

L
U
Z
E
R
N

Informator Kanton Lucerny

Zdrowie Opieka socialna Praca

KANTON
LUZERN

Witamy w Kantonie Lucerny

Informator Kantonu Lucerny „Zdrowie – Opieka socjalna – Praca” informuje Państwa o kantonalnych i regionalnych ofertach oraz o fachowych poradniach w zakresie zdrowia i opieki socjalnej, jak również o tematyce dotyczącej pracy i ubezpieczeń społecznych. Dokładnych informacji dostarczą Państwu odpowiednie witryny internetowe. W celu uzyskania informacji i poradnictwa prosimy o zwracanie się bezpośrednio do odpowiednich urzędów.

Zastrzega się możliwość zmian opisywanych usług, ponieważ zakres działalności może ulegać zmianom. Informator nie rości praw do kompletności.

Dodatkowe i odnoszące się do całej Szwajcarii informacje dotyczące opieki medycznej znajdują Państwo w „Informatorze zdrowia Szwajcarii”.

„Informator Kantonu Lucerny. Zdrowie – Opieka socjalna – Praca” jest ściśle powiązany z „Informatorem zdrowia Szwajcarii”. Najlepiej zaopatrzyć się w obydwa informatory.

Oferty niniejszego informatora dotyczą usług poradniczych świadczonych przez poradnie socjalne. Poniżej zostaje wyjaśnione pojęcie poradnictwa.

Poradnictwo

jest dobrowolną rozmową z fachowym pracownikiem. Udziela on informacji na dany temat i oferuje wsparcie w rozwiązaniu problemu lub zadania.

Przedmowa

Niniejszy informator zawiera adresy urzędów i ważne informacje w dziedzinie opieki zdrowotnej, ofert poradni socjalnych oraz na temat pracy w Kantonie Lucerny. Informator wyjaśnia mieszkańcom kantonu, gdzie mogą się zwrócić o pomoc w odpowiedzi na pytania i rozwiązaniu problemów.

Informator powinien też przede wszystkim służyć pomocą nowym przybyszom w orientacji w Kantonie Lucerny. W tym celu został przetłumaczony na różne języki. Informator powinien służyć pomocą urzędnikom gmin, fachowcom, członkom stowarzyszeń oraz innym kręgom zainteresowanych jako źródło informacji.

Wiele gmin Kantonu Lucerny dysponuje licznymi ofertami w zakresie sportu i kultury, jak też na tematy aktywności społecznej w stowarzyszeniach lub poza nimi. Jeśli jesteście Państwo zainteresowani możliwościami uprawiania sportu lub utrzymania sprawności fizycznej, jeśli pragniecie angażować się społecznie lub kulturalnie, prosimy o zasięgnięcie informacji w danej gminie na tematy różnorodnych ofert w okolicy.

Ruth Bachmann

Kierownik, Urząd Zagadnień Społecznych
Wydział Zagadnień Socjalnych i Społecznych Kantonu Lucerny

Spis treści

1 Informacje ogólne

- Ochrona danych i obowiązek zachowania tajemnicy zawodowej 7
- Usługi Tłumaczeniowe Centralnej Szwajcarii 8
- Koszty ofert 8

2 Zdrowie

- Zdrowie fizyczne 11
- Zdrowie psychiczne 14
- Uzależnienia (alkohol, narkotyki itd.) 16

3 Opieka Socjalna

- Gminne Urzędy Socjalne i Centra Poradnictwa Socjalnego (SoBZ) 19

Ogólne poradnictwo socjalne

- FABIA 21
- Caritas Luzern 21

Poradnictwo specjalistyczne, profilaktyka i ochrona zdrowia

- Profilaktyka i ochrona zdrowia 22
- Dzieci i młodzież 24
- Rodziny 25
- Poradnictwo rodzinne, seksualne i życiowe 26
- Osoby niepełnosprawne 28
- Seniorzy 28
- Osoby bez uregulowanego statusu pobytowego (Sans-Papiers) 29
- Przemoc i wypadki 30

- Finanse i długi 31
- Pomoc w nagłych wypadkach i w problemach życiowych 31
- Służby socjalne organizacji religijnych 32
- Adresy służb socjalnych 32

4 Praca


- Poradnictwo zawodowe i karierowe 35
- Bezrobocie 35
- Komisje rozjemcze 36
- Porady prawne 36

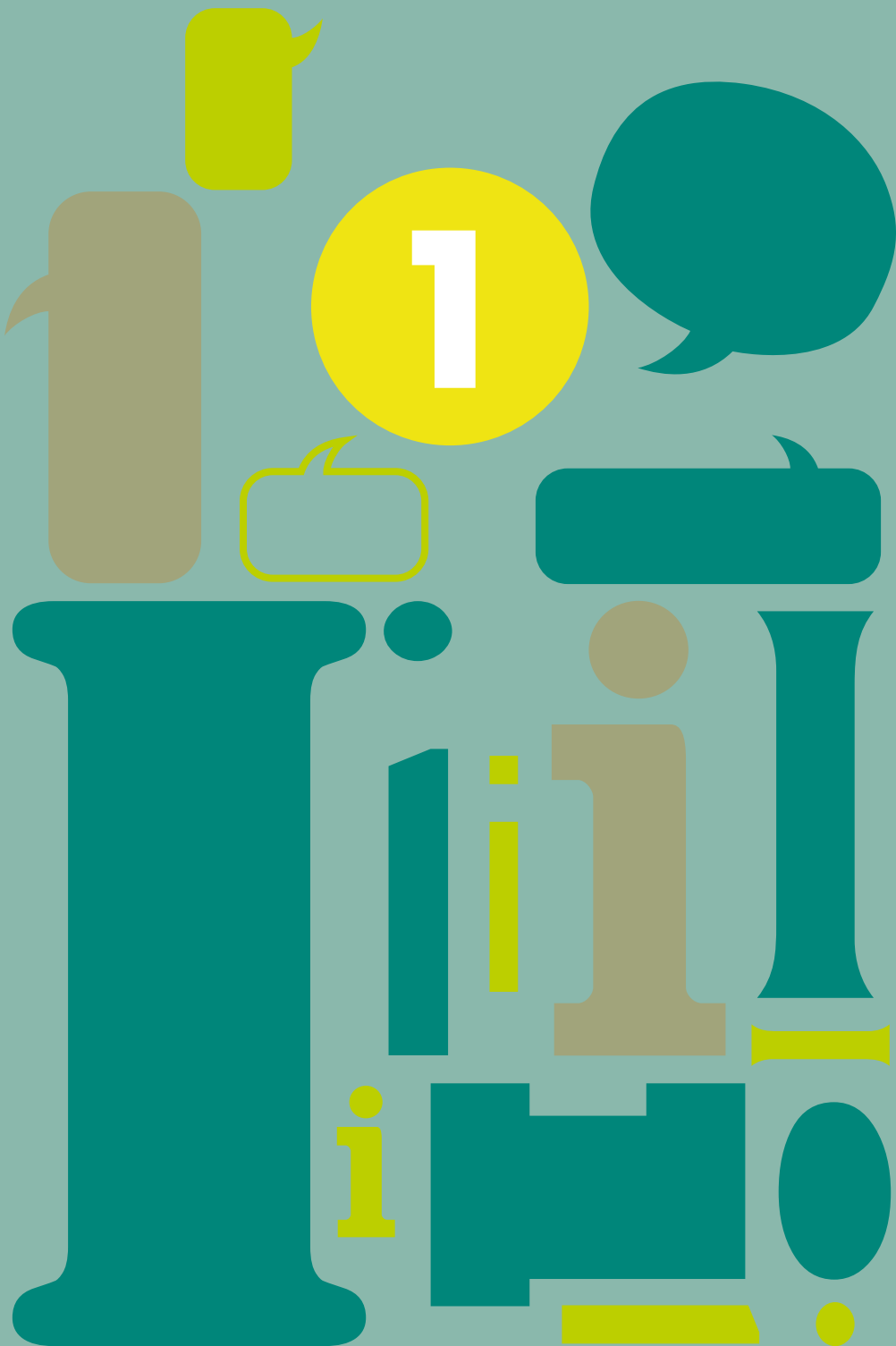
5 Ubezpieczenia społeczne

- Oddziały ubezpieczeń emerytalnych i rentowych (AHV) 39
- Komisje rozjemcze kas chorych 40

Telefony alarmowe 43

Lista placówek 45

Odsyłacz do „Informatora zdrowia Szwajcarii”
www.migesplus.ch › Wegweiser › Gesundheitswegweiser 



Informacje ogólne

W razie wątpliwości, która poradnia udzieli Państwu odpowiedzi na pytania dotyczące danej kwestii, prosimy o zwrócenie się do Urzędu Socjalnego swojej gminy, gdzie otrzymacie Państwo pomoc w znalezieniu odpowiednich urzędów. W rozdziale Gminne Urzędy Socjalne i Centra Poradnictwa Socjalnego (SoBZ) na stronie 19 znajdziecie Państwo więcej informacji na ten temat. W razie niepewności, która poradnia jest właściwa, można też zgłosić się w poradni FABIA.

FABIA. Kompetenzzentrum Migration
Tribtschenstrasse 78
6005 Luzern
041 360 07 22
info@fabialuzern.ch
www.fabialuzern.ch


Ochrona danych i obowiązek zachowania tajemnicy zawodowej

Personel poradni specjalistycznych i tłumacze są zobowiązani do zachowania tajemnicy zawodowej. Informacje mogą być przekazywane osobom trzecim wyłącznie z Państwa zezwoleniem. Jeśli prawo wymaga obowiązku informowania osób trzecich, zostaniecie Państwo o tym przedtem poinformowani.

Usługi Tłumaczeniowe Centralnej Szwajcarii

W celu optymalnego porozumienia pomiędzy ludnością napływową i personelem prywatnych i publicznych poradni w zakresie zdrowia, edukacji i opieki socjalnej, oferujemy pośrednictwo tłumaczy i mediatorów interkulturalnych w 50 językach.

Caritas Luzern
Dolmetschdienst Zentralschweiz
Grossmatte Ost 10
6014 Luzern
041 368 51 51
dolmetschdienst@caritas-luzern.ch
www.dolmetschdienst.ch

Dalsze informacje na temat tłumaczeń znajdują Państwo w «Informatörze zdrowia Szwajcarii». 

Koszty ofert

Oferty zawarte w tym informatorze są w większości darmowe. Jeśli któraś oferta wymaga uiszczenia opłaty, zostaną Państwo o tym poinformowani w danej placówce.

2




Zdrowie

Zdrowie fizyczne

Lekarka domowa / lekarz domowy

Podstawowa opieka medyczna w Szwajcarii podlega kompetencji lekarki domowej lub lekarza domowego. W razie choroby lub potrzeby uzyskania porady medycznej należy zawsze najpierw zwrócić się do lekarki domowej lub lekarza domowego. W przypadku medycznej konieczności zostaniecie Państwo skierowani do specjalisty lub do szpitala.

Jeśli nie macie Państwo jeszcze lekarki domowej lub lekarza domowego, na poniższej witrynie internetowej znajdziecie kompletną listę lekarzy w Szwajcarii. Można tam również wyszukiwać lekarzy według języków, które znają. www.doctorfmh.ch

Dalsze informacje na temat opieki medycznej lekarek domowych i lekarzy domowych, a także na temat ubezpieczeń zdrowotnych, znajdziecie Państwo w «Informatorze zdrowia Szwajcarii». 

Szpitale Kantonalne, numery telefoniczne Lekarskiego Punktu Informacyjnego w Lucernie w Nagłych Przypadkach, Telefoniczne Poradnictwo Pediatriczne, Całodobowe Centrum Pomocy Medycznej

W przypadku, gdy nie można zastać lekarza domowego, można zwrócić się do poniżej wymienionych placówek:

www.luks.ch

Lekarski Punkt Informacyjny w Lucernie w Nagłych Przypadkach

0900 11 14 14 (3,23 CHF/min.)

Pod tym numerem można zasięgnąć rady w całodobowo i całotygodniowo czynnej informacji, jeśli lekarka domowa lub lekarz domowy nie są osiągalni.

Telefoniczne Poradnictwo Pediatriczne

0900 55 47 74 (3,23 CHF/min.)

Całodobowo i całotygodniowo czynna informacja lekarek i lekarzy Szpitala Pediatricznego w Lucernie.

Luzerner Kantonsspital Luzern

Spitalstrasse
6000 Luzern 16
041 205 11 11

Luzerner Kantonsspital Sursee


Spitalstrasse 16 A
6210 Sursee
041 926 45 45

Luzerner Kantonsspital Wolhusen

Spitalstrasse 50
6110 Wolhusen
041 492 82 82

Permanence Bahnhof Luzern,
MedCenter AG
Shopping-Bereich Bahnhof Luzern
041 211 14 44
www.medcenter.ch/herzlich-willkommen-bahnhof

Z bezpośredniego numeru pogotowia ratunkowego 144 należy korzystać jedynie w sytuacjach zagrożenia życia.

Dalszych informacji na temat postępowania w sytuacjach wymagających pilnej pomocy medycznej i na temat pobytu w szpitalu dostarczy Państwu «Informator zdrowia Szwajcarii». 


Spitex (Pielęgnacja szpitalna i domowa)

Spitex oferuje szpitalną i pozaszpitalną opiekę i pielęgnację. Fachowy personel pielęgniarski pomaga osobom wymagającym opieki w domu. Pomoc Spitexu otrzymują osoby, które na przykład po pobycie w szpitalu nadal potrzebują opieki i pielęgnacji.

Ogólnokrajowy numer Spitexu:

0842 80 40 20

Pod tym numerem po podaniu kodu pocztowego swojej gminy zostaje się bezpośrednio połączonym z odpowiednim oddziałem Spitexu.

Dalsze informacje na temat Spitexu znajdą Państwo w «Informatorze zdrowia Szwajcarii». 


KinderSpitex Zentralschweiz (Pielęgnacja dzieci i młodzieży w Centralnej Szwajcarii)

KinderSpitex specjalizuje się w domowej pielęgnacji dzieci i młodzieży do 18 roku życia.

KinderSpitex Zentralschweiz
Brünigstrasse 20
6005 Luzern
041 970 06 50
info@kispex.ch
www.kispex.ch

Dentystka / dentysta

W razie problemów z zębami prosimy zwracać się do wybranej dentystki lub do wybranego dentysty. Listę stomatologów w Kantonie Lucerny znajdują Państwo w internecie. www.sso.ch/fuer-patienten-zahnarztsuche


Dalsze informacje na temat opieki stomatologicznej znajdują Państwo w «Informatorze zdrowia Szwajcarii». 

Zdrowie psychiczne

Przy długotrwałych zaburzeniach snu, stanach lękowych lub innych zaburzeniach psychicznych, w pierwszej kolejności należy w Kantonie Lucerny zwracać się do lekarki domowej lub lekarza domowego. Przez nich otrzymuje się skierowanie do lekarza psychiatrii lub do szpitala specjalistycznego.

Lekarski Punkt Informacyjny w Lucernie w Nagłych Przypadkach

Pod tym numerem otrzyma się całonocowo i całotygodniowo czynną informację, jeśli lekarka domowa lub lekarz domowy nie są osiągalni.

Dalsze informacje na temat leczenia psychiatrycznego i psychoterapeutycznego znajdują Państwo w «Informatorze zdrowia Szwajcarii». 

Ambulatoria psychiatryczne w Lucernie

Poradnie i przychodnie są do dyspozycji osób dotkniętych kryzysem życiowym lub chorobą psychiczną, taką jak depresja, zaburzenia depresyjno-maniakalne, zaburzenia lękowe, zaburzenia wydolności oraz uzależnienia.

www.lups.ch › Erwachsenenpsychiatrie
› Allgemeinpsychiatrie › Ambulatorien

Rozmieszczenie oddziałów

www.lups.ch/standorte

Poradnie psychiatryczne dla dzieci i młodzieży (KJPD)

Poradnie KJPD są odpowiedzialne za psychologiczne i psychiatryczne badanie i leczenie dzieci i młodzieży z zaburzeniami psychicznymi, psychosomatycznymi i psychosocjalnymi.

www.lups.ch
› Kinder- und Jugendpsychiatrie

Rozmieszczenie oddziałów

www.lups.ch/standorte

Informacje telefoniczne dla członków rodzin (Opieka Psychiatryczna w Lucernie)

Personel specjalistyczny udziela członkom rodzin psychicznie chorych pacjentów informacji na temat choroby psychicznej, lekarstw oraz możliwej terapii.

Beratungstelefon 24 h

für Betroffene und Angehörige

0900 85 65 65

(Regulärer Gesprächstarif bis zur 10. Minute, danach 3.23 CHF/Min.)

www.lups.ch › Patienten & Angehörige › Angehörigenarbeit

Uzależnienia

(alkohol, narkotyki itd.)

Centra Poradnictwa Socjalnego (SoBZ)

Fachowy personel Poradni SoBZ udziela porad na pytania dotyczące uzależnienia od alkoholu, gier hazardowych, zakupów, zaburzeń odżywiania itd.

W rozdziale Gminne Urzędy Socjalne i Centra Poradnictwa Socjalnego (SoBZ) na stronie 19 znajdują Państwo właściwą dla swojego regionu poradnię SoBZ.

Ambulatoria Psychiatryczne w Lucernie

Oferty poradni i przychodni kierują się do osób uzależnionych od alkoholu, leków, opiatów i innych substancji uzależniających.

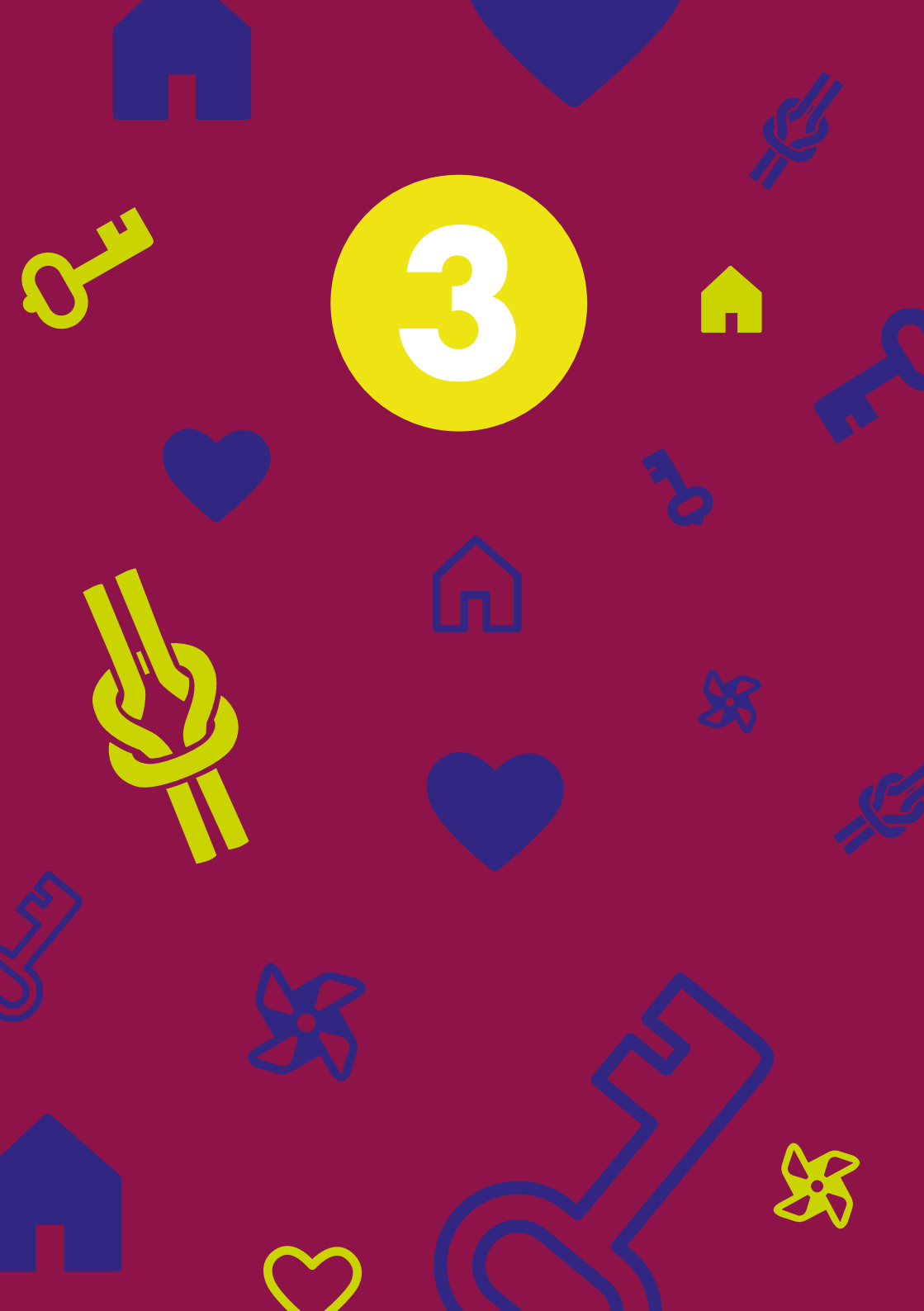
W rozdziale Ambulatoria psychiatryczne w Lucernie na stronie 14 znajdują Państwo właściwe dla swojego regionu Ambulatorium Psychiatryczne w Lucernie.

Drop-in

Drop-in jest poradnią i przychodnią dla osób uzależnionych od opiatów lub szeregu substancji.

Drop-in
Bruchstrasse 29 A
6000 Luzern 7
058 856 43 00
dropin@lups.ch
www.lups.ch › Erwachsenen-Psychiatrie
› Abhängigkeit

3



Opieka socjalna

Gminne Urzędy Socialne i Centra Poradnictwa Socialnego (SoBZ)

Problemy osobiste, rodzinne i finansowe, a także nagłe sytuacje kryzysowe są często trudne do przezwyciężenia bez fachowej pomocy. W osobistej rozmowie w Urzędzie Socialnym swojej gminy lub w Centrum Poradnictwa Socialnego (SoBZ) znajdą Państwo fachową pomoc w rozwiązaniu zaistniałych problemów.

Każda gmina Kantonu Lucerny dysponuje własnym Urzędem Socialnym lub współpracuje z gminnymi Centrami Poradni Socialnych (SoBZ).

Do zadań Urzędu Socialnego lub regionalnego Centrum Poradnictwa Socialnego (SoBZ) należy poradnictwo w następujących dziedzinach:

- Poradnictwo dla matek i ojców
- Poradnictwo wychowawcze
- Poradnictwo dla młodzieży
- Poradnictwo indywidualne, dla par i rodzin
- Poradnictwo w zakresie budżetu domowego i długów
- Ekonomiczna pomoc socialna i zasiłki rodzicielskie
- Poradnictwo przy zagrożeniu uzależnienia alkoholowego i uzależnieniu alkoholowym
- Poradnictwo przy zaburzeniach odżywiania, uzależnieniach od gier hazardowych, uzależnieniach od środków farmakologicznych itd.

- Nadzór opiekuńczy dla dzieci i dorosłych
- Szkolna pomoc socjalna

W zarządzie swojej gminy można zasięgnąć informacji na temat właściwego dla swojego miejsca zamieszkania Urzędu Socjalnego lub regionalnych SoBZ. Na www.sobz.ch znajdują Państwo również dalsze informacje.

Regionalne SoBZ

Zentrum für Soziales Standort Hochdorf
Bankstrasse 3 B
Postfach 694
6281 Hochdorf
041 914 31 31
hochdorf@zenso.ch

Zentrum für Soziales Standort Sursee
Haselmatte 2 A
Postfach
6210 Sursee
041 925 18 25
sursee@zenso.ch

SoBZ Region Willisau-Wiggertal
Kreuzstrasse 3 B
Postfach 3239
6130 Willisau
041 972 56 20
willisau@sobz.ch

SoBZ Region Entlebuch,
Wolhusen und Ruswil
Hauptstrasse 13
Postfach 165
6170 Schüpfheim
041 485 72 00
info@sobz-entlebuch.ch

Miasto Lucerna

Sozial Info Rex
Sozialny ośrodek informacyjny Rex
Mieszkańcy miasta Lucerny otrzymują w Socjalnym ośrodku informacji Rex informacje i pomoc w wyszukaniu odpowiednich urzędów i odpowiednich ofert.

Sozial Info Rex
Obergrundstrasse 3
6002 Luzern
041 208 72 72
www.sozialedienste.stadtluern.ch

Wylącznie porady dotyczące uzależnień:
KLICK. Fachstelle Sucht Region Luzern
Obergrundstrasse 49
6003 Luzern
041 249 30 60
info@klick-luzern.ch

Ogólne poradnictwo socjalne

FABIA. Kompetenzzentrum Migration

Urząd ten oferuje porady oraz dostarcza informacji na temat integracji. Jego usługi są przeznaczone dla osób posiadających prawo pobytu B, C, L lub F po dziesięciu latach pobytu, dla fachowców placówek socjalnych, edukacyjnych, medycznych, jak też dla organów władzy i administracji.

FABIA. Kompetenzzentrum Migration
Tribtschenstrasse 78
6005 Luzern
041 360 07 22
info@fabialuzern.ch
www.fabialuzern.ch

Caritas Luzern

Caritas Luzern oferuje pomoc dla osób indywidualnych i dla rodzin znajdujących się w krytycznej sytuacji. Fachowy personel udziela porad, informacji oraz wsparcia w rozwiązaniu problemów socjalnych i finansowych.

Caritas Luzern
Sozial- und Schuldenberatung
Kellerstrasse 36
6005 Luzern
041 368 52 73
sozialberatung@caritas-luzern.ch
www.caritas-luzern.ch › Was wir tun ›
Sozial- und Schuldenberatung

Poradnictwo specjalistyczne, profilaktyka i ochrona zdrowia

Profilaktyka i ochrona zdrowia

traversa – Sieć wsparcia dla osób chorych psychicznie


Sieć służy poradą, opieką i wsparciem osobom chorym psychicznie i ich bliskim. Oferuje usługi ambulatoryjne i stacjonarne.

traversa
Tribtschengasse 8
6005 Luzern
041 319 95 00
info@traversa.ch
www.traversa.ch

Poradnia dla Pacjentów w Centralnej Szwajcarii

Placówka ta służy poradnictwem dla osób, które jako pacjenci lub osoby ubezpieczone mają problemy z lekarzami, stomatologami, szpitalami, kasami chorych, ubezpieczeniami oraz z innymi służbami medycznymi i broni ich praw.

Patientenstelle Zentralschweiz
St. Karliquai 12
6004 Luzern
041 410 10 14
patientenstelle.luzern@bluwin.ch
www.zentralschweiz.patientenstelle.ch

Dalsze informacje na temat praw i obowiązków pacjentów znajdują Państwo w «Informatorze zdrowia Szwajcarii». 

Poradnia dla chorych na Aids Lucerny

W Kantonie Lucerny istnieje około 90 grup samopomocy w różnych dziedzinach. Dalsze informacje na ten temat uzyskają Państwo za pośrednictwem witryny internetowej Samopomocy Lucerny Obwalden Nidwalden lub w bezpośrednim kontakcie.

Aids Hilfe Luzern
S&X – Sexuelle Gesundheit Zentral-schweiz
Museggstrasse 27
6004 Luzern
041 410 69 60
info@sundx.ch
www.sundx.ch

Samopomoc Lucerna Obwalden Nidwalden

W Kantonie Lucerny istnieje równo 90 grup samopomocy w różnych dziedzinach. W witrynie internetowej Urzędu Samopomocy Lucerny Obwalden Nidwalden lub poprzez bezpośredni kontakt otrzymacie Państwo więcej informacji na ten temat.

Selbsthilfe Luzern
041 210 34 44
mail@selbsthilfeluzern.ch
www.selbsthilfeluzern.ch

Benevol Luzern – Urząd Pracy Ochotniczej

Urząd ten informuje na temat pracy dla wolontariuszy w Kantonie Lucerny i udziela porad osobom pragnącym angażować się jako wolontariusze.

Benevol Luzern
Postfach
6210 Sursee
041 211 02 30
www.benevol-luzern.ch

migesplus.ch

Na tej witrynie znajdują Państwo informacje na temat systemu opieki zdrowotnej, ubezpieczeń zdrowotnych, ochrony zdrowia itd. w dziewięciu różnych językach.

www.migesplus.ch

Dzieci i młodzież

Contact – Poradnia Młodzieżowa i Rodzinna

Poradnia Młodzieżowa kieruje swe oferty do młodzieży i młodych dorosłych w wieku od 13 do 25 lat, do ich rodziców i osób blisko z nimi związanymi, a jako Poradnia Rodzinna do rodziców dzieci do 13 roku życia. Rodzicom będącym w separacji lub rozwiedzionym proponuje się też rozmowy informacyjne.

Na www.contactluzern.ch znajdują Państwo poradnię właściwą dla swojej gminy.

Contact Jugend-
und Familienberatung
Kasernenplatz 3
Postfach 7860
6000 Luzern 7
041 208 72 90
info@contactluzern.ch
www.contactluzern.ch

Terapeutyczna Służba Pedagogiczna (HFD)

HFD służy pomocą i opieką dzieciom zagrożonym w rozwoju, dzieciom z problemami rozwojowymi i dzieciom z upośledzeniami od urodzenia do wieku przedszkolnego, a także wspiera poradami rodziców i osoby odpowiedzialne za wychowanie w zakresie rozwoju i wychowania dziecka.

www.volksschulbildung.lu.ch ›
Schulsystem & Schulen › FFS

Oddziały regionalne HFD

HFD Luzern
Weggismattsrasse 23
6004 Luzern
041 228 31 40

HFD Sursee
Haselmatte 2 A
6210 Sursee
041 228 31 10

HFD Willisau
Am Schützenrain 4
6130 Willisau
041 228 31 30

Pro Juventute (Poradnia dla dzieci i młodzieży)

Pro Juventute służy dzieciom i młodzieży poradnictwem i pomocą w sytuacjach kryzysowych.

Poradnictwo + Pomoc 147
Dla dzieci i młodzieży 24 godz. na dobę
Przez telefon, SMS, Chat, E-Mail i Webservice
beratung@147.ch
www.147.ch

Pro Juventute Kanton Luzern
www.projuventute-luzern.ch

Rodziny

Poradnictwo dla matek i ojców

Poradnia ta pomaga matkom i ojcom dzieci od ich urodzenia do piątego roku życia. Udziela też informacji na temat karmienia piersią, odżywiania, rozwoju, wychowania, zdrowia / chorób itd.

Poradnictwo dla matek i ojców regionu Lucerny

www.muetterberatung-luzern.ch
> Beratungen

Mütter- und Väterberatung
Region Luzern
Kasernenplatz 3
Postfach 7860
6000 Luzern 7
041 208 73 33
mvb@stadtluzern.ch
www.muetterberatung-luzern.ch

Poradnictwo dla matek i ojców w pozostałych gminach Kantonu Lucerna
Rejonowe SoBZ w Lucernie oferuje w swoich gminach poradnictwo dla matek i ojców. W rozdziale Gminne Urzędy Socjalne (SoBZ) na stronie 19 znajdują Państwo SoBZ właściwe dla swojego rejonu.

Opieka nad dziećmi

Na tej witrynie internetowej znajdują Państwo informacje o ponad 400 wspomagających rodziny ofertach opieki nad dziećmi w Kantonie Lucerny.

www.kinderbetreuung.lu.ch

Contact – Poradnictwo dla młodzieży i rodzin

Ta oferta kieruje się do rodzin z dziećmi w wieku do 13 lat.

Oferuje się tu też rozmowy informacyjne dla rodziców będących w separacji lub rozwiedzionych.

W rozdziale Contact – Poradnictwo dla młodzieży i rodzin na stronie 24 znajdują Państwo dalsze informacje na temat tej poradni.

Edukacja dla rodziców

Poniższa witryna internetowa informuje o różnorodnych możliwościach edukacyjnych w zakresie wychowania. Można tam dowiedzieć się, gdzie odbywają się poszczególne kursy, gdzie można się dokształcać lub porozmawiać z innymi rodzicami.


www.elternbildung.lu.ch

Związki, seksualność i poradnictwo życiowe

elbe – Poradnictwo życiowe

Oficjalna poradnia w kantonach Lucerny, Nid i Obwalden dla osób indywidualnych i par na tematy związane z ciążą i planowaniem rodziny, jak też na tematy dotyczące seksualności.

elbe – Fachstelle für Lebensfragen
Hertensteinstrasse 28
6004 Luzern
041 210 10 87
www.elbeluzern.ch

Dalszych informacji na tematy związane z ciążą i porodem dostarcza «Informatör zdrowia Szwajcarii». 

Centrala dla Kobiet w Lucernie

Poradnia ta oferuje pomoc w zakresie prawa, budżetu domowego, alimentacyjnym i opieki nad dziećmi w Lucernie. Z usług poradni mogą też korzystać mężczyźni.

Frauenzentrale Luzern
Denkmalstrasse 2
6006 Luzern
041 211 00 30
info@frauenzentrale.ch
www.frauenzentraleluzern.ch

manne.ch – Biuro dla Mężczyzn w Lucernie

Ta poradnia telefoniczna pomaga mężczyznom mającym pytania dotyczące typowo męskich spraw i problemów. Wśród omawianych tematów są na przykład zdrowie, związki, rodzina, spirytualność itd.

Mannebüro Luzern
Beratungstelefon 076 393 33 12
kontakt@mannehotline.ch
www.manne.ch

S&X – Sexuelle Gesundheit Zentralschweiz

Poradnia ta udziela informacji na wszystkie pytania dotyczące związków, świadomości seksualnej i seksualności. Jest przeznaczona dla młodzieży, młodych dorosłych i rodziców.

S&X – Sexuelle Gesundheit Zentral-
schweiz
Museggstrasse 27
6004 Luzern
041 410 69 60
info@sundx.ch
www.sundx.ch

LGBT+ Helpline

Tutaj mogą zasięgać informacji wszyscy mający pytania na temat związków lesbijskich, biseksualnych, homoseksualnych i transseksualnych – niezależnie od własnej orientacji seksualnej.

0800 133 133
hello@lgbt-helpline.ch
www.lgbt-helpline.ch

Małżeństwa przymusowe

Placówka ta udziela informacji i poradcictwa wszystkim, których ten problem dotyczy, osobom z ich otoczenia, jak też fachowcom. Porad udziela się również poza godzinami otwarcia po uprzednim skontaktowaniu się emailem lub telefonicznie (istnieje możliwość zostawienia numeru telefonu, na który poradnia oddzwoni).

0800 800 007
info@zwangsheirat.ch
www.zwangsheirat.ch

Osoby niepełnosprawne

Pro Infirmis

Pro Infirmis oferuje osobom chronicznie chorym i niepełnosprawnym jak też ich rodzinom poradę, wsparcie finansowe, opiekę, informacje, towarzystwo, pomoc odciążającą i inne usługi.

Pro Infirmis Luzern, Ob- und Nidwalden
Zentralstrasse 18
Postfach 3666
6002 Luzern
058 775 12 12
luzern@proinfirmis.ch
www.proinfirmis.ch › Angebot › Luzern

Seniorzy

Pro Senectute Kanton Luzern

Pro Senectute służy poradą i wsparciem osobom, które ukończyły 60 rok życia i znajdują się w trudnej sytuacji życiowej, na przykład mającym pytania na tematy dotyczące ubezpieczeń społecznych, kwestii prawnych, problemów finansowych lub sytuacji mieszkaniowej. Ich bliscy mogą również zasięgać porady. Dodatkowo oferowane są zajęcia edukacyjne i sportowe.

Pro Senectute Kanton Luzern
Maihofstrasse 76
Postfach 3640
6002 Luzern
041 226 11 88
info@lu.prosenectute.ch
www.lu.prosenectute.ch


Osoby bez uregulowanego statusu pobytowego

Sans-Papiers

Ten punkt kontaktowy wspomaga i informuje osoby, które nie posiadają uregulowanego statusu pobytowego, w kwestiach dotyczących ubezpieczeń społecznych i zdrowotnych, edukacji, szkolnictwa, statusu pobytowego, związków, rodzin itd.

Godziny otwarcia: wtorek i czwartek, 14.00 do 18.00.

Sans-Papiers
Kontakt- und Beratungsstelle
Langensandstrasse 1
6005 Luzern
041 240 24 10
luzern@sans-papiers.ch

Dalsze informacje dotyczące opieki zdrowotnej dla osób bez prawa pobytowego (Sans-Papiers) znajdują się w «Informatorze zdrowia Szwajcarii». 

Wypadki i przemoc

Policja

W przypadku bezpośredniego zagrożenia lub stania się ofiarą przemocy prosimy wybierać alarmowy numer pogotowia policyjnego 117. W przypadku innych czynów karalnych prosimy zwracać się do lokalnych, odpowiednich dla gminy zamieszkania posterunków policji.

Poradnia Dla Ofiar

Poradnia Dla Ofiar służy osobom, które na skutek przestępstwa zostały poszkodowane fizycznie, psychicznie lub seksualnie i pragną skorzystać z pomocy w opanowaniu sytuacji i skorzystaniu ze swych praw.

Opferberatungsstelle
des Kantons Luzern
Obergrundstrasse 70
6003 Luzern
041 228 74 00
opferberatung@lu.ch
www.disg.lu.ch › Themen ›
Opferberatung

Dom dla Kobiet w Lucernie

Dom dla Kobiet w Lucernie pomaga kobietom, które stały się ofiarami przemocy fizycznej, psychicznej i seksualnej, oraz ich dzieciom, jak również kobietom, które znajdują się pod ścisłą kontrolą partnera lub innych członków rodziny. Poszkodowanym udziela się tu schronienia, możliwości zamieszkania i porady. Dom dla Kobiet w Lucernie może służyć jako schronienie przejściowe, podczas którego poszkodowane mogą odzyskać spokój oraz zaplanować następne kroki.

Frauenhaus Luzern
Postfach 2616
6002 Luzern 2 Universität
041 360 70 00
frauenhaus@frauenhaus-luzern.ch
www.frauenhaus-luzern.ch

agredis.ch – Poradnia Przemocy Dla Mężczyzn

Znajdą tu pomoc mężczyźni w każdym wieku, którzy werbalnie lub czynnie wyrządzili komuś krzywdę i zadali ból.

agredis.ch
Unterlachenstrasse 12
6005 Luzern
078 744 88 88
gewaltberatung@agredis.ch
www.agredis.ch

Finanse i długi

Poradnia dla Osób Zadłużonych w Lucernie

Placówka ta służy poradami osobom mającym długi. Dalsze informacje na ten temat znajdują Państwo na www.schulden.ch.

Fachstelle für Schuldenfragen Luzern
Weinmarkt 20
6004 Luzern
041 211 00 18
info@schuldenberatung-luzern.ch
www.schuldenberatung-luzern.ch

Pomoc kryzysowa i życiowa

Stowarzyszenie Kościelnej Pomocy Ulicznej w Lucernie

Stowarzyszenie wspiera osoby uzależnione i zagrożone nędzą w całej Centralnej Szwajcarii, oferuje im podstawową pomoc medyczną, zdrowe posiłki oraz indywidualną pomoc w problemach życiowych.

Verein Kirchliche Gassenarbeit Luzern
Murbacherstrasse 20
6002 Luzern
041 252 26 26
office@gassenarbeit.ch
www.gassenarbeit.ch

Noclegi dla potrzebujących

Dorośle osoby zamieszkałe w Szwajcarii znajdujące się w nagłej sytuacji kryzysowej otrzymują tu możliwość przejściowego przenocowania.

Obdach-Notschlafstelle

Gibraltarstrasse 29

6003 Luzern

041 202 03 10

obdach@jobdach.ch

www.jobdach.ch

Adresy służb społecznych

Na tej witrynie internetowej znajdują Państwo placówki oferujące usługi w zakresie opieki, pielęgnacji, pracy dla wolontariuszy, pomocy dla seniorów, spędzania wolnego czasu itd.

www.disg.lu.ch › Adressen Soziales

Służby społeczne organizacji religijnych

W licznych gminach działają kościelne służby społeczne, które oferują poradnictwo podobnie jak państwowe urzędy społeczne. Prosimy o poinformowanie się w lokalnych kościołach.

Inne wspólnoty religijne prowadzą własne poradnictwo i oferują pomoc. Prosimy o poinformowanie się w danej organizacji religijnej.



4

Praca

Poradnictwo zawodowe i karierowe

Centrum Poradnictwa i Informacji Edukacyjnej i Zawodowej (BIZ)

Centrum to udziela informacji dla młodzieży i dorosłych na pytania dotyczące edukacji, zawodu i kariery zawodowej.

Beratungs- und Informationszentrum
für Bildung und Beruf (BIZ)
Obergrundstrasse 51
6002 Luzern
041 228 52 52
info.dbw@lu.ch
www.beruf.lu.ch › Beratung &
Unterstützung

Procedura dla bezrobotnych

Każda osoba, która stała się bezrobotna, musi jak najszybciej zgłosić się do Regionalnego Centrum Zatrudnienia (RAV). Najlepiej, aby nastąpiło to w okresie wypowiedzenia, ale najpóźniej w pierwszym dniu bezrobocia. Rejestracja odbywa się online lub osobiście. Po dokonaniu rejestracji online RAV kontaktuje się z osobą bezrobotną, aby ustalić termin rozmowy restrykcyjnej. W celu osobistej rejestracji bezrobotny umawia się w RAV na termin wstępnej rozmowy restrykcyjnej.

<https://wira.was-luzern.ch> › Bereiche › Arbeitsmarkt › Für Stellensuchende

Komisje rozjemcze

Urząd Rozjemczy ds. Pracowniczych

W tym urzędzie można wnieść wniosek o przeprowadzenie postępowania rozjemczego w sprawach dotyczących prawa pracy.

Schlichtungsbehörde Arbeit

Zentralstrasse 28

6002 Luzern

041 228 65 60

www.gerichte.lu.ch › Organisation ›

Schlichtungsbehörden › Schlichtungs-
behörde Arbeit

Urząd Rozjemczy ds. Równo- uprawnienia

Urząd ten prowadzi postępowanie rozjemcze dla pracowników zatrudnionych na podstawie umów prywatnoprawnych. Podstawą postępowania jest ustawa o wdrażaniu faktycznego równouprawnienia kobiet i mężczyzn.

Schlichtungsbehörde Gleichstellung

Zentralstrasse 28

6002 Luzern

041 228 65 60

www.gerichte.lu.ch › Organisation ›

Schlichtungsbehörden › Schlichtungs-
behörde Gleichstellung

Informacje prawne

Informacje dotyczące prawa pracy

Poradnia prawna w zakresie prawa pracy udziela w godzinach urzędowania informacji telefonicznych lub na miejscu dla osób zamieszkałych w Kantonie Lucerny.

Arbeitsgericht

Zentralstrasse 28

6002 Luzern

041 228 63 13

www.gerichte.lu.ch › Organisation ›

Erstinstanzliche Gerichte › Arbeitsgericht
› Rechtsauskunft

Zrzeszenie Związków Zawodo- wych Lucerny (LGB)

Zrzeszenie Związków Zawodowych Lucerny oferuje co dwa tygodnie bezpłatne porady prawnicze. O dokładnych terminach można się dowiedzieć na witrynie internetowej. Upřednie zameldowanie nie jest konieczne.

Luzerner Gewerkschaftsbund

Brünigstrasse 18

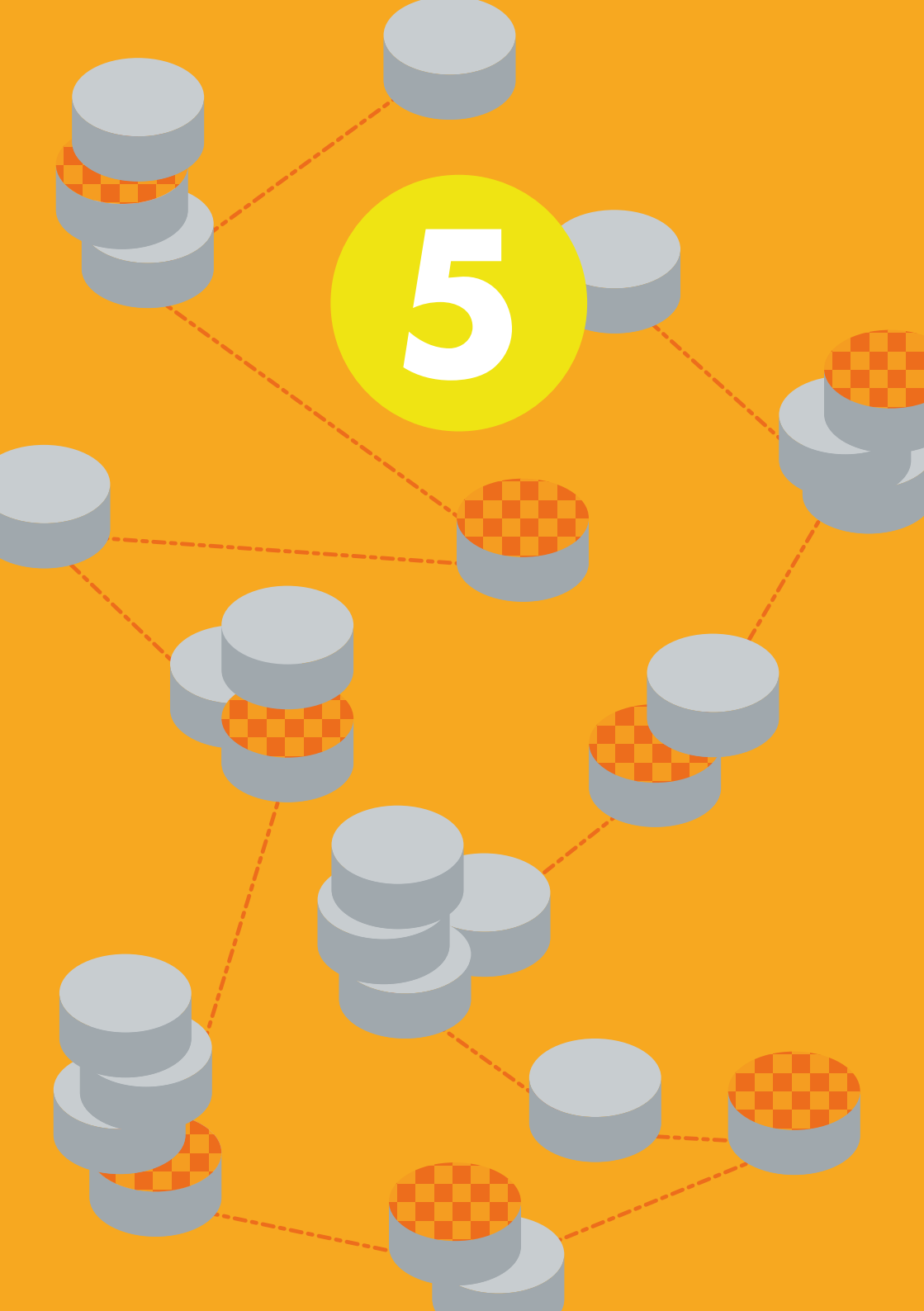
Postfach 3246

6002 Luzern

041 240 55 85

lgb-luzern@bluewin.ch

www.lgb-luzern.ch



Ubezpieczenia społeczne

Oddziały ubezpieczeń emerytalnych i rentowych – AHV



Oddziały AHV Kantonu Lucerny są urzędami, do których należy zgłosić się w celu uzyskania informacji w zakresie ubezpieczeń społecznych (AHV, IV itd.). Z pytaniami na temat ubezpieczeń społecznych prosimy zwracać się do Urzędu gminy w miejscu zamieszkania – tam znajduje się również oddział AHV.

Oddziały AHV służą pomocą w następujących sprawach:

- Ubezpieczenie emerytalne AHV
- Ubezpieczenie inwalidzkie
- Świadczenia wyrównawcze
- Rekompensata utraconych zarobków
- Zasiłek macierzyński
- Dodatki rodzinne
- Obniżki składek na ubezpieczenia zdrowotne

Ausgleichkasse Luzern (Urząd Ubezpieczeń Społecznych w Lucernie) udzieli też Państwu informacji na tematy dotyczące ubezpieczeń społecznych.


WAS Wirtschaft Arbeit Soziales
Ausgleichskasse Luzern
Würzenbachstrasse 8
6000 Luzern 15
041 375 05 05
www.ahvluzern.ch

Dalsze informacje na temat ubezpieczeń społecznych zawiera «Informator zdrowia Szwajcarii».  

Rzecznik Praw Obywatelskich ds. Ubezpieczeń Zdrowotnych

W przypadku problemów z kasą
chorych otrzymają tam Państwo
szczegółowe porady.

Ombudsstelle Krankenversicherung
Morgartenstrasse 9
Postfach 3565
6002 Luzern
041 226 10 10
www.om-kv.ch

Dalsze informacje na temat
ubezpieczeń zdrowotnych zawiera
«Informatör zdröwia Szwajcarii». 

**Numery alar-
mowe**

144

Pogotowie ratunkowe

Dla wszystkich nagłych przypadków medycznych. Dalsze informacje na temat postępowania w nagłych wypadkach zawiera «Informator zdrowia Szwajcarii». ☰☰

117

Policja

118

Feuerwehr (Straż pożarna)

143

Die Dargebotene Hand (Telefon zaufania)

24 godziny / 7 dni

Pod tym numerem można przez całą dobę zwrócić się do kogoś o pomoc i wsparcie w rozmowie.

147

Pro Juventute

(Poradnia dla dzieci i młodzieży)

24 godziny / 7 dni

Dzieci i młodzież mogą pod tym numerem zasięgać porady, gdy mają pytania na tematy szkolne, pracy, narkotyków, problemów w rodzinie, seksualności, przemocy i inne.

Lista placówek

A

- Adresy służb socjalnych (Soziale Adressen) 32
- agredis.ch – Poradnia ds. przemocy dla mężczyzn 30
- Ambulatoria Psychiatryczne Lucerny (Luzerner Psychiatrie-Ambulatorien) 14, 16

B

- Benevol Luzern – Praca ochotnicza 23

C

- Caritas Luzern 8, 21
- Całodobowe Centrum Pomocy Medycznej w Lucernie (Permanence Medical Center Luzern) 12
- Centra Poradnictwa Socjalnego (Sozial-BeratungsZentren) (SoBZ) 7, 16, 19, 25
- Centrala dla Kobiet w Lucernie (Frauenzentrale Luzern) 26
- Contact – Jugend- und Familienberatung (Poradnictwo dla młodzieży i rodzin) 24, 26

D

- Dentystka /dentysta 13
- Dom dla Kobiet w Lucernie (Frauenhaus Luzern) 30
- Drop-in 16

E

- Edukacja dla rodziców w Lucernie (Elternbildung LU) 26
- elbe – Poradnictwo życiowe 26

F

- FABIA. Kompetenzzentrum Migration 7, 21

G

- Gminne Urzędy Socjalne (Gemeindesozialdienste) 7, 19, 25

K

- KinderSpitex (pielęgnacja chorych dzieci i młodzieży) 13
- KLIICK. Fachstelle Sucht Region Luzern 20
- Kościelne Stowarzyszenie Pomocy Ulicznej w Lucernie (Verein Kirchliche Gassenarbeit Luzern) 31

L

- Lekarka domowa/lekarz domowy 11, 14
- Lekarski punkt informacyjny w nagłych przypadkach w Lucernie (Notfallnummer der Luzerner Ärzte) 12, 14
- LGBT+ Helpline 28

M

- Matżeństwa przymusowe (zwangsheirat.ch) 28
- migesplus.ch 23

N

- Noclegi w nagłych przypadkach (Notschlafstelle) 32

O

- Opieka nad dziećmi (Kinderbetreuung) 25

P

- Permanence Bahnhof Luzern, MedCenter AG 12
- Policja 30, 43
- Pomoc dla chorych na Aids w Lucernie (Aids Hilfe Luzern) 22
- Poradnie psychiatryczne dla dzieci i młodzieży (Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst) (KJPD) 14
- Poradnia dla matek i ojców w rejonie Lucerny (Mütter- und Väterberatung Region Luzern) 19, 25
- Poradnia dla mężczyzn w Lucernie (Mannebüro Luzern) 27
- Poradnia dla ofiar (Opferberatungsstelle) 30
- Poradnia dla Osób Zadłużonych w Lucernie (Fachstelle für Schuldenfragen Luzern) 31
- Poradnia dla Pacjentów w Centralnej Szwajcarii (Patientenstelle Zentralschweiz) 22
- Poradnia i Centrum Informacji Edukacyjnej i Zawodowej (Beratungs- und Informationszentrum für Bildung und Beruf) (BIZ) 35
- Poradnia telefoniczna dla bliskich – psychiatryczna służba zdrowia w Lucernie (Angehörigentelefon) 15
- Poradnictwo prawne w zakresie prawa pracy (Rechtsauskunft Arbeitrecht) 36
- Pro Infirmis 28
- Pro Juventute (Poradnictwo dla dzieci i młodzieży) 24, 43
- Pro Senectute Kanton Luzern (Dla osób starszych Kantonu Lucerny) 28

R

- Rozjemczy Urząd dla Pracowników (Schlichtungsbehörde Arbeit) 36
- Rozjemczy Urząd ds. Równouprawienia (Schlichtungsbehörde Gleichstellung) 36
- Rzecznik Praw Obywatelskich ds. Ubezpieczeń Zdrowotnych (Ombudsstelle Krankenversicherung) 40

S

- S&X – Sexuelle Gesundheit Zentral-schweiz 22, 27
- Samopomoc Lucerna Obwalden Nidwalden (Selbsthilfe Luzern Obwalden Nidwalden) 22
- Sans-Papiers (dla osób bez prawa pobytu) 29
- Służby socjalne organizacji religijnych (Sozialdienste religiöser Institutionen) 32
- Sozial Info Rex (Informacja Socjalna Rex) 20
- Spitex (Domowa opieka nad chorymi) 12
- Straż pożarna (Feuerwehr) 43
- Szpitale kantonalne 12

T

- Telefon zaufania (Die Dargebotene Hand) 43
- Telefoniczna Poradnia Pediatryczna (Kinderärztliches Beratungstelefon) 12
- Telefony alarmowe (Notrufnummer) 12, 43
- Terapeutyczna Służba Pedagogiczna (Heilpädagogischer Früherziehungsdienst) (HFD) 24
- traversa – Sieć wsparcia dla osób chorych psychicznie 22

U

- Ubezpieczenia emerytalne i rentowe, oddziały AHV (AHV-Zweigstellen) 39
- Urząd Pracy (Arbeitsamt) 35
- Urząd Ubezpieczeń Społecznych w Lucernie (Ausgleichskasse Luzern) 39
- Usługi Tłumaczeniowe Centralnej Szwajcarii (Dolmetschdienst Zentral-schweiz) 8

Z

- Zentrum für Soziales Standort Hochdorf 20
- Zentrum für Soziales Standort Sursee 20
- Zrzeszenie Związków Zawodowych Lucerny (Luzerner Gewerkschaftsbund) (LGB) 36



Gesundheits- und Sozialdepartement
Dienststelle Soziales und Gesellschaft
Rösslimattstrasse 37
6002 Luzern

041 228 68 78
disg@lu.ch
www.disg.lu.ch



LUZERN

Języki

albański, arabski,
bośniacki / serbski / chorwacki,
niemiecki, angielski, francuski,
włoski, polski, portugalski,
hiszpański, tamil, tigrinia

Sprache: Polnisch

Stopka

Wydanie: 2021

Wydawnictwo:

Kanton Luzern

Dienststelle Soziales und
Gesellschaft

Skład: Rosenstar GmbH

Materiały źródłowe

Informator Kantonu Lucerny.

Zdrowie – Opieka socjalna –

Praca:

Dienststelle Soziales

und Gesellschaft (DISG)

Rösslimattstrasse 37

Postfach 3439

6002 Luzern

041 228 68 78

disg@lu.ch

www.disg.lu.ch › Publikationen

Informator zdrowia Szwajcarii:

www.migesplus.ch ›

Gesundheitsinformationen

BBL, Vertrieb Bundes-

publikationen 3003 Bern

[www.bundespublikationen.](http://www.bundespublikationen.admin.ch)

[admin.ch](http://www.bundespublikationen.admin.ch)