

## Konsumencie, czy wiesz gdzie znajdziesz pomoc?

Aktualną wersję tego mini-przewodnika znajdziesz na stronie [pomoc.konsumenci.org](http://pomoc.konsumenci.org)



### OGÓLNE PORADNICTWO KONSUMENCKIE



#### Porady bezpośrednie

Powiatowi i Miejscy Rzecznicy Konsumentów oraz organizacje pozarządowe udzielają bezpłatnych porad w osobistym kontakcie – dane kontaktowe dostępne są na stronie internetowej [uokik.gov.pl](http://uokik.gov.pl)



#### Porady e-mailowe

Aby uzyskać bezpłatną poradę i informację drogą elektroniczną wystarczy opisać sprawę i wysłać wiadomość na [porady@dlakonsumentow.pl](mailto:porady@dlakonsumentow.pl)



#### Porady telefoniczne

Fundacja Konsumentów udziela bezpłatnych porad i informacji **w dni powszednie w godz. 8.00 - 18.00** pod numerami telefonów **801 440 220** lub **22 290 89 16** (połączenia płatne wg taryfy operatora).

Zadanie „Infolinia Konsumentka” jest realizowane dzięki finansowaniu ze środków Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów.

# SPECJALISTYCZNE PORADNICTWO KONSUMENCKIE



Rzecznik  
Finansowy  
[www.rf.gov.pl](http://www.rf.gov.pl)

## Usługi finansowe

Rzecznik Finansowy pomoże w sprawach z zakresu prawa ubezpieczeniowego, bankowego i rynku kapitałowego.

Tel: (22) 333 73 28 (ubezpieczenia) pon. - pt. godz. 8.00 - 18.00

(22) 333 73 25 (sprawy bankowe) pon. - pt. godz. 8.00 - 16.00

(22) 333 73 26/27 (sprawy emerytalne) pon. - pt. godz. 11.00 - 15.00

<http://rf.gov.pl>



Urząd Komunikacji Elektronicznej

## Usługi telekomunikacyjne i pocztowe

Centrum Informacji Konsumentkiej przy Urzędzie Komunikacji Elektronicznej udziela pomocy w sprawach usług telekomunikacyjnych i pocztowych.

Telefon: 22 330 4000

<http://cik.uke.gov.pl>



Urząd Regulacji  
Energetyki

## Dostawy energii i gazu

Punkt Informacyjny dla Odbiorców Paliw i Energii przy Urzędzie Regulacji Energetyki pomoże w przypadku problemów związanych z dostawą energii elektrycznej lub gazu.

Tel: (22) 244 26 36 pon. - pt. godz. 8.00 - 15.00

E-mail: [dr@ure.gov.pl](mailto:dr@ure.gov.pl)

<http://ure.gov.pl>



Europejskie  
Centrum  
Konsumentckie ECC-Net

## Zagraniczni przedsiębiorcy

Europejskie Centrum Konsumentckie pomoże w sporach zagranicznymi przedsiębiorcami, którzy mają siedziby w krajach UE, Norwegii i Islandii np. z biurami podróży, liniami lotniczymi, sklepami internetowymi. Centrum pomaga także w polubownym rozwiązywaniu sporów.

Tel: (22) 55 60 118 pon. - pt. godz. 10.00 - 14.00

E-mail: [info@konsument.gov.pl](mailto:info@konsument.gov.pl)

<http://konsument.gov.pl>



Fundacja  
Konsumentów

**Fundacja Konsumentów** jest niezależną organizacją pozarządową, która dba o interesy konsumentów czyli nas wszystkich. Fundacja prowadzi akcje edukacyjne, konsultuje nowe przepisy konsumenckie, udostępnia niezależne testy produktów ([testy.konsumenci.org](http://testy.konsumenci.org)), a także udziela konsumentom bezpłatnej pomocy prawnej w ramach [Infolinii Konsumentckiej](http://infolinii.konsumenckiej.pl) (ok. 7 tys. porad miesięcznie) oraz portalu [porady.konsumenci.org](http://porady.konsumenci.org), gdzie w kilka minut konsument może samodzielnie znaleźć odpowiedź na nurtujący go problem związany z zakupionym towarem. Fundacja szkoli także przedsiębiorców z prawa konsumenckiego ([szkolenia.konsumenci.org](http://szkolenia.konsumenci.org)).

 [/konsumenci](https://www.facebook.com/konsumenci)