodnie z ustawą o przeciwdzialaniu przemocy domowej	tel. 33 8536 459 email: gops@brenna.org.pl	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
	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w **Górkach Małych**	43-436 Górki Małe, ul. Zalesie 3	zgodnie z ustawą o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałniu alkoholizmowi, poradnictwo prawne	tel. 33 8536 459 email: gops@brenna.org.pl	bez rejestracji, konsultacje prawne po wcześniejszym umówieniu terminu	dyżur przewodniczącego środa 12:30-14:30, konsultacje prawne: co drugi poniedziałek miesiąca po wcześniejszym umówieniu telefonicznym	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Brenna

	Okręgowy Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przestępstwem w **Bielsku-Białej** prowadzony przez Śląską Fundację Błękitny Krzyż	43-300 Bielsko-Biała, ul. Bystrzańska 51a	pomoc dla pokrzywdzonych w wyniku przestępstwa	tel. 33 817 28 38 791 709 794	telefonicznie	poniedziałek 9:00- 16:00 wtorek 9:00-16:00 środa 9:00- 16:00 czwartek 12:00-18:00 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. Katowicka 1	pomoc dla pokrzywdzonych w wyniku przestępstwa	tel. 791 709 892	telefonicznie	wtorek 18:00-20:00 piątek 18:00- 20:00 sobota 8:00-14:00	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, parter, pok. 11	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 (konsumenci) 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 Konsumencka: tel. 801 440 220; tel. 22 266 76 76 www.uokik.gov.pl/ dlakonsumentow.pl	bez rejestracji	dni robocze 10:00-18:00	konsumenci 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 brpd.gov.pl 4. czat.brpd.gov.pl	• elektronicznie • pisemnie, • telefonicznie • osobiście	1. poniedziałek-piątek 8:15-16:15 2. 8:15-16:15 3. całodobowo 4. całodobowo	osoby doświadczające lub będące świadkami w sprawach przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych

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	1. Infolinia: 800 190 590 fax 32 735 15 71 2. wideoczat z tłumaczem języka migowego www.nfz-katowice.pl/index.php/kontakt/kontakt-z-nami	rejestracja elektroniczna: rejestracja.nfz.katowice.pl	1. poniedziałek 8:00- 18:00 wtorek 8:00-16:00 środa 8:00-16:00 czwartek 8:00-16:00 piątek 8:00-16:00 2. dni robocze 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	1. Infolinia: 800 190 590 (z Polski) (+48) 22 125 66 00 (z zagranicy) 2. wideoczat z tłumaczem języka migowego www.nfz.gov.pl/kontakt/telefoniczna-informacja-pacjenta KancelariaElektroniczna@nfz.gov.pl e-Doręczenia AE:PL-98754-99859-GJBJA-29 ePuap: /NFZ-Centrala/SkrytkaESP www.nfz.gov.pl	bez rejestracji	całodobowo	pacjenci, świadczeniodawcy
	Rzecznik Praw Pacjenta	1. Biuro Rzecznika Praw Pacjenta ul. Płocka 11/13 01-231 Warszawa	ochrona praw pacjentów określonych w ustawie o prawach pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta	1. Sekretariat: tel. 22 532 - 83 00 fax. 22 506 50 64 kancelaria@rpp.gov.pl 2. Infolinia: 800 190 590	telefonicznie lub mailowo kancelaria@rpp.gov.pl	1. poniedziałek 8:00-18:00 wtorek-piątek 8:00-16:00 2. całodobowo	osoby potrzebujące porady z zakresu prawa pacjenta
	Biuro Pełnomocnika Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych	ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa Telefon 538 117 590 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 lub osobiście	Osobiste przyjęcia interesantów odbywają się w siedzibie MRPiPS - wejście od ul. Nowogrodzkiej 1/3/5, Warszawa, poniedziałek-piątek 8:30-15:30	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. 801 400 987 (z telefonów stacjonarnych) tel. 22 560 16 00 (z telefonów stacjonarnych i komórkowych)	1. osobiście 2. rezerwacja wizyty w placówce https://www.zus.pl/o-zus/kontakt/zarezerwuj-wizyte/wizyta-w-placowce 3. rezerwacja e-wizyty https://www.zus.pl/e-wizyta	poniedziałek 8:00-17:00 wtorek-piątek 8:00-15:00	osoby zamieszkujące na terenie Powiatu Cieszyńskiego
	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w **Istebnej**	43-470 Istebna 1000	pomoc w wypełnianiu dokumentów w ubieganiu się o świadczenia do ZUS, KRUS	tel. 33 855 62 22 wewn. 60, 61, 64, 65, gops@gops-istebna.pl www.gops-istebna.pl	telefonicznie lub osobiście	poniedziałek 7:15-15:15 wtorek 7:15-15:15 środa 7:15-15:15 czwartek 8:00-18:00 piątek 8:00-14:00	osoby zamieszkujące teren Gminy Istebna

	Centrum Kontaktu Klientów Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w Centrum Obsługi Telefonicznej lub podczas wizyty osobistej w placówce jak wyżej.	pomoc techniczna, informacje o emeryturach, informacje o zasiłkach, informacje dla ubezpieczonych, informacje dla płatników, informacje o świadczeniu wspierającym, informacje o świadczeniach dla rodzin, informacje o rentach i dodatku dopełniającym do renty socjalnej	tel. (22) 560 16 00 www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot cot@zus.pl	bez rejestracji	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; www.katowice.pip.gov.pl bielsko@katowice.pip.gov.pl	osobiście	poniedziałek-piątek 7:30-15:30	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)	bez rejestracji	poniedziałek-piątek 9:00-15.00	osoby potrzebujące porady z zakresu prawa pracy
z zakresu prawa podatkowego	Urząd Skarbowy w **Cieszynie**	43-400 Cieszyn, ul. Kraszewskiego 4	prawo podatkowe; W zakresie infolinii: • Ogólna informacja podatkowo-celna, • Możliwość rezerwacji terminu wizyty w urzędzie skarbowym. • Indywidualna i właściwa miejscowo informacja podatkowo-celna. • Informowanie o stanie realizacji nadpłaty z zeznań lub deklaracji podatkowych.	tel. 22 330 03 30 (z telefonów komórkowych) tel. 801 055 055 (z telefonów stacjonarnych) tel. +48 22 330 03 30 (z telefonów z zagranicy)	rejestracja www.podatki.gov.pl/umow-wizyte-w-urzedzie-skarbowym	poniedziałek 8:00-18:00 wtorek-piątek 8:00-15:00	osoby zamieszkujące na terenie Powiatu Cieszyńskiego
	Krajowa Informacja Skarbowa	ul. Warszawska 5, 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.gov.pl/web/kis	telefonicznie lub osobiście	Infolinia: 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 (porady z zakresu problemów klientów rynku ubezpieczeniowo – emerytalnego); 2. tel. 22 333 73 25 (porady z zakresu problemów klientów podmiotów rynku bankowego i kapitałowego); 3. tel. 22 333 73 26 lub 22 333 73 27 (telefony ogólne oraz recepcja) 4. porady@rf.gov.pl	telefonicznie	1. poniedziałek 10:00-14:00 środa 10:00-14:00 piątek 10:00-14:00; 2. poniedziałek 10:00-14:00 środa 10:00-14:00, piątek 10:00-14:00; 3. poniedziałek-piątek 8:00-16:00	1. ubezpieczenia gospodarcze 2. problemy z bankami i na rynku kapitałowym 3. 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.bip.brpo.gov.pl 2. tel. (22) 20 98 555 3. INFOLINIA - 800 676 676 (połączenie bezpłatne z telefonów komórkowych i stacjonarnych) (22) 551 77 91 (połączenie płatne zgodnie z cennikiem operatora)	• 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. wtorek 9:00-15:00 środa 10:00-16:00 piątek 9:00-15:00 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 domowej)	tel. 33 853 34 52; ops.skoczow.pl	telefonicznie lub osobiście	pierwszy poniedziałek miesiąca 15:30-19:30	osoby i rodziny z problemem alkoholowym i przemocy domowej
	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w **Strumieniu**	43-246 Strumień, ul. 1 Maja 7	porady prawne (problemy uzależnień i przemocy w rodzinie)	tel. 33 857 14 60; www.mops.strumien.pl	telefonicznie lub osobiście	każdy drugi i czwarty 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	1. tel. 800 70 2222- centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (bezpłatna infolinia) www.centrumwsparcia.pl porady@centrumwsparcia.pl 2. tel. 800 080 222- bezpłatna infolinia dla dzieci, młodzieży, rodziców i nauczycieli www.liniadzieciom.pl porady@liniadzieciom.pl 3. tel. 800 70 2430- linia wsparcia dla Funkcjonariuszy i Pracowników Służb Mundurowych, Ratownictwa Medycznego i ich Rodzin	telefonicznie	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	osoby będące w kryzysie psychicznym
w ramach interwencji kryzysowej	Punkt Interwencji Kryzysowej w **Cieszynie**	43-400 Cieszyn, ul. Bobrecka 25	poradnictwo psychologiczne, w tym interwencja kryzysowa	tel. 33 500 06 07	interwencja kryzysowa- bez rejestarcji, poradnictwo psychologiczne- konieczna wcześniejsza rejetracja telefoniczna lub osobista	poniedziałek - środa 7:00-11:00 piątek 12:00-20:00	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							
	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 od 16:00	osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej lub materialnej

rodzinne	Stowarzyszenie Pomocy Wzajemnej "Być Razem" w **Cieszynie**	43-400 Cieszyn, 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, ustalanie ojcostwa, ubezwłasnowolnienie, eksmisja, rodziny zastępcze oraz adopcja,przerwanie sytuacji przemocy i ochrona osób jej doświadczających	tel. 33 479 54 55; www.bycrazem.com	telefonicznie	poniedziałek 16.00 - 17.30 (dla mieszkańców Powiatu Cieszyńskiego) wtorek 16:00-17:30 (dla mieszkańców gminy Cieszyn);	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 wyrównywanianie 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	Stowarzyszenie Pomocy Wzajemnej "Być Razem" w **Cieszynie** Centrum Profilaktyki i Edukacji "Kontakt"	43-400 Cieszyn, 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, współuzależnienie, 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 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 Gminy Cieszyn
	Fundacja Świętego Antoniego w **Ustroniu**	43-450 Ustroń, ul. Kościelna 21	poradnictwo psychologiczne	tel. 33 854 17 72, fundsa@interia.pl	osobiście	ostatni piątek miesiąca 9:00-11:00	osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej lub materialnej
	Stowarzyszenie Można Inaczej w **Ustroniu**	43-450 Ustroń, ul. Partyzantów 2A	poradnictwo psychologiczne	tel. 500 231 259, www.moznainaczej.org.pl	telefonicznie	termin ustalany indywidualnie	osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej
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. Ks. Trzanowskiego 2	grupa wsparcia z psychologiem, grupa dla współuzależnionych, dyżur terapeuty uzależnień, Mityng AA, Mityng dla współuzależnionych	tel. 33 852 40 00	telefonicznie	poniedziałek 16:00-19:00 wtorek 10:00-13:00 czwartek 16:30-19:30 piątek 17:00-20:00	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.bycrazem.com	telefonicznie	wtorek 8:00-12:00 środa 12:30-14:30	osoby eksperymentujące z narkotykami
	Fundacja Świętego Antoniego w **Ustroniu**	43-450 Ustroń, ul. Kościelna 21	poradnictwo rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień	tel. 33 854 17 72, fundsa@interia.pl	osobiście, telefonicznie	drugi piątek miesiąca 14:00-16:00 co drugi miesisąc	osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej lub materialnej
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
inne (wpisać jakie)	Stowarzyszenie Pomocy Wzajemnej "Być Razem" w **Cieszynie**	43-400 Cieszyn, ul. Ks. Janusza 3	grupa socjoterapeutyczna dla dzieci i młodzieży	(33) 47954 55	telefonicznie	grupa odbywa się jeden raz w tygodniu V-VI klasa SP czwartek 16:00-17:30; VII-VIII klasa SP czwartek 16:00-17:30; I-II szkoła ponadpodstawowa środa 15:30-17:00, III-V szkoła ponadpodstawowa środa 17:00-19:00	osoby zamieszkujące na terenie Gminy Cieszyn i Powiat Cieszyński
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) *Prowadzony przez radców prawnych*	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/artykul/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 złożą stosowne oświadczenie, a także osoby chcące dokonać zgłoszenia naruszenia prawa w rozumieniu ustawy z dnia 14 czerwca 2024 r. o ochronie sygnalistów
	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i mediacji w **Istebnej** (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) *Prowadzony przez radców prawnych*	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/artykul/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/	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 złożą stosowne oświadczenie, a także osoby chcące dokonać zgłoszenia naruszenia prawa w rozumieniu ustawy z dnia 14 czerwca 2024 r. o ochronie sygnalistów
	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i mediacji w **Ustroniu** (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) *Prowadzony przez radców prawnych*	43-450 Ustroń Rynek 4 budynek 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/artykul/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 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 złożą stosowne oświadczenie, a także osoby chcące dokonać zgłoszenia naruszenia prawa w rozumieniu ustawy z dnia 14 czerwca 2024 r. o ochronie sygnalistów
Nieodpłatna pomoc prawna i mediacja	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i mediacji w **Brennej** (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) *Prowadzony przez radców prawnych*	43-438 Brenna, ul. Leśnica 8 budynek Gminnego 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/artykul/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 czwartek 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 złożą stosowne oświadczenie, a także osoby chcące dokonać zgłoszenia naruszenia prawa w rozumieniu ustawy z dnia 14 czerwca 2024 r. o ochronie sygnalistów

Nieodpłatna pomoc prawna i mediacja	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i mediacji w **Goleszowie** (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) *Prowadzony przez adwokatów*	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/artykul/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 złożą stosowne oświadczenie, a także osoby chcące dokonać zgłoszenia naruszenia prawa w rozumieniu ustawy z dnia 14 czerwca 2024 r. o ochronie sygnalistów
Nieodpłatna pomoc prawna i mediacja	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i mediacji w **Skoczowie** (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) *Prowadzony przez adwokatów*	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/artykul/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 złożą stosowne oświadczenie, a także osoby chcące dokonać zgłoszenia naruszenia prawa w rozumieniu ustawy z dnia 14 czerwca 2024 r. o ochronie sygnalistów
Nieodpłatna pomoc prawna i mediacja	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i mediacji w **Zebrzydowicach** (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) *Prowadzony przez organizację pozarządową: Stowarzyszenie Sursum Corda (adwokat, mgr prawa)*	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/artykul/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 11:30-15:30 czwartek 13:00-17:00 piątek 11:30-15:30	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 złożą stosowne oświadczenie, a także osoby chcące dokonać zgłoszenia naruszenia prawa w rozumieniu ustawy z dnia 14 czerwca 2024 r. o ochronie sygnalistów
Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie i mediacja	Punkt nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego i mediacji w **Chybiu** (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) *Prowadzony przez organizację pozarządową Stowarzyszenie Sursum Corda (doradca obywatelski, radca prawny, adwokat)*	43-520 Chybie, ul. Bielska 78 budynek Urzędu Gminy	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/artykul/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 złożą stosowne oświadczenie, a także osoby chcące dokonać zgłoszenia naruszenia prawa w rozumieniu ustawy z dnia 14 czerwca 2024 r. o ochronie sygnalistów

Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie i mediacja	Punkt nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego i mediacji w **Hażlachu** (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) *Prowadzony przez organizację pozarządową Stowarzyszenie Sursum Corda (doradca obywatelski, radca prawny, adwokat)*	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/artykul/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 złożą stosowne oświadczenie, a także osoby chcące dokonać zgłoszenia naruszenia prawa w rozumieniu ustawy z dnia 14 czerwca 2024 r. o ochronie sygnalistów
	Punkt nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego i mediacji w **Pogwizdowie** (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) *Prowadzony przez organizację pozarządową Stowarzyszenie Sursum Corda (doradca obywatelski, radca prawny, adwokat)*	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/artykul/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/	czwartek 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 złożą stosowne oświadczenie, a także osoby chcące dokonać zgłoszenia naruszenia prawa w rozumieniu ustawy z dnia 14 czerwca 2024 r. o ochronie sygnalistów
Nieodpłatna pomoc prawna i mediacja	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i mediacji w **Cieszynie** (lokal dogodny dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich) *Prowadzony przez organizację pozarządową: Stowarzyszenie Sursum Corda (radca prawny, adwokat, mediator)*	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/artykul/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 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 złożą stosowne oświadczenie, a także osoby chcące dokonać zgłoszenia naruszenia prawa w rozumieniu ustawy z dnia 14 czerwca 2024 r. o ochronie sygnalistów

Zaktualizowano w dniu 17.06.2026 r.