



**KATOWICE**  
dla odmiany



Miejski Ośrodek  
Pomocy Społecznej  
w Katowicach

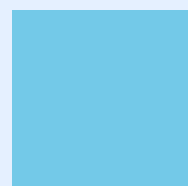
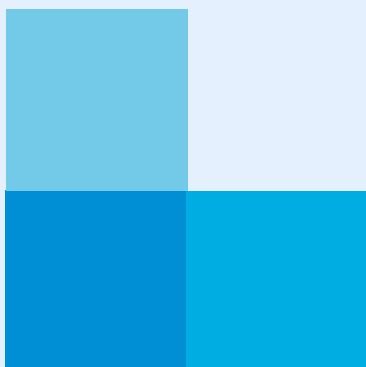
# INFORMATOR

## OFERTY WSPARCIA

### OSÓB AKTYWNIE POSZUKUJĄCYCH PRACY

**Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach**

**Centrum Poradnictwa Specjalistycznego, Metodyki i Strategii**  
ul. Morcinka 19A  
40-124 Katowice  
tel. 32 250 50 16, 32 259 85 11, 32 258 51 10  
e mail: [cps@mops.katowice.pl](mailto:cps@mops.katowice.pl)



## I. INSTYTUCJE ŚWIADCZĄCE USŁUGI POŚREDNICTWA PRACY

Pośrednictwo pracy polega na udzielaniu pomocy osobom bezrobotnym oraz pracy w znalezieniu odpowiedniego zatrudnienia.

Lp.	Instytucja	Dane kontaktowe	Godziny przyjmowania stron	Rejestracja online	Uwagi/dodatkové możliwości
1	<b>POWIATOWY URZĄD PRACY</b>	Katowice, ul. Pośpiecha 14 tel. 32 479 85 00 - 3 <a href="http://katowice.praca.gov.pl">http://katowice.praca.gov.pl</a> <a href="mailto:sekretariat@katowice.praca.gov.pl">sekretariat@katowice.praca.gov.pl</a> <a href="mailto:ofertypracy@katowice.praca.gov.pl">ofertypracy@katowice.praca.gov.pl</a>	PN. - PT. 8.00 - 14.00	możliwość dokonania rejestracji online	- pośrednictwo pracy krajowe - pośrednictwo pracy z obszaru EURES Sieć Europejskich Ofert Pracy - poradnictwo zawodowe - dostęp do informacji i elektronicznych baz danych - organizacja szkoleń i innych form podnoszenia kwalifikacji
2	<b>OHP KATOWICE CENTRUM EDUKACJI I PRACY MŁODZIEŻY</b>	Katowice, Pl. Grunwaldzki 8 - 10 tel. 32 209 08 59, faks. 32 258 19 33 <a href="https://ohp.pl/nasze-jednostki/wojewodzkie-komendy-ohp/slaskie/jednostki/centra-edukacji-i-pracy-mlodziezy">https://ohp.pl/nasze-jednostki/wojewodzkie-komendy-ohp/slaskie/jednostki/centra-edukacji-i-pracy-mlodziezy</a> <a href="mailto:ceipm.katowice@ohp.pl">ceipm.katowice@ohp.pl</a>	PN. – PT. 7.45 - 15.45	brak możliwości	- oferty pracy dla osób w wieku od 15 do 25 roku życia - pośrednictwo pracy - pośrednictwo pracy w ramach EURES - poradnictwo i informacja zawodowa dla bezrobotnej młodzieży i osób poszukujących pracy - oferty pracy za granicą dla młodzieży - organizacja targów i giełd pracy
3	<b>WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY</b>	Katowice, ul. Kościuszki 30 tel. 32 757 33 60, 32 757 33 01 <a href="https://wupkatowice.praca.gov.pl">https://wupkatowice.praca.gov.pl</a> <a href="mailto:wup@wup-katowice.pl">wup@wup-katowice.pl</a> <a href="mailto:kawu@praca.gov.pl">kawu@praca.gov.pl</a>	PN. – PT. 7.30 - 15.30	możliwość dokonania rejestracji online praca.gov.pl	- oferty pracy w kraju - bezpłatne szkolenia dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy - szkolenia w zakresie planowania działalności gospodarczej - pośrednictwo pracy za granicą EURES
4	<b>AGENCJA ZATRUDNIENIA ZAKŁADU DOSKONALENIA ZAWODOWEGO</b>	Katowice, ul. Krasińskiego 2 tel. 32 603 77 30 <a href="https://www.zdz.katowice.pl/biuro-posrednictwa-pracy-profesja-katowice.profesja@zdz.katowice.pl">https://www.zdz.katowice.pl/biuro-posrednictwa-pracy-profesja-katowice.profesja@zdz.katowice.pl</a>	PN. – PT. 8.00 - 16.00	brak możliwości	- pośrednictwo pracy - dane do rejestracji należy przesłać na adres: <a href="mailto:katowice.profesja@zdz.katowice.pl">katowice.profesja@zdz.katowice.pl</a> .

### Centrum informacyjne służb zatrudnienia Zielona Linia

**System Zielona Linia**, którego częścią jest Serwis <https://zielonalinia.gov.pl/>, jest projektem, którego zadaniem jest stworzenie nowej jakości w relacjach z bezrobotnymi, poszukującymi pracy i pracodawcami. Szeroki dostęp do udzielanych informacji realizowany jest poprzez infolinię pod numerem 19524, skierowaną szczególnie do osób bezrobotnych i pracodawców oraz do wszystkich potrzebujących informacji o usługach realizowanych przez publiczne służby zatrudnienia, jak również przez nieograniczony dostęp do portalu internetowego.

Instytucja	Dane kontaktowe	Godziny przyjmowania stron	Uwagi/dodatkové możliwości
<b>CENTRUM INFORMACYJNE SŁUŻB ZATRUDNIENIA „ZIELONA LINIA”</b>	Infolinia (płatna) 19524 <a href="https://zielonalinia.gov.pl/">https://zielonalinia.gov.pl/</a> <a href="mailto:kontakt@zielonalinia.gov.pl">kontakt@zielonalinia.gov.pl</a>	PN. – PT. 8.00 – 18.00	Dostępne usługi: - oferty pracy w kraju i za granicą - oferty szkoleń - wiadomości z regionu - fabryka CV - do korzystania z portalu konieczne utworzenie konta



## II. POWIATOWE URZĘDY PRACY W REGIONIE

Powiatowe Urzędy Pracy to instytucje, które zajmują się realizacją usług rynku pracy zgodnie z ustawą z dnia 20 kwietnia 2004 r. o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy.

Podstawowymi usługami rynku pracy realizowanymi przez PUP są:

- pośrednictwo pracy,
- poradnictwo zawodowe i informacja zawodowa,
- pomoc w aktywnym poszukiwaniu pracy, organizacja kursów i szkoleń zawodowych.

W zakresie oferty PUP dostępne są instrumenty rynku pracy – formy aktywizacji i wsparcia osób bezrobotnych tj. staże, przygotowania zawodowe dorosłych, prace interwencyjne, prace społecznie użyteczne, roboty publiczne, boni szkoleniowy, boni stażowy, boni zatrudnieniowy, boni na zasiedlenie, dotacje na podjęcie działalności gospodarczej oraz na założenie lub przystąpienie do spółdzielni socjalnej, refundacja kosztów opieki nad dzieckiem, stypendia w okresie kontynuowania nauki, dodatki aktywizacyjne.

Dodatkowo Powiatowe Urzędy Pracy realizują bieżące projekty unijne służące aktywizacji zawodowej osób bezrobotnych i poszukujących pracy.

Lp.	Instytucja	Dane kontaktowe	Godziny przyjmowania stron	Rejestracja online	Uwagi/dodatkowe możliwości
1.	<b>POWIATOWY URZĄD PRACY W BĘDZINIE</b>	Będzin, ul. Krasickiego 17A tel. 32 729 59 41, 32 267 30 03, <a href="https://bedzin.praca.gov.pl/">https://bedzin.praca.gov.pl/</a> <a href="mailto:pup@pup.bedzin.pl">pup@pup.bedzin.pl</a>	PN. 7.00 – 16.00 WT. – CZW. 7.00 – 15.00 PT. 7.00 – 14.00	możliwość dokonania rejestracji online	Poradnik: jak szukać pracy, przygotować CV i list motywacyjny, jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej.
2.	<b>POWIATOWY URZĄD PRACY W BYTOMIU</b>	Bytom, ul. Łagiewnicka 15 tel. 32 281 70 19, 32 281 33 07, 32 389 15 36, <a href="http://bytom.praca.gov.pl/">http://bytom.praca.gov.pl/</a> <a href="mailto:urząd@pupbytom.com.pl">urząd@pupbytom.com.pl</a>	PN. 8.00 - 15.00 WT. – PT. 8.00- 14.00	możliwość dokonania wstępnej rejestracji online	Poradnik: jak szukać pracy, przygotować CV i list motywacyjny, jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej.
3.	<b>POWIATOWY URZĄD PRACY W CHORZOWIE</b>	Chorzów, ul. Opolska 19 tel. 32 34 97 101, <a href="http://chorzow.praca.gov.pl/">http://chorzow.praca.gov.pl/</a> <a href="mailto:kach@praca.gov.pl">kach@praca.gov.pl</a>	PN. – ŚR. 7.00 - 14.00 CZW. 7.00 - 16.00 PT. 7.00 - 13.00	możliwość dokonania wstępnej rejestracji online	Poradnik dotyczący przygotowywania CV i listu motywacyjnego oraz przygotowania do rozmowy kwalifikacyjnej.
4.	<b>POWIATOWY URZĄD PRACY W RUDZIE ŚLĄSKIEJ</b>	Ruda Śląska, ul. Ballestremów 16 tel. 32 771 59 00, <a href="https://rudaslaska.praca.gov.pl/">https://rudaslaska.praca.gov.pl/</a> <a href="mailto:karu@praca.gov.pl">karu@praca.gov.pl</a>	PN. – ŚR. 7.45 – 14.00 CZW. 7.45 – 16.00 PT. 7.45 – 13:00	możliwość dokonania wstępnej rejestracji online	- dostępna baza danych pracodawców lokalnych - dostępny kreator CV na stronie internetowej - możliwość zarejestrowania się w bazie CV
5.	<b>POWIATOWY URZĄD PRACY W ŚWIĘTOCHŁOWICACH</b>	Świętochłowice, ul. Plebiscytowa 3 tel. 32 346 27 03, <a href="https://swietochlowice.praca.gov.pl/">https://swietochlowice.praca.gov.pl/</a> <a href="mailto:sekretariat@pup-swietochlowice.pl">sekretariat@pup-swietochlowice.pl</a>	PN. – PT. 7.30 - 14.30	możliwość dokonania wstępnej rejestracji online	Poradnik: jak szukać pracy, przygotować CV i list motywacyjny, jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej.
6.	<b>POWIATOWY URZĄD PRACY W TYCHACH</b>	Tychy, ul. Budowlanych 59 tel. 32 781 58 61 <a href="https://tychy.praca.gov.pl/">https://tychy.praca.gov.pl/</a> <a href="mailto:poczta@pup.tychy.pl">poczta@pup.tychy.pl</a>	PN. – PT. 7.30 - 15.30	możliwość dokonania wstępnej rejestracji online	Poradnik: jak szukać pracy, przygotować CV i list motywacyjny, jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej.
7.	<b>POWIATOWY URZĄD PRACY W ZABRZU</b>	Zabrze, Pl. Krakowski 9 tel. 32 277 90 00 <a href="https://zabrze.praca.gov.pl/">https://zabrze.praca.gov.pl/</a> <a href="mailto:sekretariat@pupzabrze.pl">sekretariat@pupzabrze.pl</a>	PN. – PT. 8.00 - 15.00	możliwość dokonania wstępnej rejestracji online	Poradnik: jak szukać pracy, przygotować CV i list motywacyjny, jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej.



### III. POŚREDNICTWO PRACY MIĘDZYNARODOWE

Lp.	Instytucja	Dane kontaktowe	Godziny przyjmowania stron	Rejestracja online	Uwagi/dodatkowe możliwości
1.	<b>EURES - SIEĆ EUROPEJSKICH OFERT PRACY W WUP</b>	Katowice, ul. Kościuszki 30 (pokój 223, 226, 227, 300) tel.32 757 33 91 tel. 32 757 33 34 <a href="https://wupkatowice.praca.gov.pl/dla-bezrobotnych-i-poszukujacych-pracy/praca-za-granica">https://wupkatowice.praca.gov.pl/dla-bezrobotnych-i-poszukujacych-pracy/praca-za-granica</a> <a href="mailto:projekt-eures@wup-katowice.pl">projekt-eures@wup-katowice.pl</a>	PN. – PT. 7.30 - 15.30	brak możliwości	- oferty pracy za granicą - aktualny wykaz podmiotów posiadających upoważnienie do kierowania do pracy za granicą u pracodawców zagranicznych
2.	<b>OCHOTNICZY HUFIEC PRACY</b>	Katowice, Pl. Grunwaldzki 8 – 10 tel. 32 209 08 63, 32 209 08 65 faks 32 258 19 31 <a href="https://ohp.pl/rozwoj-zawodowy/posrednictwo-pracy/zagraniczne">https://ohp.pl/rozwoj-zawodowy/posrednictwo-pracy/zagraniczne</a> <a href="mailto:a.stoklosa@ohp.pl">a.stoklosa@ohp.pl</a>	PN. – PT. 7.45 -15.45	brak możliwości	- oferty pracy za granicą dla młodzieży - organizacja targów i giełd pracy

### IV. FIRMY DOBORU PERSONALNEGO

Firmy doboru personalnego realizują pośrednictwo pracy w zakresie pracy stałej, czasowej, pracy w zastępstwie, pracy na podstawie umowy – zlecenia oraz umowy o dzieło. Dobór personalny związany jest z rekrutacją osób znajdujących się w bazie danych do wykonywania pracy u pracodawców zlecających poszukiwanie kandydatów na określone stanowiska pracy. Firmy doboru personalnego w procesie rekrutacyjnym reprezentują pracodawcę. Usługi tych firm dla osób poszukujących zatrudnienia są **nieodpłatne**.

Lp.	Instytucja	Dane kontaktowe	Uwagi/dodatkowe możliwości
1.	<b>ADECCO POLAND</b>	Katowice, Moniuszki 7 tel. 22 250 80 00 <a href="https://adecco.pl">https://adecco.pl</a> <a href="mailto:katowice@adecco.com">katowice@adecco.com</a>	- kontakt z biurem w godzinach: PN. – PT. 8.00 -16.00 -rejestracja na stronie www firmy (należy złożyć aktualne CV z fotografią oraz podać dane kontaktowe) - baza ofert pracy
2.	<b>CENTRUM KARIER I WSPÓŁPRACY Z ABSOLWENTAMI</b>	Katowice, ul. 1 Maja 47 budynek L, pok. 4 (wejście przez budynek E) tel.32 257 73 54, 32 257 70 74 <a href="https://www.ue.katowice.pl/jednostki/centrum-karier-i-wspolpracy-z-absolwentami.html">https://www.ue.katowice.pl/jednostki/centrum-karier-i-wspolpracy-z-absolwentami.html</a> <a href="mailto:ckwa@eukat.pl">ckwa@eukat.pl</a>	- oferty pracy, staży i praktyk - doradztwo dla osób oszukujących zatrudnienia i zainteresowanych założeniem własnej firmy - szkolenia, warsztaty, treningi z zakresu aktywizacji zawodowej, przedsiębiorczości
3.	<b>BIURO KARIER UNIwersytetu Śląskiego</b>	Katowice, ul. Bankowa 12 (parter Rektoratu) tel. 32 359 19 82, 32 359 20 32 <a href="http://www.bk.us.edu.pl/">http://www.bk.us.edu.pl/</a> <a href="mailto:bk@us.edu.pl">bk@us.edu.pl</a> <a href="mailto:careercentre@us.edu.pl">careercentre@us.edu.pl</a>	- obsługa klientów: PN - PT . 7.30 - 15.30 - baza ofert pracy, staży, praktyk - planowanie kariery - próbne rozmowy kwalifikacyjne - szkolenia i warsztaty - doradztwo w zakresie założenia działalności gospodarczej Biuro Karier działa z myślą o studentach i absolwentach UŚ na rynku pracy.
4.	<b>DEL PIERO DORADZTWO KADROWE</b>	Katowice, ul. Warszawska 46/6 tel. 32 251 72 31 <a href="http://www.delpiero.pl">www.delpiero.pl</a> <a href="mailto:klienci@delpiero.pl">klienci@delpiero.pl</a>	- rejestracja tylko przez stronę internetową - doradztwo personalne - baza ofert pracy dostępnych w serwisach: pracuj.pl, gowork.pl, praca.pl, olx - oferty pracy tymczasowej
5.	<b>DPM SP. Z O.O</b>	Katowice, ul. Sokolska 30A/80 tel. 32 251 01 80 <a href="https://dpm.com.pl/">https://dpm.com.pl/</a> <a href="mailto:centrala@dpm.com.pl">centrala@dpm.com.pl</a>	- rejestracja na podstawie kwestionariusza - oferty pracy na specjalistyczne stanowiska



Lp.	Instytucja	Dane kontaktowe	Uwagi/dodatkowe możliwości
6.	<b>GI - GROUP BIURO DORADZTWA PERSONALNEGO</b>	Katowice, Chorzowska 6 tel. 508 024 609, <a href="https://pl.gigroup.com">https://pl.gigroup.com</a> <a href="mailto:biuro.katowice@gigroup.com">biuro.katowice@gigroup.com</a>	- nie ma konieczności rejestracji - możliwość przesłania CV i dołączenia do bazy kandydatów - baza ofert pracy - poradnik dotyczący sporządzania CV oraz listu motywacyjnego
7.	<b>HAYS POLAND</b>	Katowice, Al. Roździeńskiego 1A tel. 32 603 74 80 <a href="https://m.hays.pl/">https://m.hays.pl/</a> <a href="mailto:katowice@hays.pl">katowice@hays.pl</a>	- preferowane jest wysłanie CV mailem - usługi w zakresie rekrutacji w branżach specjalistycznych
8.	<b>JOB – IMPULSE</b>	Katowice, ul. Mickiewicza 21 tel. 690 196 153, 502 298 358 <a href="https://jobimpulse.pl/">https://jobimpulse.pl/</a> <a href="mailto:katowice@jobimpulse.pl">katowice@jobimpulse.pl</a>	- rejestracja na podstawie kwestionariusza dostępnego na stronie internetowej lub osobiście - obsługa klientów: PN. – PT. 8.00 - 16.00 - oferty pracy dla osób z niepełnosprawnościami - oferty pracy dla studentów
9.	<b>LINK CONSULTING</b>	Katowice, ul. Francuska 102/U2 tel./faks 32 348 51 48 <a href="http://www.linkconsulting.com.pl/">http://www.linkconsulting.com.pl/</a> <a href="mailto:biuro@linkconsulting.com.pl">biuro@linkconsulting.com.pl</a>	- obsługa klientów: PN. – PT. 8.00 -16.00 - możliwość wpisania do bazy kandydatów poprzez wysłanie CV na adres: <a href="mailto:baza@linkconsulting.com.pl">baza@linkconsulting.com.pl</a> - możliwości zatrudnienia dla absolwentów - poprzez wysłanie aplikacji na adres: <a href="mailto:absolwent@linkconsulting.com.pl">absolwent@linkconsulting.com.pl</a>
10.	<b>MANPOWER</b>	Katowice, ul. Sobieskiego 2 tel. 32 793 72 03 <a href="https://manpower.pl/">https://manpower.pl/</a> <a href="mailto:katowice.sobieskiego@manpower.pl">katowice.sobieskiego@manpower.pl</a>	- rejestracja na podstawie kwestionariusza dostępnego w firmie lub wypełnienie CV na stronie internetowej - obsługa klientów: PN. – PT. 8.00 -15.00 - dostępne także oferty pracy za granicą
11.	<b>RANDSTAD</b>	Katowice, ul. Młyńska 6A tel. 32 667 961 768 <a href="https://randstad.pl/">https://randstad.pl/</a> <a href="mailto:katowice@randstad.pl">katowice@randstad.pl</a>	- rejestracja na podstawie kwestionariusza lub przez CV na e-mail - obsługa klientów: PN.- PT. 8.00 - 16.00 - baza ofert pracy stałej i tymczasowej (online)
12.	<b>TRENKWALDER</b>	Katowice, ul. Opolska 22 tel. 32 251 80 27 <a href="https://trenkwalder.com">https://trenkwalder.com</a> <a href="mailto:PiBiuroKatowice@trenkwalder.com">PiBiuroKatowice@trenkwalder.com</a>	- obsługa klientów: PN. – PT. 08.00 -16.00 - baza ofert pracy stałej i tymczasowej, w kraju i za granicą - możliwość rejestracji online
13.	<b>A&amp;J PARTNERS</b>	Bytom, ul. Dworcowa 25, II piętro tel.32 395 88 83 <a href="https://ajpartners.pl/">https://ajpartners.pl/</a> <a href="mailto:rekrutacja@ajpartners.pl">rekrutacja@ajpartners.pl</a>	- biuro czynne PN. – PT. 8.00 - 16.00 - oferty pracy w kraju i za granicą - rejestracja poprzez formularz aplikacyjny dostępny na stronie internetowej
14.	<b>HORYZONT</b>	Gliwice, ul. Okrężna 6 tel. 32 775 57 12 <a href="https://horyzont.pl/">https://horyzont.pl/</a> <a href="mailto:info@horyzont.pl">info@horyzont.pl</a>	- obsługa klientów PN. –PT. 8.00 - 16.00 - baza ofert pracy - rejestracja w bazie kandydatów poprzez wypełnienie ankiety aplikacyjnej oraz CV
15.	<b>TALENT PARTNERS</b>	Gliwice, ul. Zwycięstwa 14 tel. 32 307 17 00 516 040 525 <a href="https://talentpartners.pl/">https://talentpartners.pl/</a> <a href="mailto:rekrutacja@talentpartners.pl">rekrutacja@talentpartners.pl</a> <a href="mailto:biuro@talentpartner.pl">biuro@talentpartner.pl</a>	- obsługa klientów: PN. – PT. 8.00 - 16.00 - baza ofert pracy - aplikacja na stanowiska przez stronę internetową - możliwość rejestracji w bazie kandydatów - poradnik dotyczący poszukiwania pracy
16.	<b>WORK &amp; PROFIT</b>	Bielsko - Biała, ul. 11 Listopada 60-62 tel. 33 816 64 09 <a href="https://workprofit.pl/">https://workprofit.pl/</a> <a href="mailto:poczta@workprofit.pl">poczta@workprofit.pl</a>	- obsługa klientów: PN. – PT. 10.00 - 15.00 - baza ofert pracy w kraju i za granicą - rejestracja poprzez formularz zgłoszeniowy online



## V. PORADNICTWO I DORADZTWO ZAWODOWE

**Doradztwo zawodowe** to usługi świadczone dla osób potrzebujących pomocy w dokonywaniu wyborów zawodowych. Poradnictwo zawodowe to proces, w którym doradca zawodowy pomaga klientowi w osiągnięciu lepszego zrozumienia siebie samego w odniesieniu do środowiska pracy, aby umożliwić mu realistyczny wybór lub zmianę zatrudnienia lub też osiągnięcia właściwego dostosowania zawodowego. Usługi doradcy zawodowego dotyczą pomocy w zakresie określania predyspozycji i preferencji zawodowych, pomocy w wyborze zawodu, doskonalenia umiejętności aktywnego poszukiwania pracy. Doradztwo realizowane jest zarówno w formie indywidualnej jak i grupowej.

Lp.	Instytucja/Organizacja	Dane kontaktowe	Uwagi
1.	<b>POWIATOWY URZĄD PRACY</b>	Katowice, ul. Pośpiecha 14, tel. 32 47 98 500-3 <a href="https://katowice.praca.gov.pl/">https://katowice.praca.gov.pl/</a> <a href="mailto:sekretariat@pupkatowice.pl">sekretariat@pupkatowice.pl</a>	- obsługa klientów: PN. – PT. 8.00 - 14.00
2.	<b>WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY ZESPÓŁ DS. PORADNICTWA ZAWODOWEGO, METODYKI I PRZEDSIĘBIORCZOŚCI</b>	Katowice, ul Kościuszki 30 pok. 228, 230, 230a, 232 tel. 32 757 33 89, 32 757 33 40 <a href="https://wupkatowice.praca.gov.pl">https://wupkatowice.praca.gov.pl</a> <a href="mailto:poradnictwo@wup-katowice.pl">poradnictwo@wup-katowice.pl</a>	Podstawowe zadania realizowane przez Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej: - świadczenie usług w zakresie informacji zawodowej indywidualnej i grupowej, - udzielanie indywidualnych porad zawodowych, - prowadzenie grupowego poradnictwa zawodowego, - prowadzenie porad dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy w zakresie samozatrudnienia, - prowadzenie oceny predyspozycji zawodowych, w tym badań psychologicznych, - opracowywanie, aktualizowanie i upowszechnianie informacji zawodowych oraz innych zasobów informacji pomocnych w poszukiwaniu pracy, - realizowanie działań w zakresie krajowego pośrednictwa pracy o zasięgu ponadpowiatowym i we współpracy z właściwymi powiatowymi urzędami pracy, - międzynarodowe pośrednictwo pracy w ramach sieci EURES, udzielanie informacji o krajowym i europejskim rynku pracy, - realizacja działań o charakterze metodyczno-szkoleniowym w zakresie usług rynku pracy dla pracowników wojewódzkiego i powiatowych urzędów oraz niekomercyjnych partnerów rynku pracy, - udzielanie informacji o możliwościach i zakresie pomocy świadczonej przez urzędy pracy, - prowadzenie działalności metodycznej.
3.	<b>OCHOTNICZE HUFCE PRACY</b>	Katowice, Pl. Grunwaldzki 8 -10 tel. 32 209 08 59 <a href="https://www.ohp.pl/">https://www.ohp.pl/</a> <a href="mailto:skaskie@ohp.pl">skaskie@ohp.pl</a>	- obsługa klientów PN. – PT. 7.45 – 15.45 - poradnictwo zawodowe dla dorosłych oraz młodzieży od 15 do 25 roku życia
4.	<b>CENTRUM PORADNICTWA SPECJALISTYCZNEGO, METODYKI I STRATEGII MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ</b>	Katowice, ul. Morcinka 19a tel. 32 250 50 16 <a href="https://www.mops.katowice.pl/">https://www.mops.katowice.pl/</a> <a href="mailto:cps@mops.katowice.pl">cps@mops.katowice.pl</a>	Możliwość uzyskania wsparcia w ramach aktywnego poszukiwania pracy. Indywidualne konsultacje po wcześniejszym umówieniu się telefonicznym z pracownikiem konsultującym. Usługi przeznaczone wyłącznie dla mieszkańców Katowic.
5	<b>ŚLĄSKIE CENTRUM PROFILAKTYKI I PSYCHOTERAPII CENTRUM INTEGRACJI SPOŁECZNEJ W KATOWICACH</b>	Katowice, ul. Ligocka 5 tel. 576 190 136 <a href="http://www.centrumprofilaktyki.org.pl/">http://www.centrumprofilaktyki.org.pl/</a> <a href="mailto:centrumprofilaktyki.programy@gmail.com">centrumprofilaktyki.programy@gmail.com</a>	Centrum Integracji Społecznej w Katowicach zakłada reintegrację społeczno-zawodową osób zagrożonych ubóstwem lub zagrożeniem społecznym z terenu Miasta Katowice. Reintegracja społeczno-zawodowa w 3 pracowniach: gastronomicznej, remontowo-budowlano-ogrodniczej oraz cateringowej. Reintegracja zawodowa przyczynia się do odbudowy i podtrzymania zdolności do samodzielnego świadczenia pracy na rynku pracy i odbywa się poprzez zajęcia w pracowniach oraz kwalifikacyjne kursy zawodowe. Reintegracja społeczna przyczynia się do odbudowania i podtrzymania umiejętności uczestniczenia w życiu w społeczności lokalnej i pełnienia ról społecznych w miejscu pracy i życiu rodzinnym, odbywa się poprzez m.in. zajęcia z komunikacji, budowania relacji, współdziałania w społeczności lokalnej. W ramach CIS uczestnicy odbywają także spotkania edukacyjne, konsultacje z doradcą zawodowym oraz aktywnym pośrednikiem pracy.
6	<b>FUNDACJA CARITAS KATOWICE</b>	Katowice ul. Brata Alberta 4 tel. 577 415 999 <a href="https://fundacjacaritas.pl/cis/">https://fundacjacaritas.pl/cis/</a> <a href="mailto:natalia.kulinska@fundacjacaritas.pl">natalia.kulinska@fundacjacaritas.pl</a>	Centrum Integracji Społecznej jest powołane do realizacji zadań mających na celu reintegrację społeczną i zawodową osób dotkniętych wykluczeniem społecznym z brakiem zatrudnienia. Uczestnicy pozostają pod opieką instruktora, psychologa, trenera pracy/specjalisty ds.. Integracji zawodowej i społecznej, pracownika socjalnego.

## VI. USTALANIE STOPNIA NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI ORAZ ORZECZNICTWO RENTOWE

Osoby mające poważne problemy zdrowotne mogą ubiegać się o orzeczenie o stopniu niepełnosprawności z Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej oraz stopień niezdolności do pracy z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych.

Orzecznictwo w ramach Miejskiego Zespołu do Spraw Orzekania o Stopniu Niepełnosprawności (MZON) oraz Zakładu Ubezpieczeń Społecznych jest prowadzone niezależnie od siebie, zatem istnieje możliwość uzyskania orzeczeń o niepełnosprawności w obu instytucjach. Osoby, które nie mają uprawnień do świadczeń rentowych z ZUS mogą uzyskać orzeczenie wyłącznie w MZON, które powiązane jest z możliwością uzyskania świadczeń z pomocy społecznej, ułatwieniem dostępu do rehabilitacji oraz szerszymi możliwościami poszukiwania pracy w warunkach pracy chronionej.

Lp.	Instytucja	Dane kontaktowe	Uwagi
1.	<b>MIEJSKI ZESPÓŁ DO SPRAW ORZEKANIA O STOPNIU NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI PRZY MIEJSKIM OŚRODKU POMOCY SPOŁECZNEJ</b>	Katowice, ul. Gliwicka 102 tel. 32 250 87 00, 32 209 35 40 <a href="http://www.mops.katowice.pl/">http://www.mops.katowice.pl/</a> <a href="mailto:mzon@mops.katowice.pl">mzon@mops.katowice.pl</a>	Obsługa klienta: PN 9.00 - 16.30, WT – PT 8.00 - 14.00. Ustalanie stopnia niepełnosprawności (lekki, umiarkowany, znaczny) realizowane jest w celach pozarentowych, ustalanie uprawnień do świadczeń z pomocy społecznej do celów zatrudnienia, rehabilitacji
2.	<b>ZAKŁAD UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH ODDZIAŁ W CHORZOWIE INSPEKTORAT W KATOWICACH</b>	Katowice, Inspektorat ul. Sowińskiego 2 tel. 22 560 16 00, <a href="https://zus.pl">https://zus.pl</a>	Obsługa klienta: PN 8.00—17.00 WT - PT 8.00 -15.00 Orzecznictwo rentowe realizowane przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych - lekarza orzecznika i dotyczy określenia niezdolności do pracy (częściowa, całkowita lub całkowita z brakiem zdolności do samodzielnej egzystencji, niezdolność do pracy). Uzyskanie niezdolności do pracy może skutkować uzyskaniem: świadczenia rehabilitacyjnego, świadczenia rentowego.

## VII. WSPARCIE DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

Lp.	Instytucja	Dane kontaktowe	Uwagi
1.	<b>POLSKI ZWIĄZEK NIEWIDOMYCH – OKRĘG ŚLĄSKI</b>	Chorzów, ul. Katowicka 77 tel. 32 771 09 22, 32 771 09 23, 32 241 37 37 <a href="http://pznslask.org.pl/strona-glowna">http://pznslask.org.pl/strona-glowna</a> <a href="mailto:sekretariat@pznslask.org.pl">sekretariat@pznslask.org.pl</a>	Obsługa klientów: PN—PT 8.00—14.00 Pomoc w zakresie informowania osób z niepełnosprawnościami o ich prawach wynikających z kodeksu pracy, instytucjach wsparcia, podniesienia świadomości społecznej w zakresie inwalidztwa wzroku, uświadomienia pracodawców na temat korzyści płynących z zatrudnienia osób z niepełnosprawnościami
2.	<b>SPECJALISTYCZNA PORADNIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA</b>	Katowice, ul. Sokolska 26, tel. 32 259 95 86 <a href="https://sppp.katowice.pl">https://sppp.katowice.pl</a> <a href="mailto:poradnia@sppp.katowice.pl">poradnia@sppp.katowice.pl</a>	Obsługa klientów: PN, WT, ŚR, PT—8.00—18.00, CZW 8.00 - 16.00 Poradnictwo dla rodziców i opiekunów dzieci z niepełnosprawnościami
3.	<b>MIEJSKI ZESPÓŁ DO SPRAW ORZEKANIA O STOPNIU NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI PRZY MIEJSKIM OŚRODKU POMOCY SPOŁECZNEJ</b>	Katowice, ul. Gliwicka 102 tel. 32 250 87 00, 32 209 35 40 <a href="http://www.mops.katowice.pl/">http://www.mops.katowice.pl/</a> <a href="mailto:mzon@mops.katowice.pl">mzon@mops.katowice.pl</a>	Obsługa klientów: PN 9.00 – 16.30, WT – PT 8.00 – 14.00 Ustalanie stopnia niepełnosprawności (lekki, umiarkowany, znaczny) realizowane jest w celach pozarentowych, ustalenie uprawnień do świadczeń z pomocy społecznej do celów zatrudnienia, rehabilitacji.
4.	<b>CENTRUM DORADZTWA ZAWODOWEGO I WSPIERANIA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH INTELEKTUALNIE</b>  <b>CENTRUM DZWONI</b>	Bytom, Pl. Kościuszki 9/33 tel. 726 136 335 <a href="https://centrumdzwoni.pl/">https://centrumdzwoni.pl/</a> <a href="mailto:bytom@centrumdzwoni.pl">bytom@centrumdzwoni.pl</a>	W ofercie Centrum: - warsztatowe wyjazdy integracyjno-motywacyjno-szkoleniowe - indywidualny plan aktywizacji - wsparcie przygotowujące do zatrudnienia - wsparcie motywacyjne - indywidualne wsparcie trenera pracy w zatrudnieniu - monitoring zatrudnienia
5.	<b>PAŃSTWOWY FUNDUSZ REHABILITACJI OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH (PFRON)</b>	Katowice, Plac Grunwaldzki 8-10/8 tel. 32 493 21 00, 32 493 21 16 <a href="https://pfron.org.pl">https://pfron.org.pl</a> <a href="mailto:katowice@pfron.org.pl">katowice@pfron.org.pl</a>	Obsługa klientów: PN - PT 7.45 - 15.45 Aktywizacja zawodowa osób z niepełnosprawnościami (staże, szkolenia, doradztwo zawodowe, pośrednictwo pracy).

## VIII. INFORMACJA O BAZIE ZAKŁADÓW PRACY CHRONIONEJ

Lp.	Institucja	Dane kontaktowe
1.	<b>ŚLĄSKI URZĄD WOJEWÓDZKI</b> Wydział Rodziny i Polityki Społecznej publikuje wykaz zakładów pracy chronionej z danymi adresowymi.	Wykaz zakładów pracy chronionej: <a href="https://www.katowice.uw.gov.pl/wydzial/wydzial-rodziny-i-polityki-spolecznej/wykazy-i-rejestry">https://www.katowice.uw.gov.pl/wydzial/wydzial-rodziny-i-polityki-spolecznej/wykazy-i-rejestry</a>

## IX. WSPARCIE OSÓB PO ODBYCIU KARY POZBAWIENIA WOLNOŚCI W POWROCIE NA RYNEK PRACY

Lp.	Institucja	Dane kontaktowe	Uwagi
1.	<b>FUNDACJA POMOST</b>	Zabrze, ul. Wolności 276 III p tel. 32 271 47 88 32 606 74 00 <a href="https://www.fundacja-pomost.pl/">https://www.fundacja-pomost.pl/</a> <a href="mailto:fundacijapomost.pl@gmail.com">fundacijapomost.pl@gmail.com</a>	Godziny pracy biura: PN—PT 7.00—14.00 Realizowane zadania: - prowadzenie Ośrodka Readaptacyjnego - punkt konsultacyjny dla osób opuszczających zakłady karne i ich rodzin - prowadzenie mieszkań readaptacyjnych - tworzenie i prowadzenie grupy wsparcia w zakładach karnych - prowadzenie szkoleń i warsztatów, dotyczących pracy z osobami po odbyciu kary pozbawienia wolności

## X. WSPARCIE DLA OSÓB PLANUJĄCYCH URUCHOMIENIE WŁASNEJ DZIAŁALNOŚCI GOSPODARCZEJ

Lp.	Institucja	Dane kontaktowe	Uwagi
1.	<b>WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY W KATOWICACH</b>  <b>CENTRUM INFORMACJI I PLANOWANIA KARIERY ZAWODOWEJ</b>	Katowice, ul. Kościuszki 30 pok. 228, 230, 230a, 232 tel. 32 757 33 89, 32 757 33 40 <a href="https://wupkatowice.praca.gov.pl/poradnictwo@wup-katowice.pl">https://wupkatowice.praca.gov.pl/poradnictwo@wup-katowice.pl</a>	Obsługa klientów: PN - PT 7.30 -15.30. Zadania mają na celu aktywizację osób bezrobotnych i poszukujących pracy w zakresie podejmowania działalności gospodarczej. Realizowana pomoc w tym zakresie polega na przekazywaniu zainteresowanym informacji o kluczowych aspektach związanych z prowadzeniem działalności, w tym: - korzyściach i barierach płynących z samozatrudnienia - możliwościach finansowania, - podstawach prawnych podejmowania działalności gospodarczej - procedurach formalnych związanych z podjęciem działalności gospodarczej (wraz z wypełnianiem formularzy zgłoszeniowych do poszczególnych urzędów) - sposobach i formach rozliczania z Urzędem Skarbowym - kosztach ubezpieczeń społecznych - innych obowiązkach wynikających z przepisów prawa - sposobie tworzenia biznes planu
2.	<b>POWIATOWY URZĄD PRACY W KATOWICACH</b>	Katowice, ul. Poświęcicha 14 tel: 32/47 98 500 32/47 98 501 <a href="https://katowice.praca.gov.pl/dla-bezrobotnych-i-poszukujacych-pracy/formy-wsparcia">https://katowice.praca.gov.pl/dla-bezrobotnych-i-poszukujacych-pracy/formy-wsparcia</a>	- dofinansowanie do podjęcia działalności gospodarczej; - pożyczki na podjęcie działalności gospodarczej; - dofinansowanie podjęcia działalności na zasadach określonych dla spółdzielni socjalnych.
3.	<b>FUNDUSZ GÓRNOŚLĄSKI S.A.</b>	Katowice, ul. Sokolska 8 tel. 32 723 31 10, <a href="https://oddzial.fgsa.pl/pok@fgsa.pl">https://oddzial.fgsa.pl/pok@fgsa.pl</a>	Obsługa klientów: PN. - PT 8.00 – 16.00 Kontakt do Wydziału Programów Pomocowych Regionalnego Funduszu Pożyczkowego odbywa się przez sekretariat. Fundusz udziela różnych form wsparcia finansowanego dla przedsiębiorców, absolwentów oraz osób bezrobotnych.
4.	<b>POLSKA FUNDACJA PRZEDSIĘBIORCZOŚCI</b>	Katowice ul. Opolska 15 pok.13 poziom -1 40-084 Katowice <a href="https://www.bgk.pl/produkty/pozyczka-na-samozatrudnienie/">https://www.bgk.pl/produkty/pozyczka-na-samozatrudnienie/</a>	Podmiot realizuje działania w ramach „Rządowego Programu Pierwszy biznes – Wsparcie w starcie” oraz „Programu Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego na lata 2021-2027 (FERS)” Pożyczka na samozatrudnienie w wysokości do 20-krotności przeciętnego wynagrodzenia. Z pożyczki mogą skorzystać: osoby bezrobotne, osoby poszukujące pracy, które nie są zatrudnione i nie wykonują innej pracy zarobkowej, osoby poszukujące pracy, których przychody nie przekraczają przeciętnego wynagrodzenia, poszukujący pracy opiekunowie osoby z niepełnosprawnością, studenci ostatniego roku studiów (I, II stopnia i jednolitych studiów magisterskich).



Lp.	Instytucja	Dane kontaktowe	Uwagi
3.	<b>IZBA RZEMIEŚLNICZA ORAZ MAŁEJ I ŚREDNIEJ PRZEDSIĘBIORCZOŚCI</b>	Katowice, Plac Wolności 12 tel. 32 259 62 61 <a href="https://ir.katowice.pl">https://ir.katowice.pl</a> <a href="mailto:izba@ir.katowice.pl">izba@ir.katowice.pl</a>	Jednym z najważniejszych obszarów działalności Izby jest realizacja projektów finansowanych ze środków Unii Europejskiej. Izba przygotowała dotychczas kilkadziesiąt projektów z zakresu przygotowania zawodowego dla dorosłych przy współpracy z PUP. Oferta: - kursy i szkolenia zawodowe dla różnych grup wiekowych i zawodowych, osób pracujących, nieaktywnych zawodowo oraz bezrobotnych - kursy i szkolenia są realizowane odpłatnie lub bezpłatnie w ramach projektów unijnych - kursy kwalifikacyjne – kończące się egzaminami zawodowymi, które umożliwiają zdobycie dyplomu zawodowego.

## XI. KURSY I SZKOLENIA ZAWODOWE – odpłatne, dofinansowane m.in. z EFS, bezpłatne.

Lp.	Instytucja	Dane kontaktowe	Uwagi
1.	<b>ZAKŁAD DOSKONALENIA ZAWODOWEGO</b>	Katowice, ul. Krasińskiego 2, tel. 32 603 77 11, <a href="https://zdz.katowice.pl">https://zdz.katowice.pl</a> <a href="mailto:info@zdz.katowice.pl">info@zdz.katowice.pl</a>	Czynne od PN. –PT. 8.00 - 16.00 Oferta: - kursy i szkolenia zawodowe dla różnych grup wiekowych i zawodowych, osób pracujących, nieaktywnych zawodowo oraz bezrobotnych - kursy i szkolenia są realizowane odpłatnie lub bezpłatnie w ramach projektów unijnych - kursy kwalifikacyjne kończące się egzaminami zawodowymi, które umożliwiają zdobycie dyplomu zawodowego - Centrum Doskonalenia Umiejętności Nauczycielskich
2.	<b>WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY</b>	Katowice, ul. Kościuszki 30, tel. 32 757 33 60, 32 757 33 01 <a href="https://wupkatowice.praca.gov.pl">https://wupkatowice.praca.gov.pl</a> <a href="mailto:wup@wup-katowice.pl">wup@wup-katowice.pl</a>	Czynne od PN.-PT. 7.30 -15.30 Oferta: - organizacja szkoleń dla osób pracujących i bezrobotnych – bezpłatnych, w ramach programów unijnych.
3.	<b>ŚLĄSKIE CENTRUM EDUKACJI „OŚWIATA”</b>	Centrum Szkolenia Kursowego i Doradztwa Katowice, Al. W. Korfańtego 141 tel. 32 204 14 73 wew. 25 <a href="https://www.oswiata.slask.pl/">https://www.oswiata.slask.pl/</a> <a href="mailto:kursy@oswiata.slask.pl">kursy@oswiata.slask.pl</a>	Obsługa klientów: od PN - PT 7.00 - 17.00. Oferta: - organizacja i realizacja Kwalifikacyjnych Kursów Zawodowych - kursy i szkolenia są realizowane odpłatnie lub bezpłatnie w ramach projektów unijnych.

## XII. WYKAZ INSTYTUCJI ZAJMUJĄCYCH SIĘ ARCHIWIZACJĄ DOKUMENTACJI

Lp.	Instytucja	Dane kontaktowe	Uwagi
1.	<b>ARCHIWUM PAŃSTWOWE</b>	Katowice, ul. Józefowska 104 tel. 32 208 78 01 <a href="https://katowice.ap.gov.pl/">https://katowice.ap.gov.pl/</a> <a href="mailto:kancelaria@katowice.ap.gov.pl">kancelaria@katowice.ap.gov.pl</a>	Materiały archiwalne udostępnia się po upływie 30 lat od chwili ich wytworzenia o ile nie narusza to przepisów prawa. W razie potrzeby wcześniejszego dostępu do akt wymagane jest od użytkownika przedłożenie umotywowanego wniosku. Archiwum udostępnia materiały archiwalne w formie bezpośredniej - umożliwiając zainteresowanym zapoznanie się z oryginałami dokumentów w pracowni naukowej oraz w formie pośredniej - przekazując informacje zawarte w aktach w postaci pisemnej odpowiedzi lub reprodukcji dokumentu - na wniosek zainteresowanego. Udostępnienie archiwaliów do wglądu w pracowni naukowej jest bezpłatne. Inne formy udostępniania związane z wyszukiwaniem archiwaliów, opracowaniem informacji przez pracowników lub sporządzaniem reprodukcji stanowią usługę odpłatną.

### XIII. BEZPŁATNA POMOC PSYCHOLOGICZNA, TERAPEUTY

Lp.	Instytucja	Dane kontaktowe	Uwagi
1.	<b>WOJEWÓDZKA PORADNIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO</b>	Katowice, ul. Lompy 16 tel. 32 255 28 54	Wizyta u psychologa lub psychiatry po wcześniejszym umówieniu terminu.
2.	<b>OLK-MED. Sp. z o.o.</b>	Katowice, ul. Dąbrowskiego 22 tel. 32 253 52 95 <a href="mailto:sekretariat@olk.katowice.pl">sekretariat@olk.katowice.pl</a>	Wizyta u psychologa lub psychiatry po wcześniejszym umówieniu terminu. Godziny otwarcia: PN – PT 7.30 – 18.00
3.	<b>PORADNIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO PRZY CENTRUM PSYCHIATRII W KATOWICACH</b>	Katowice, ul. Korczaka 22 tel. 32 603 84 00	Poradnia zapewnia ambulatoryjną opiekę psychiatryczną, diagnostykę psychologiczną oraz psychoterapię.
4.	<b>PORADNIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO EPIONE</b>	Katowice, ul. Zawiszy Czarnego 7a tel. 512 142 185 <a href="mailto:epione@epione.pl">epione@epione.pl</a>	Wizyta u psychologa lub psychiatry po wcześniejszym umówieniu terminu. Godziny otwarcia: PN-PT 8.00-15.00
5.	<b>PORADNIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO</b>	Katowice, ul. Ziołowa 45-47 tel. 32 202 40 25, 32 359 80 00	Wizyta u psychologa lub psychiatry po wcześniejszym umówieniu terminu.
6.	<b>CENTRUM PORADNICTWA SPECJALISTYCZNEGO, METODYKI I STRATEGII MIEJSKIEGO OŚRODKA POMOCY SPOŁECZNEJ</b>	Katowice, ul. Morcinka 19a tel. 32 250 50 16, <a href="https://www.mops.katowice.pl/">https://www.mops.katowice.pl/</a>	Usługi przeznaczone wyłącznie dla mieszkańców Katowic. - pomoc psychologiczna - pomoc pedagogiczna - terapia indywidualna Możliwość skorzystania z usług po wcześniejszym telefonicznym umówieniu się.

### XIV. BEZPŁATNY DOSTĘP DO INTERNETU

Lp.	Instytucja	Dane kontaktowe	Uwagi
1.	<b>BIBLIOTEKA ŚLĄSKA</b>	Katowice, plac Rady Europy 1 tel. 32 208 37 00	Bezpłatny dostęp do stanowisk komputerowych z dostępem do Internetu.
2.	<b>CENTRUM INFORMACJI NAUKOWEJ I BIBLIOTEKA AKADEMICKA</b>	Katowice, ul. Bankowa 11a tel. 32 786 50 00	Bezpłatny dostęp do stanowisk komputerowych z dostępem do Internetu.

### XV. BEZPŁATNE PORADY PRAWNE

Lp.	Instytucja	Dane kontaktowe	Uwagi
1.	<b>ZESPÓŁ PRAWNY WOJEWÓDZKIEGO URZĘDU PRACY</b>	Zespół prawny WUP ul. Kościuszki 30 pok. 347, 348 tel.32 757 33 80, 32 757 33 81	Możliwość uzyskania porady prawnej w zakresie regulacji Ustawy o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy z dnia 20 kwietnia 2004 r. oraz prawa pracy. Porady można uzyskać w każdy WT i CZW w godzinach 10.00-12.00
2.	<b>PAŃSTWOWA INSPEKCJA PRACY OKRĘGOWY INSPEKTORAT PRACY</b>	Katowice, ul. Owocowa 6-6a tel. 32 604 12 14  <a href="https://katowice.pip.pl/">https://katowice.pip.pl/</a> <a href="mailto:kancelaria@katowice.pip.gov.pl">kancelaria@katowice.pip.gov.pl</a>	Porady prawne z zakresu: prawa pracy, kodeksu pracy, bezpieczeństwa pracy. Obsługa klientów telefoniczna: 801 002 006, 459 595 406 w godzinach: PN -10.00-18.00, WT-PT 09.00 – 15.00
3.	<b>STOWARZYSZENIE „PO-MOC” DLA KOBIET I DZIECI IM. MARII NIEPOKALANEJ</b>	Katowice, ul. Krasińskiego 21 tel. 32 255 38 69 <a href="https://po-moc.pl/">https://po-moc.pl/</a> <a href="mailto:biuro@po-moc.pl">biuro@po-moc.pl</a>	Możliwość uzyskania pomocy prawnej dla pokrzywdzonych kobiet w zakresie prawa karnego, cywilnego, rodzinnego, ubezpieczeń, prawa pracy, lokalowego oraz poradnictwa w zakresie egzekucji administracyjnej i sądowej.
4.	<b>STUDENCKA PORADNIA PRAWNA WYDZIAŁ PRAWA I ADMINISTRACJI UNIwersytetu ŚLĄSKIEGO</b>	Katowice, ul. Bankowa 11 b punkt przyjęć: pok. 45 sekretariat: pok. 49 tel. 32 359 14 22 <a href="https://spp.us.edu.pl/">https://spp.us.edu.pl/</a> <a href="mailto:spp@us.edu.pl">spp@us.edu.pl</a>	Zakres porad: - prawo cywilne np. w zakresie zawieranych umów, postępowań sądowych, - prawo rodzinne np. w zakresie spraw rozwodowych i alimentacyjnych, - prawo karne, - prawo pracy i ubezpieczeń społecznych.

## XVI. NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA, NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE ORAZ NIEODPŁATNA MEDIACJA DLA MIESZKAŃCÓW MIASTA KATOWICE

Nieodpłatna pomoc prawna, nieodpłatne poradnictwo obywatelskie oraz nieodpłatna mediacja w mieście Katowice, udzielana jest na podstawie Ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej.

Nieodpłatna pomoc prawna i nieodpłatne poradnictwo obywatelskie przysługują osobie uprawnionej, która nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej.

**Zapisy na nieodpłatną pomoc prawną/nieodpłatne poradnictwo obywatelskie przyjmowane są:**

- **telefonicznie** pod nr tel. **(32) 259 37 36** w następujących dniach i godzinach:

poniedziałek, wtorek, środa w godz. 7.30 - 15.30

czwartek w godz. 7.30 - 17.00

piątek w godz. 7.30 – 14.00

- **online** przez stronę internetową: <https://zapisy-np.ms.gov.pl/>.

Udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadczenie nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego odbywa się według kolejności zgłoszeń, po umówieniu terminu.

Osoby ze znaczną niepełnosprawnością ruchową, które nie mogą stawić się w punkcie osobiście oraz osoby doświadczające trudności w komunikowaniu się, o których mowa w ustawie z dnia 19 sierpnia 2011 r. o języku migowym i innych środkach komunikowania się, może być udzielana nieodpłatna pomoc prawna lub świadczone nieodpłatne poradnictwo obywatelskie również przez zorganizowanie wizyty w miejscu zamieszkania lub w miejscu wyposażonym w urządzenie ułatwiające porozumiewanie się z osobami doświadczającymi trudności w komunikowaniu się, lub w miejscu, w którym zapewnia się możliwość skorzystania z pomocy tłumacza języka migowego, lub w innym miejscu dostosowanym do potrzeb tych osób. Sposób zapisania się oraz wzór zamówienia porady na odległość dostępne są na stronie internetowej: <https://www.katowice.eu/dla-mieszkańca/załatw-sprawę/nieodpłatna-pomoc-prawna>

Osoby doświadczające trudności w komunikowaniu się chcące skorzystać z nieodpłatnej pomocy prawnej/nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego mają możliwość samodzielnego zapisu na poradę prawną w Biurze Obsługi Mieszkańców Urzędu Miasta Katowice przy ul. Rynek 1 - zapis na poradę odbywa się za pomocą programu "TOK-TU-TOK" korzystającego ze wsparcia tłumacza języka migowego.

W czasie udzielanej porady prawnej osoba jej udzielająca korzysta z ww. programu (tj. wsparcia tłumacza języka migowego). Porada udzielona z udziałem tłumacza języka migowego możliwa jest wyłącznie w trakcie dyżurów dwóch punktów nieodpłatnej pomocy prawnej:

- punkt przy ul. Markiefki 44a—w godzinach 9.00—13.00
- Punkt przy ul. Hallera 28—w godzinach 11.00—15.00

Zapisy na poradę prawną z usługą tłumacza języka migowego—z co najmniej 3 dniowym wyprzedzeniem.

### Punkty nieodpłatnej pomocy prawnej zlokalizowane na terenie Katowic

Lp.	Instytucja	Dane kontaktowe	Uwagi
1.	<b>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach</b>	Katowice, ul. Warszawska 42 tel. 32 705 45 11 <b>W każdą środę - dyżur specjalistyczny z zakresu mediacji w sprawach rodzinnych.</b>	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i nieodpłatnej mediacji. Punkt powierzony do prowadzenia przez organizację pozarządową: Stowarzyszenie na Rzecz Poradnictwa Obywatelskiego „Dogma” Porady prawne udzielane są: PN.-PT. 16.00 - 20.00
2.	<b>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach</b>	Katowice, ul. M. Obłątów 24 tel. 32 705 45 12 <b>W każdy wtorek - dyżur specjalistyczny z zakresu prawa rodzinnego.</b>	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i nieodpłatnej mediacji. Punkt powierzony do prowadzenia przez organizację pozarządową: Stowarzyszenie na Rzecz Poradnictwa Obywatelskiego „Dogma” Porady prawne udzielane są: PN.-PT. 16.00 - 20.00
3.	<b>Miejska Izba Wyrzeźwień</b>	Katowice, ul. Macieja 10 tel. 32 705 45 20	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i nieodpłatnej mediacji. Porady prawne udzielane są przez adwokatów: PN. – PT. 16.00 - 20.00
4.	<b>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach</b>	Katowice, ul. Dębowa 16c tel. 32 705 45 13 <b>W każdy piątek - dyżur specjalistyczny z zakresu praw pacjenta.</b>	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i nieodpłatnej mediacji. Punkt powierzony do prowadzenia przez organizację pozarządową: Stowarzyszenie na Rzecz Poradnictwa Obywatelskiego „Dogma” Porady prawne udzielane są: PN.-PT. 16.00-20.00
5.	<b>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach</b>	Katowice, ul. Łętowskiego 6a tel. 32 705 45 14 <b>W każdy wtorek - dyżur specjalistyczny z zakresu umów o kredyt/pożyczkę (w tym tzw. "chwilówki").</b>	Punkt nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego i nieodpłatnej mediacji. Punkt powierzony do prowadzenia przez organizację pozarządową: Stowarzyszenie na Rzecz Poradnictwa Obywatelskiego „Dogma” Porady prawne udzielane są: PN.-PT 16.00 - 20.00







Lp.	Instytucja	Dane kontaktowe	Uwagi
6.	<b>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach</b>	Katowice, ul. Krakowska 138 tel. 32 705 45 15 <b>W każdy czwartek - dyżur specjalistyczny z zakresu pomocy prawnej cudzoziemcom rosyjskojęzycznym i ukraińskojęzycznym.</b>	Punkt niepłatnego poradnictwa obywatelskiego i niepłatnej mediacji. Punkt powierzony do prowadzenia przez organizację pozarządową: Stowarzyszenie na Rzecz Poradnictwa Obywatelskiego „Dogma” Porady prawne udzielane są: PN.-PT. 16.00-20.00
7.	<b>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Katowicach</b>	Katowice, ul. Wojewódzka 23 tel. 32 705 45 17 <b>W każdą środę - dyżur specjalistyczny z zakresu prawa spadkowego.</b>	Punkt niepłatnego poradnictwa obywatelskiego i niepłatnej mediacji. Punkt powierzony do prowadzenia przez organizację pozarządową: Stowarzyszenie na Rzecz Poradnictwa Obywatelskiego „Dogma” Porady prawne udzielane są: PN.-PT. 16.00 - 20.00
8.	<b>Miejski Dom Kultury</b>	Katowice, ul. Hallera 28 tel. 32 705 45 18	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i nieodpłatnej mediacji. Porady prawne udzielane są przez radców prawnych: PN. – PT. 11.00 - 15.00
9.	<b>Miejski Dom Kultury</b>	Katowice, ul. Markiefki 44a tel. 32 705 45 19	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i nieodpłatnej mediacji. Porady prawne udzielane są przez radców prawnych: PN. – PT. 09.00 - 13.00
10.	<b>Przychodnia nr 13 „Moja Przychodnia”</b>	Katowice, ul. Ordona 3 parter, pok. 45 tel. 32 705 45 21	Punkt niepłatnego poradnictwa obywatelskiego i niepłatnej mediacji. Punkt powierzony do prowadzenia przez Okręgową Radę Adwokacką. Porady prawne udzielane są przez adwokatów oraz adwokata z uprawnieniami mediatora: PN.-PT. 8.00 - 12.00
11.	<b>Przychodnia nr 13 „Moja Przychodnia”</b>	Katowice, ul. Ordona 3 parter, pok. 45 tel. 32 705 45 21	Punkt niepłatnego poradnictwa obywatelskiego i niepłatnej mediacji. Punkt powierzony do prowadzenia przez Okręgową Radę Adwokacką. Porady prawne udzielane są przez adwokatów: PN.-PT. 13.00 - 17.00

## XVII. WYBRANE STRONY INTERNETOWE Z OFERTAMI PRACY

<a href="http://www.careerjet.pl">www.careerjet.pl</a> <a href="http://www.gowork.pl/praca/katowice;">www.gowork.pl/praca/katowice;</a> <a href="https://gratka.pl/praca">https://gratka.pl/praca</a> <a href="https://www.infopraca.pl/">https://www.infopraca.pl/</a> <a href="http://www.jobs.pl/praca/miasto-katowice">www.jobs.pl/praca/miasto-katowice</a> <a href="https://www.pracatobie.pl/">https://www.pracatobie.pl/</a> <a href="https://praca.trovit.pl/">https://praca.trovit.pl/</a> <a href="https://pl.jobrapido.com/">https://pl.jobrapido.com/</a> <a href="https://megapraca.pl/">https://megapraca.pl/</a>	<a href="http://www.olx.pl">www.olx.pl</a> <a href="http://www.praca.egospodarka.pl">www.praca.egospodarka.pl</a> <a href="http://www.praca.pl">www.praca.pl</a> <a href="http://www.pracuj.pl">www.pracuj.pl</a> <a href="http://www.eurostudent.pl/oferty-pracy/">www.eurostudent.pl/oferty-pracy/</a> <a href="https://stacjarekrutacja.pl/">https://stacjarekrutacja.pl/</a> <a href="http://www.praca.owi.pl">www.praca.owi.pl</a> <a href="http://www.goldenline.pl">www.goldenline.pl</a> <a href="https://www.aplikuj.pl/">https://www.aplikuj.pl/</a>
--	--



## XVIII. APLIKACJE NA SMARTFON

	Android IOS	Aplikacja umożliwia dostęp do ofert pracy, porad zawodowych.
	Android IOS	Aplikacja „Praca za rogiem”. Filtrowanie ofert pracy według miejsca zamieszkania, pracy lub zawodu. Na ofertę odpowiada się prosto z aplikacji.
	Android IOS	Daje dostęp do ofert pochodzących bezpośrednio od pracodawców, portali pracy czy gazet. Umożliwia wyszukiwanie ofert i aplikacji przez wykorzystanie Indeed CV. Wykorzystuje GPS telefonu, co daje możliwość przeglądania ofert znajdujących się w pobliżu. Dostępne są oferty ze wszystkimi formami zatrudnienia – etat, kontrakt, staż.
	Android IOS	Należy założyć konto, aplikacja będzie wyświetlać dopasowane oferty pracy.
	Android IOS	Aplikacja zawiera oferty pracy oraz możliwość wygodnego przesyłania CV.
	Android IOS	Aplikacja zawiera oferty pracy z całej Polski.
	Android IOS	Aplikacja umożliwia dostęp do ofert pracy pochodzących z Powiatowych Urzędów Pracy, Wojewódzkich Urzędów Pracy, Ochotniczych Hufców Pracy oraz oferty targów pracy, giełd pracy szkoleń, grupowych porad zawodowych.

OPRACOWANIE: czerwiec 2024

**Centrum Poradnictwa Specjalistycznego, Metodyki i Strategii MOPS Katowice**

ul. Morcinka 19a

40-124 Katowice

tel. 32 250 50 16

e-mail: [cps@mops.katowice.pl](mailto:cps@mops.katowice.pl)



Miejski Ośrodek  
Pomocy Społecznej  
w Katowicach

**Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej**

ul. Wita Stwosza 7

40-040 Katowice

tel. 32 606 18 00, 32 606 18 01,

32 606 18 02, 32 606 18 03

e-mail: [kancelaria@mops.katowice.pl](mailto:kancelaria@mops.katowice.pl)

<https://mops.katowice.pl/>

