

# ABC Łodzi





# SPIS TREŚCI

- 01** Fundacja DIES MEI
- 06** Jak poruszać się po Łodzi?
- 12** Dokumenty
- Dowód osobisty,
  - paszport,
  - zameldowanie,
  - wniosek o mieszkanie socjalne
- 16** Urząd Pracy,
- co załatwimy w urzędzie pracy,
  - dokumenty potrzebne do rejestracji
- 20** Adresy urzędów pracy
- 30** Urząd Stanu Cywilnego
- akt urodzenia/zgonu/małżeństwa
- 32** Noclegownie/Jadłodajnie/Łaźnie/Odzież
- 38** Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łodzi
- 44** Inne ważne miejsca



DIES MEI  
FUNDACJA

# FUNDACJA DIES MEI

## PROJEKT POSTPENITENCJARNY

Pomoc postpenitencjarna dla osób opuszczających zakład karny lub areszt śledczy i ich rodzin.

- pomoc w znalezieniu noclegu,
- bony żywnościowe
- pomoc prawna,
- pomoc psychologiczna,
- pomoc w poszukiwaniu pracy,
- szkolenia i konsultacje potrzebne do adaptacji.

## Ośrodek Pomocy Postpenitencjarnej w Łodzi

**tel. 724 504 551, 603 124 536**

Łódź, ul. Rewolucji 9, lok. 3u, domofon 34, 1 piętro  
poniedziałek i wtorek **10:00-18:00**



# Jak poruszać się po Łodzi?

## Komunikacja miejska



**Autobusy dzienne i tramwaje w dni robocze** kursują zwykle w godzinach **5.00-23.00**, a dni wolne od pracy w godzinach **6.00-22.00**.



**Autobusy nocne** kursują między **23.30**, a **5.00**, co pół godziny spotykając się na autobusowym Dworcu PKS, skąd jadą we wszystkie części miasta.

# Bilet



**Podróżując komunikacją miejską, należy mieć bilet jednorazowy lub okresowy**, który można kupić w oznaczonych punktach lub automatach biletowych. Są one w okolicach przystanków oraz w pojazdach MPK, w których można płacić wyłącznie kartami płatniczymi (również zbliżeniowymi).



**Bilety jednorazowe oraz okresowe należy skasować od razu po wejściu do tramwaju lub autobusu (również te kupione w pojeździe).**

#### **Ceny biletów:**

- minutowy – wszystkie linie **4.40 zł**
- minutowy – wszystkie linie **5.60 zł**
- jednodniowy – wszystkie linie **18.00 zł**
- pięciodniowy – wszystkie linie **63 zł**
- miesięczny – wszystkie linie **168 zł**

#### **Przejazdy bezpłatne**

Przystępują m.in. **dzieciom do lat 4** oraz **osobom powyżej 70 roku życia**.

#### **Przejazdy ulgowe**

Z przejazdów ulgowych mogą korzystać m.in. dzieci i młodzież w wieku szkolnym, studenci, doktoranci a także emeryci i renciści. Aby móc korzystać z bezpłatnych lub ulgowych przejazdów należy posiadać przy sobie odpowiedni dokument potwierdzający prawo do ulgi.

# Kolej



## Kolej



Ważny bilet MPK wystarczy , aby **bez dodatkowych opłat** jeździć pociągami osobowymi **Łódzkiej Kolei Aglomeracyjnej ( ŁKA ) w Łodzi.**

## Rowerem



Po Łodzi coraz wygodniej i szybciej można poruszać się na dwóch kółkach. W Łodzi działa sieć Łódzkiego Roweru Publicznego. **Ze 150 stacji można wypożyczyć jeden z 1500 rowerów.**

Pierwsze 20 minut jazdy ŁRP jest bezpłatne, jednak aby móc korzystać z wypożyczalni trzeba być zarejestrowanym w systemie Łódzkiego Roweru Publicznego.

# Dokumenty



# Wnioski, dokumenty

## do złożenia w Urzędzie Miejskim Łodzi

Wniosek o wydanie dowodu osobistego, paszportu, przyznanie mieszkania socjalnego, zameldowanie lub wymeldowanie z miejsca zamieszkania składa się w Urzędzie Miejskim Łodzi:

 ul. Smugowa 26a i 30/32, Łódź

 ul. Krzemieniecka 2B , Łódź

 ul. Piotrkowska 110, Łódź

 al. Piłsudskiego 100, Łódź

**Przyjmuje**

**pn, śr, czw, pt**

8:00-16:00

**wt**

9:00-17:00

## Łódzkie Centrum Kontaktu z Mieszkańcami

Wszelkie informacje dotyczące spraw mieszkańców oraz o działalności UMŁ i jego oddziałach można uzyskać w Łódzkim Centrum Kontaktu z Mieszkańcami



**ul. Piotrkowska 110**

w godzinach pracy UMŁ



**(42) 638 44 44**

*(opłata za połączenia z telefonów stacjonarnych i komórkowych wg stawki operatora).*

**Wszystkie informacje o działalności Urzędu Miejskiego  
i jego jednostek dostępne są pod jednym numerem telefonu**

Wnioski o przyznanie lokali socjalnych lub komunalnych można składać Zarządzie Lokali Miejskich



**al. Kościuszki 47**

w godzinach pracy UMŁ

**pn, śr, czw, pt od 8.00-16.00, wt od 9.00-17.00**

 **(42) 638 44 44**

to ogólnodostępny numer telefoniczny, pod którym można:

- uzyskać wszelkie informacje dotyczące spraw obsługiwanych przez Urząd Miejski w Łodzi
- załatwić sprawy nie wymagające jego obecności w urzędzie
- zostać skierowany do jednostki lub wydziału właściwego dla danego rodzaju sprawy - zgłoszenia.

## **Z jaką sprawą dzwonimy pod (42) 638 44 44?**

- chcąc uzyskać kompleksowe informacje z zakresu działalności urzędu dotyczące np. wymiany dowodów osobistych, dowodów rejestracyjnych,
- wymeldowania, obowiązujących opłat, prowadzenie działalności gospodarczej, sprzedaży nieruchomości, podatków od nieruchomości i użytkowania wieczystego
- z zapytaniami w sprawach merytorycznych dotyczących prawa budowlanego, miejscowych planów zagospodarowania przestrzennego zgłaszamy incydenty np. interwencje, awarie, zagrożenia, uszkodzenia mienia publicznego, brak oświetlenia, wulgarne graffiti itp.



BEGIN.



# Urząd Pracy w Łodzi



## Powiatowy Urząd Pracy w Łodzi

ul. Milionowa 91, Łódź 93-121

ul. Kilińskiego 102/102a, Łódź 90-012

**Godziny otwarcia:** od poniedziałku do piątku **8.30 - 15.00**

## Urząd pracy - co załatwimy w powiatowym urzędzie pracy?

Bezrobotny rejestruje się w urzędzie pracy nie tylko po to, aby uzyskać ubezpieczenie. Urząd pracy ma pomóc bezrobotnemu w znalezieniu zatrudnienia.

### **Jakie formy wsparcia oferuje urząd pracy:**

1. Zasiłki dla bezrobotnych z urzędu pracy
2. Szkolenia z urzędu pracy
3. Staże z urzędu pracy
4. Prace interwencyjne z urzędu pracy
5. Roboty publiczne z urzędu pracy
6. Prace społecznie użyteczne z urzędu pracy
7. Środki na podjęcie działalności gospodarczej z urzędu pracy
8. Refundacja kosztów opieki nad dzieckiem do lat 7 lub nad osobą zależną
9. Poradnictwo z urzędu pracy

# Główne dokumenty potrzebne do rejestracji osoby w urzędzie pracy jako bezrobotnej:

## 1. dowód osobisty

(ewentualnie inny dokument tożsamości, np. paszport),

## 2. świadectwo

ukończenia szkoły lub dyplom ukończenia studiów, ponadto wszelkie zaświadczenia o ukończeniu kursów lub szkoleń,

## 3. wszystkie świadectwa pracy

wystawione przez zakłady pracy, w których osoba rejestrująca się była zatrudniona,

## 4. zaświadczenia

jeżeli osoba pracowała w oparciu o umowę cywilnoprawną (np. umowę zlecenie albo umowę o dzieło), konieczne jest zaświadczenie z zakładu pracy dotyczące wysokości zarobków i o odprowadzonych składkach na ubezpieczenia społeczne i Fundusz Pracy,

## 5. inne dokumenty

zależnie od indywidualnej sytuacji bezrobotnego, np.: orzeczenie o niepełnosprawności; książeczka wojskowa; decyzje o likwidacji działalności gospodarczej i zaświadczenie z ZUS o okresie optacania składek na ubezpieczenia; zaświadczenie o okresie zawieszenia działalności gospodarczej; decyzja lub zaświadczenie z ZUS o okresie pobierania renty; zaświadczenie z ZUS o okresach pobierania zasiłku chorobowego, macierzyńskiego lub świadczenia rehabilitacyjnego, przypadających po ustaniu zatrudnienia; decyzja albo zaświadczenie o otrzymywaniu świadczeń z ośrodka pomocy społecznej, takich, jak zasiłek stały, świadczenie pielęgnacyjne czy dodatek do zasiłku rodzinnego z tytułu samotnego wychowywania dziecka; **świadcstwo zwolnienia z zakładu karnego.**

# Adresy Urzędów Pracy





### **Filia powiatowego urzędu pracy Aleksandrów Łódzki**

95-070 Aleksandrów Ł., Piotrkowska 4/6

Telefon: (42) 712-22-41

Telefon: +48 427-122-260

Otwarte: pon-czw: 07:00-14:00, pt: 08:00-14:00



### **Powiatowy Urząd Pracy w Bełchatowie**

Bełchatów 97-400, Bawełniana 3

Telefon - Centrala: (44) 632-64-89

Telefon - Sekretariat: (44) 632-94-04 lub (44) 631-40-40

Otwarte: poniedziałek – piątek: 7.30 - 15.30



### **Powiatowy urząd pracy w Brzezinach**

Brzeziny 95-060, Sienkiewicza 11

Telefon - (46) 874-25-23, (46) 833-21-70



### **Filia powiatowego urzędu pracy w Głownie**

95-015 Głowno, Sikorskiego 3

Telefon: (42) 719-20-76

Otwarte: poniedziałek – piątek: 7.30 - 15.30



### **Filia powiatowego urzędu pracy w Koluszkach**

95-040 Koluszki, Brzezińska 36

Telefon - Centrala: (-) 714-13-54

Telefon - Sekretariat: (-) 714-26-59



### **Filia powiatowego urzędu pracy w Konstancynie Łódzkim**

Konstancynów Łódzki 95-050, ul. Jana Pawła II 26

Telefon (042) 211-19-16

Otwarte: poniedziałek – piątek: 8:00 - 14:00



### **Powiatowy urząd pracy w Kutnie**

Kutno 99-300, Wyszyńskiego 11

Telefon (24) 355-70-50

Otwarte: poniedziałek – piątek: 7.30 - 15.30



### **Powiatowy urząd pracy w Łasku**

Łask 98-100, Objazdowa 4

Telefon: (43) 675-21-83

Otwarte: poniedziałek – piątek: 7.30 - 15.30



### **Powiatowy urząd pracy w Łęczycy**

Łęczycza 99-100, Sienkiewicza 31

Telefon: (24) 721-29-14

Otwarte: poniedziałek – piątek: 7.30 - 15.30



### **Powiatowy urząd pracy w Łowiczu**

Łowicz 99-400, Stanisławskiego 28

Telefon - Centrala: (46) 837-04-20

Telefon - Sekretariat: (46) 837-07-76

Otwarte: poniedziałek – piątek: 8:00 - 14:00



### **Wojewódzki urząd pracy w Łodzi**

Łódź 90-608, Wólczajska 49

Telefon - Centrala: (42) 632-01-12

Telefon - Sekretariat: (42) 636-32-83

Otwarte: poniedziałek – piątek: 8:00 - 16:00



### **Powiatowy urząd pracy w Łodzi 1**

Łódź 93-121, Milionowa 91

Telefon - Centrala: (42) 251-66-00

Telefon - Sekretariat: (42) 251-65-60

Otwarte: poniedziałek – piątek: 8:30-15:00



### **Powiatowy urząd pracy w Łodzi 2**

Kilińskiego 102/102a , 90-012 Łódź

Telefon - Centrala: (42) 676-80-00

Telefon - Sekretariat: (42) 676-80-01

Otwarte: poniedziałek – piątek 08:15 - 15:30



### **Powiatowy urząd pracy w Łodzi Wschód**

Łódź 93-121, Częstochowska 40/52

Telefon - Centrala: (42) 251-66-00

Telefon - Sekretariat: (42) 251-66-96

Otwarte: poniedziałek – piątek: 8:30-15:00



### **Powiatowy urząd pracy w Opocznie**

26-300 Opoczno, ul. Armii Krajowej 2a

Telefon: (044) 736-14-45; 736-14-46; 736-14-47; 736-14-48

Otwarte: poniedziałek – piątek: 8:00 - 14:00



### **Filia Powiatowego Urzędu Pracy w Ozorkowie**

ul. Kościelna 1, 95-035 Ozorków

Telefon: +48 427-182-826

Otwarte: pon-pt: 07:30-15:30





### **Powiatowy urząd pracy w Pabianicach**

Pabianice 95-200, Waryńskiego 11

Telefon - Centrala: (42) 215-70-86

Telefon - Sekretariat: (42) 21-57-07

Otwarte: pon-pt: 07:30-15:30



### **Powiatowy urząd pracy w Pajęcznie**

Pajęczno 98-330, 1 Maja 65

Telefon: (34) 311-28-82

Otwarte: pon-pt: 07:30-15:30



### **Filia wojewódzkiego urzędu pracy w Piotrkowie Trybunalskim**

97-300 Piotrków Trybunalski, Armii Krajowej 24a

Telefon - Centrala: (44) 647-21-96, 649-65-35, 649-63-53

Telefon: +48 446-496-087

Otwarte: pon-pt: 08:00-15:30



### **Powiatowy urząd pracy w Piotrkowie Trybunalskim**

ul. Dmowskiego 27

Telefon: (044)647-45-26



### **Powiatowy urząd pracy w Poddębicach**

Poddebice 99-200, Polna 9

Telefon: (43) 678-20-22, 678-39-48

Otwarte: pon-pt: 07:30-15:30



### **Filia powiatowego urzędu pracy w Przedborzu**

97-570 Przedbórz, Pocztowa 30

Telefon - Centrala: (44) 781-21-22

Otwarte: poniedziałek-środa: 7.30 - 15.30,

czwartek: 7.30 - 17.00, piątek: 7.30 - 14.00



### **Powiatowy urząd pracy w Radomsku**

97-500 Radomsko, ul. Tysiąclecia 2

Telefon - Centrala: 044 683-73-55 do 58

Telefon - Sekretariat: 044 683-73-55

Obsługa klientów Urzędu odbywa się w godzinach od 8 do 15, w czwartki od 8 do 16



### **Powiatowy urząd pracy w Rawie Mazowieckiej**

Rawa Mazowiecka 96-200, 1-go Maja 1 A

Telefon: 468-144-051

Otwarte: pon-pt: 08:00-16:00



### **Filia wojewódzkiego urzędu pracy w Sieradzu**

98-200 Sieradz, Wojska Polskiego 73

Telefon - Centrala: (43) 822-28-35

Telefon - Sekretariat: (43) 822-81-82

Otwarte: pon-pt: 07:00-15:00



### **Powiatowy urząd pracy w Sieradzu**

Sieradz 98-200, Wojska Polskiego 73

Telefon - Centrala: (43) 822-11-47, 822-11-43

Telefon - Sekretariat: (43) 822-07-39, 822-11-43, 822-11-47

Otwarte: pon-pt: 07:30-15:30



### **Filia wojewódzkiego urzędu pracy w Skierniewicach**

96-100 Skierniewice, Jagiellońska 28

Telefon (46) 833-36-98, 833-36-50, 833-28-08, +48 468-333-974

Otwarte: pon-pt: 07:00-15:00



### **Powiatowy urząd pracy w Skierniewicach**

Skierniewice 96-100, Al Niepodległości 7

Telefon - Centrala: (46) 833-63-99

Telefon - Sekretariat: (46) 833-61-82

Otwarte: poniedziałek - piątek: 8.00 - 14.00



### **Powiatowy urząd pracy w Tomaszowie Mazowieckim**

97-200 Tomaszów Mazowiecki, Konstytucji 3-go Maja 46

Telefon: (44) 724-62-82

Otwarte: pon-pt: 8.00 – 15.00



### **Powiatowy urząd pracy w Wieluniu**

Wieluń 98-300 , Sieradzka 56a

Telefon: (43) 843-47-33 , 843-46-20

Otwarte: pon-pt: 07:30-15:30



### **Powiatowy urząd pracy w Wieruszowie**

Wieruszów 98-400, Waryńskiego 15

Telefon: (0-62) 784-15-53

Otwarte: pon-pt: 07:30-15:30



### **Powiatowy urząd pracy w Zduńskiej Woli**

Zduńska Wola 98-220, Getta Żydowskiego 4

Telefon - Centrala: (43) 823-23-27

Telefon - Sekretariat: (43) 823-23-28

Otwarte: pon-pt: 07:30-15:30



### **Filia powiatowego urzędu pracy w Żelowie**

97-425 Żelów, Żeromskiego 21

Telefon: (44) 634-10-66

Otwarte: pon-pt: 07:30-15:30



### **Powiatowy urząd pracy w Zgierzu**

Zgierz 95-100, Barona 10

Telefon: (42) 716-49-41, (42) 716-67-82

Otwarte: pon-pt: 07:30-15:30



### **Filia powiatowego urzędu pracy w Żychlinie**

99-320 Żychlin, Barlickiego 15a

Telefon: (24) 285-13-46, +48 243-512-065

Otwarte: pon-pt: 09:00-15:00

# Odpis akt



# Wniosek o wydanie odpisu

aktu stanu cywilnego lub zaświadczenia o zamieszczonych lub niezamieszczonych w rejestrze stanu cywilnego danych dotyczących wskazanej osoby **składa się w dowolnym urzędzie stanu cywilnego na terenie całego kraju.**

**W Łodzi jest to Urząd Stanu Cywilnego**



**al. Piłsudskiego 100, 90-360 Łódź tel. 42 638 50 97**



**ul. Pabianicka 2, 90-980 Łódź tel. 42 638 58 02**





# Noclegownie/ Jadłodajnie/ Łaźnie/ Odzież w łodzi

## Placówki pomocowe



W noclegowni i schroniskach mogą przebywać tylko osoby trzeźwe, obowiązuje tam całkowity zakaz spożywania alkoholu.

## OGRZEWALNIA dla osób bezdomnych



Caritas Archidiecezji Łódzkiej, Punkt Pomocy Charytatywnej,  
ul. Wólczańska 108, pn-pt 16.00-20.00  
Infolinia 42 637 53 50

**Bezpłatna infolinia**



**0 800 292 137**

*(dzwoniąc z telefonów stacjonarnych)*

# SCHRONISKA I NOCLEGOWNIE



## **1. Schroniska prowadzone przez Koło Łódzkie Towarzystwa Pomocy im. Św. Brata Alberta**

-Schronisko dla bezdomnych mężczyzn

przy ul. Nowe Sady 17, Łódź , tel. 42 2592705

-Schronisko dla bezdomnych mężczyzn

przy ul. Szczytowej 11 , Łódź , tel. 42 6793135

-Schronisko dla Kobiet z Dziećmi

przy ul. Kwietniowej 2/4 , Łódź , tel. 42 2076308

## **2. Schronisko dla bezdomnych kobiet, prowadzone przez MOPS w Łodzi,**

przy ul. Gałczyńskiego 7 , Łódź , tel. 42 6470333

## **3. Noclegownia**

ul. Przybyszewskiego 253 , Łódź , tel. 42 681 80 07

## **4. Dom Najświętszego Serca Jezusowego - Siostry Misjonarki Miłości**

Schronisko dla chorych bezdomnych mężczyzn + noclegownia

przy ul. A. Struga 90A , Łódź , tel. 42 634 89 11

# JADŁODAJNIE



## **1. Caritas Archidiecezji Łódzkiej**

ul. Gdańska 111, Łódź, pn.-pt. 13.00-14.30, tel. 6399581

## **2. Stacja Opieki Środowiskowej Konwentu Bonifratrów**

ul. Przedświt 37, Łódź, pn.-pt. 13.00-14.00, tel. 42 6855175

## **3. Dom Najświętszego Serca Jezusowego - Siostry Misjonarki Miłości,**

ul. A. Struga 90A, Łódź, wt. śr. pt. nd. – 15.00, sob. – 9.30

## **4. Polski Komitet Pomocy Społecznej**

- ul. S. Żeromskiego 54, Łódź, pn.-pt. 12.00-15.00, tel. 42 6374567

- ul. Szpitalna 12, Łódź, pn.-pt. 12.00-15.00, tel. 42 6742029

## **5. Stowarzyszenie „Chleba Naszego”**

ul.11 Listopada 36 (non stop) , tel. 512 344 519

# ŁAŻNIE



## **1. Stacja Opieki Środowiskowej Konwentu Bonifratrów,**

ul. Przedświt 37 , Łódź , pn.-pt. 8.00-11.00

## **2. Caritas Archidiecezji Łódzkiej,**

ul. Wólczańska 108, Łódź, pn.-pt. 8.00-16.00

## **3. Dom Najświętszego Serca Jezusowego – Siostry Misjonarki Miłości,**

ul. A. Struga 90A , Łódź ,

kobiety- środa 8.30 , mężczyźni pt. – 8.30

# ODZIEŻ



## **1.PCK,**

ul. Wysoka 44 , tel. 42 6361122 , pn. wt. śr. – 8.15-11.00

## **2.Stacja Opieki Środowiskowej Konwentu Bonifratrów,**

ul. Przedświt 37 , Łódź , pn.-pt. 8.00-11.00

## **3.Caritas Archidiecezji Łódzkiej,**

ul. Wólczarska 108 , Łódź , pn.-pt. 8.00-16.00

## **4.Dom Najświętszego Serca Jezusowego – Siostry Misjonarki Miłości,**

ul. A. Struga 90A , Łódź ,

kobiety - środa 8.30 , mężczyźni pt. - 8.30



# Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łodzi

ul. Kilińskiego 102/102a , 90-012 Łódź , tel.42 685 43 62

## Co załatwisz?

- Becikowe w Łodzi
- Dobry Start 300+ (wyprawka) w Łodzi
- Dodatek mieszkaniowy w Łodzi
- Dodatki do zasiłku rodzinnego w Łodzi
- Karta parkingowa dla niepełnosprawnych w Łodzi
- Orzeczenie o niepełnosprawności w Łodzi
- Rodzina 500+ w Łodzi
- Stypendium szkolne (socjalne) w Łodzi
- Świadczenie pielęgnacyjne w Łodzi
- Świadczenie rodzicielskie (kosiniakowe) w Łodzi
- Świadczenie z Funduszu Alimentacyjnego w Łodzi
- Zasiłek pielęgnacyjny w Łodzi
- Zasiłek rodzinny w Łodzi
- Zasiłek stały w Łodzi
- Zasiłek szkolny w Łodzi

## Zadania Ośrodka Pomocy Społecznej w Łodzi

- Wsparcie rodzin w Łodzi znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej - przy czym działania zorientowane są na usamodzielnienie się każdej z potrzebujących osób oraz ułatwienie im osiągnięcia warunków życiowych na godnym poziomie.
- Udzielanie pomocy finansowej - zapewnienie stałego dochodu osobom z miejscowości Łódź, które nie posiadają pracy, mają zbyt niskie wynagrodzenia lub są niepełnosprawne oraz wsparcie finansowe rodzin, które chwilowo znajdują się w trudnej sytuacji i wymagają okresowej interwencji.
- Zapewnienie dostępu do specjalistów - umożliwienie skorzystania z profesjonalnej pomocy (m.in. prawnej i psychologicznej) osobom dotkniętym przemocą w rodzinie lub innymi skutkami patologii społecznej.
- Włączanie do życia osób wykluczonych społecznie - integracja takich osób ze środowiskiem, w którym aktualnie funkcjonują.



## Na jaką pomoc społeczną można liczyć w Łodzi?

Rodzaj oferowanej pomocy i wysokość udzielanych świadczeń zależą od wielu czynników. Ośrodek Pomocy Społecznej w Łodzi:



**Przyznaje i wypłaca określone świadczenia finansowe,**



**Pomaga w zdobyciu zatrudnienia, wykształcenia  
i doświadczenia,**



**Zapewnia specjalistyczną pomoc psychologów, socjologów  
i innych profesjonalistów.**

## Kto może skorzystać z pomocy społecznej w Łodzi?

Każdy, kto doświadcza przemocy fizycznej, ma problemy zdrowotne, trudności na polu zawodowym lub znajduje się w innym, trudnym położeniu, może zgłosić się do MOPS w Łodzi. Aby ubiegać się o wsparcie, należy być:

- **obywatelem Polski lub**
- **cudzoziemcem z ważnym zezwoleniem, lub**
- **obywatelem UE, który mieszka i przebywa w Polsce.**

W zależności od rodzaju pomocy, o którą ubiega się dana osoba, konieczne będzie dostarczenie/przedłożenie odpowiednich dokumentów, jak **dokument tożsamości, zaświadczenie lekarskie, potwierdzenie otrzymania zasiłku czy zaświadczenie o zatrudnieniu.**

Często wydanie decyzji poprzedza rozmowa z pracownikiem socjalnym, której celem jest pozyskanie informacji na temat:

- **obecnej sytuacji życiowej,**
- **rodzaju i wysokości uzyskiwanego dochodu,**
- **kwestii rodzinnych,**
- **stanu zdrowia,**
- **celów zawodowych,**
- **przyczyn problemów.**

Rozmowa pozwala obiektywnie ocenić sytuację życiową osoby ubiegającej się o pomoc, wskazać przyczyny doznawanych problemów oraz ustalić plan wsparcia. Wiele rodzin, dzięki pomocy płynącej z MOPS w Łodzi, może znacząco poprawić komfort swojego życia i szybciej uporać się z trudnościami.

## Jak złożyć wniosek o pomoc społeczną w Łodzi?



Wnioski o świadczenia rodzinne można składać **osobiście** w siedzibie MOPS w Łodzi,



**listownie**



lub - w przypadku posiadania bezpłatnego Profilu Zaufanego - w formie elektronicznej za pośrednictwem portalu Emp@tia.

**Jeżeli osoba ubiegająca się o pomoc jest niepełnoletnia, wówczas w jej imieniu może wystąpić przedstawiciel ustawowy.** Za zgodą zainteresowanego, Ośrodek Pomocy Społecznej w Łodzi może przyznać wsparcie z urzędu.

**Wnioski do MOPS / GOPS niezależnie od rodzaju żądania są bezpłatnie.**



# Inne ważne miejsca

## **Stowarzyszenie MONAR**

ul. Tuszyńska 106, 93-305 Łódź, tel. 42 646 40 12

ul. Strykowska 3 , 95-001 Biąta k. Zgierza, tel. 42 717 80 08

ul. Różana 56 , 95-039 Sokolniki, tel. 42 710 12 80

ul. Wólczajska 225 , 93-005 Łódź, tel. 42 684 23 97

## **Miejskie Centrum Terapii i Profilaktyki Zdrowotnej w Łodzi**

ul. Niciarniana 41, 92-320 Łódź, pn.-pt. 8.00-20.00, tel. 42 676 16 61

## **Miejski Ośrodek Profilaktyki Zdrowotnej Poradnia Leczenia**

Piotrkowska 102 , 90-004 Łódź, tel. 42 633 26 12 42 676 16 61

**Szpital Psychiatryczny im. J. Babińskiego 159**  
**Oddział detoksykacyjny i poradnia leczenia uzależnień**

ul. Aleksandrowska 159 , 91-209 Łódź, tel. 652 94 001

HOSTELE DLA UZALEŻNIONYCH OD SUBSTANCJI  
PSYCHOAKTYWNYCH

**Ośrodek Rehabilitacyjno-Readaptacyjny „ARKA”**

ul. Kopernika 37, 90-552 Łódź, tel. 637 55 59

**Regionalne Centrum Polityki Społecznej w Łodzi**

Ul. Snycerska 8 , 91-302 Łódź, tel. 42 203 48 00 , pn - pt 8.00-16.00

# Ważne telefony

## Ośrodek Interwencji Kryzysowej



42 630 11 02

## Przemoc domowa



800 112 800

## Telefon Zaufania

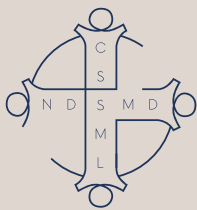


19 288









DIES MEI  
FUNDACJA