

Adresy punktów doradztwa w ramach inicjatywy „Czas dla Młodych”

LP	Powiatowy Urząd Pracy	Adres punktu	Telefon Kontaktowy	Strona internetowa	Mail
1	Augustów	ul. Mickiewicza 2	87 644 49 00; 87 644 68 90; 87 643 58 02	<a href="https://augustow.praca.gov.pl">https://augustow.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:sekretariat@pup.augustow.pl">sekretariat@pup.augustow.pl</a>
2	Biłgoraj	ul. Bohaterów Monte Cassino	84 685 00 01	<a href="https://bilgoraj.praca.gov.pl/">https://bilgoraj.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:pupbilgoraj@pupbilgoraj.pl">pupbilgoraj@pupbilgoraj.pl</a>
3	Brodnica	ul. Żwirki i Wigury 3	56 649 89 40	<a href="https://brodnica.praca.gov.pl/">https://brodnica.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:tobr@praca.gov.pl">tobr@praca.gov.pl</a>
4	Bytów	ul. Wojska Polskiego 6	59 822 22 27	<a href="https://bytow.praca.gov.pl/">https://bytow.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:gdby@praca.gov.pl">gdby@praca.gov.pl</a>
5	Chełmno	ul. Świętojska 1	56 686 00 41; 56 686 00 40; 56 686 00 42; 56 686 48 81	<a href="https://chelmno.praca.gov.pl">https://chelmno.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:chelmno@chelmno.praca.gov.pl">chelmno@chelmno.praca.gov.pl</a>
6	Chodzież	ul. Składowa 3	67 342 68 10	<a href="http://chodziej.praca.gov.pl">chodziej.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:sekretariat@pupchodziej.pl">sekretariat@pupchodziej.pl</a>
7	Cieszyn	ul. Plac Wolności	33 851 49 91	<a href="http://cieszyn.praca.gov.pl">cieszyn.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:poczta@pup.cieszyn.pl">poczta@pup.cieszyn.pl</a>
8	Dąbrowa Tarnowska	ul. Marsz. J. Piłsudskiego	14 642 24 78; 14 642 31 78; 14 642 43 27; 14 655 42 00; 14 655 42 01	<a href="http://dabrowatarnowska.praca.gov.pl">dabrowatarnowska.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:krda@praca.gov.pl">krda@praca.gov.pl</a>
9	Gołdap	ul. Żeromskiego 18	87 615 03 95; 87 615 03 70	<a href="https://goldap.praca.gov.pl/">https://goldap.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:olgo@praca.gov.pl">olgo@praca.gov.pl</a>
10	Grójec	ul. Laskowa 4a	48 664 80 30	<a href="https://grojec.praca.gov.pl/">https://grojec.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:praca@grojec.praca.gov.pl">praca@grojec.praca.gov.pl</a>
11	Grudziądz	ul. Parkowa 22	56 643 30 00; 56 643 84 00	<a href="https://grudziadz.praca.gov.pl/">https://grudziadz.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:togr@praca.gov.pl">togr@praca.gov.pl</a>
12	Gryfice	ul. Koszarowa 4	91 384 35 06; 91 384 29 34	<a href="https://gryfice.praca.gov.pl/">https://gryfice.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:sekretariat@gryfice.pup.info.pl">sekretariat@gryfice.pup.info.pl</a>
13	Iława	ul. 1 Maja 8B	89 644 32 22	<a href="http://ilawa.praca.gov.pl">ilawa.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:olil@praca.gov.pl">olil@praca.gov.pl</a>
14	Jasło	ul. Rynek 18	13 446 50 83	<a href="https://jaslo.praca.gov.pl">https://jaslo.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:sekretariat@pup-jaslo.pl">sekretariat@pup-jaslo.pl</a>
15	Jastrzębie- Zdrój	ul. Wrocławska 2	32 35 66 299	<a href="https://jastrzebiezdroj.praca.gov.pl/">https://jastrzebiezdroj.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:sekretariat@pupjastrzebie.pl">sekretariat@pupjastrzebie.pl</a>
16	Jędrzejów	ul. Okrzei 49B	41 380 23 74; 41 380 23 83	<a href="https://jedrzejow.praca.gov.pl/">https://jedrzejow.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:kije@praca.gov.pl">kije@praca.gov.pl</a>
17	Kalisz	ul. Staszica 47a	62 768 97 00; 62 766 89 40	<a href="https://kalisz.praca.gov.pl">https://kalisz.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:sekretariat@pup.kalisz.pl">sekretariat@pup.kalisz.pl</a>
18	Kępno	ul. Mianowice 2H	62 782 28 34	<a href="http://kepno.praca.gov.pl">kepno.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:sekretariat@kepno.praca.gov.pl">sekretariat@kepno.praca.gov.pl</a>
19	Kielce	ul. Kolberga 4	41 367 11 00	<a href="http://kielce.praca.gov.pl">kielce.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:kiki@praca.gov.pl">kiki@praca.gov.pl</a>
20	Kolno	ul. Wojska polskiego 46	86 278 95 10	<a href="https://kolno.praca.gov.pl">https://kolno.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:biko@praca.gov.pl">biko@praca.gov.pl</a>

LP	Powiatowy Urząd Pracy	Adres punktu	Telefon Kontaktowy	Strona internetowa	Mail
21	Koło	ul. Sienkiewicza 27	63 27 22 625	<a href="https://kolo.praca.gov.pl">https://kolo.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:pokl@praca.gov.pl">pokl@praca.gov.pl</a>
22	Końskie	ul. Stanisława Staszica 2	41 260 43 62; 41 260 43 63; 41 372 63 63; 41 372 23 14; 41 375 18 64; 41 375 18 42; 41 372 67 01; 41 372 22 47	<a href="https://konskie.praca.gov.pl">https://konskie.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:kiko@praca.gov.pl">kiko@praca.gov.pl</a>
23	Kraków (UP powiatu krakowskiego)-SZYCE	ul. Wesoła 48; 32-085 Szyce	12 416 74 72	<a href="https://uppkraow.praca.gov.pl/">https://uppkraow.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:sekretariat@uppk.pl">sekretariat@uppk.pl</a>
24	Krapkowice	ul. Kilińskiego 1a	77 446 66 30	<a href="http://krapkowice.praca.gov.pl">krapkowice.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:info@krapkowice.praca.gov.pl">info@krapkowice.praca.gov.pl</a>
25	Krasnystaw	ul. Mostowa 4	82 576 69 17; 82 576 62 67; 82 576 60 62	<a href="https://krasnystaw.praca.gov.pl">https://krasnystaw.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:sekretariat@pupkrasnystaw.pl">sekretariat@pupkrasnystaw.pl</a>
26	Kraśnik	ul. Aleja Niepodległości	81 826 18 23	<a href="https://krasnik.praca.gov.pl">https://krasnik.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:sekretariat@pup.krasnik.pl">sekretariat@pup.krasnik.pl</a>
27	Krotoszyn	ul. Rawicka 7b	62 725 44 56	<a href="https://krotoszyn.praca.gov.pl">https://krotoszyn.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:pokr@praca.gov.pl">pokr@praca.gov.pl</a>
28	Leszno	ul. Śniadeckich 5	65 529 94 33; 65 529 50 67	<a href="https://leszno.praca.gov.pl">https://leszno.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:sekretariat@leszno.praca.gov.pl">sekretariat@leszno.praca.gov.pl</a>
29	Limanowa	ul. Józefa Marka 9	18 337 58 50	<a href="http://limanowa.praca.gov.pl">limanowa.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:krli@praca.gov.pl">krli@praca.gov.pl</a>
30	Lipno	ul. Okrzei 7B	54 288 67 00	<a href="http://lipno.praca.gov.pl">lipno.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:toli@praca.gov.pl">toli@praca.gov.pl</a>
31	Łomża	ul. Nowogrodzka 1	86 215 80 10	<a href="https://lomza.praca.gov.pl">https://lomza.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:bilo@praca.gov.pl">bilo@praca.gov.pl</a>
32	Malbork	ul. Aleja Armii Krajowej 70	55 272 33 51; 55 272 33 52; 55 272 33 53; 55 272 33 54; 55 272 33 55	<a href="https://malbork.praca.gov.pl/">https://malbork.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:sekretariat@malbork.praca.gov.pl">sekretariat@malbork.praca.gov.pl</a>
33	Miechów	ul. Henryka Sienkiewicza 27	41 383 25 01; 41 383 25 02; 41 230 83 40	<a href="http://miechow.praca.gov.pl">miechow.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:krmi@praca.gov.pl">krmi@praca.gov.pl</a>
34	Międzyrzecz	ul. Plac Powstańców Wielkopolskich 1	95 741 20 66	<a href="https://miedzyrzecz.praca.gov.pl">https://miedzyrzecz.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:zimi@praca.gov.pl">zimi@praca.gov.pl</a>
35	Mikołów (z siedzibą w Łaziskach Górnych)	ul. Chopina 8	32 224 10 92	<a href="http://mikolow.praca.gov.pl">mikolow.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:kami@praca.gov.pl">kami@praca.gov.pl</a>
36	Mława	ul. Stanisława Wyspiańskiego 7	23 654 34 01; 23 655 19 96	<a href="https://mlawa.praca.gov.pl/">https://mlawa.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:waml@praca.gov.pl">waml@praca.gov.pl</a>

LP	Powiatowy Urząd Pracy	Adres punktu	Telefon Kontaktowy	Strona internetowa	Mail
37	Mogilno	ul. Obrońców Mogilna 1	52 318 67 10	<a href="http://mogilno.praca.gov.pl">mogilno.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:tomo@praca.gov.pl">tomo@praca.gov.pl</a>
38	Mońki	ul. Broniewskiego	85 727 87 10	<a href="https://monki.praca.gov.pl/">https://monki.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:bimo@praca.gov.pl">bimo@praca.gov.pl</a>
39	Nisko	ul. Sandomierska 6a	15 841 23 13; 15 841 36 60	<a href="https://nisko.praca.gov.pl">https://nisko.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:rzni@praca.gov.pl">rzni@praca.gov.pl</a>
40	Nowy Sącz	ul. Nawojowska 118	18 440 08 08	<a href="https://nowysacz.praca.gov.pl/">https://nowysacz.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:ko@pup.powiat-ns.pl">ko@pup.powiat-ns.pl</a>
41	Nowy Tomyśl	ul. Poznańska 30	61 44 51 500	<a href="https://nowytomysl.praca.gov.pl">https://nowytomysl.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:biuro@pupnt.pl">biuro@pupnt.pl</a>
42	Opoczno	ul. Rolna 6	44 755 51 00; 44 755 51 01; 44 755 51 02	<a href="http://opoczno.praca.gov.pl">opoczno.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:sekretariat@pupopoczno.pl">sekretariat@pupopoczno.pl</a>
43	Ostrów Wielkopolski	ul. Wolności 29a	62 737 32 00	<a href="https://ostrowwielkopolski.praca.gov.pl">https://ostrowwielkopolski.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:poow@praca.gov.pl">poow@praca.gov.pl</a>
44	Ostrzeszów	ul. Przemysłowa 7	62 732 07 90	<a href="http://ostrzeszow.praca.gov.pl">ostrzeszow.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:poos@praca.gov.pl">poos@praca.gov.pl</a>
45	Parczew	ul. Bema 2	83 355 16 30; 83 355 16 29	<a href="http://parczew.praca.gov.pl">parczew.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:lupa@praca.gov.pl">lupa@praca.gov.pl</a>
46	Pleszew	ul. Wyspiańskiego	62 742 74 25; 62 742 74 26	<a href="http://pleszew.praca.gov.pl">pleszew.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:popl@praca.gov.pl">popl@praca.gov.pl</a>
47	Proszowice	ul. Krakowska	12 386 10 80; 12 386 10 92	<a href="https://proszowice.praca.gov.pl/">https://proszowice.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:krpr@praca.gov.pl">krpr@praca.gov.pl</a>
48	Pszczyna	ul. Dworcowa 23	32 210 27 21; 32 210 47 20	<a href="https://pszczyna.praca.gov.pl">https://pszczyna.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:pup@pup-pszczyna.pl">pup@pup-pszczyna.pl</a>
49	Puck	ul. Elizy Orzeszkowej 7	58 765 67 20; 58 765 67 11	<a href="http://puck.praca.gov.pl">puck.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:gdpu@praca.gov.pl">gdpu@praca.gov.pl</a>
50	Pułtusk	ul. Nowy Rynek 3	23 692 68 55; 23 692 09 88; 23 692 58 31	<a href="http://pultusk.praca.gov.pl">pultusk.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:sekretariat@pultusk.praca.gov.pl">sekretariat@pultusk.praca.gov.pl</a>
51	Pyrzyce	ul. Dworcowa 23	91 887 41 01	<a href="https://pyrzyce.praca.gov.pl/">https://pyrzyce.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:szpy@praca.gov.pl">szpy@praca.gov.pl</a>
52	Rawa Mazowiecka	ul. 1 Maja 1A	46 814 40 51	<a href="http://rawamazowiecka.praca.gov.pl">rawamazowiecka.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:lorm@praca.gov.pl">lorm@praca.gov.pl</a>
53	Ruda Śląska	ul. Ballestremów 16	32 771 59 95	<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>
54	Sejny	ul. Łąkowa 26	87 516 39 70	<a href="http://sejny.praca.gov.pl">sejny.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:biuro@pup.sejny.pl">biuro@pup.sejny.pl</a>
55	Sępólno Krajeńskie	ul. Tadeusza Kościuszki 11	52 388 13 50	<a href="http://sepolnokrajenskie.praca.gov.pl">sepolnokrajenskie.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:tose@praca.gov.pl">tose@praca.gov.pl</a>
56	Słupca	ul. Piastów 2	63 275 14 44	<a href="http://slupca.praca.gov.pl/">slupca.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:pup@pup-slupca.pl">pup@pup-slupca.pl</a>
57	Sokołów Podlaski	ul. Oleksiaka Wichury 3	25 781 71 31	<a href="https://sokolowpodlaski.praca.gov.pl/">https://sokolowpodlaski.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:sekretariat@pup.sokolowpodl.pl">sekretariat@pup.sokolowpodl.pl</a>
58	Stalowa Wola	ul. Dmowskiego 8	15 643 37 80	<a href="http://stalowawola.praca.gov.pl">stalowawola.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:rzsw@praca.gov.pl">rzsw@praca.gov.pl</a>
59	Stargard	ul. Pierwszej Brygady 35	91 578 40 14	<a href="https://stargard.praca.gov.pl/">https://stargard.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:urzad@pupstargard.pl">urzad@pupstargard.pl</a>

LP	Powiatowy Urząd Pracy	Adres punktu	Telefon Kontaktowy	Strona internetowa	Mail
60	Strzelce Krajeńskie	ul. Aleja Wolności 39	95 763 11 40	<a href="https://strzelcekrajeńskie.praca.gov.pl">https://strzelcekrajeńskie.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:zist@praca.gov.pl">zist@praca.gov.pl</a>
61	Szamotuły	ul. Wojska Polskiego 1	61 101 81 00	<a href="https://szamotuly.praca.gov.pl">https://szamotuly.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:posz@praca.gov.pl">posz@praca.gov.pl</a>
62	Sztum (z siedzibą w Dzierzgonie)	ul. Tadeusza Zawadzkiego „Zośki” 11	55 276 22 50	<a href="http://sztum.praca.gov.pl">sztum.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:gdsz@praca.gov.pl">gdsz@praca.gov.pl</a>
63	Świdwin	ul. Kołobrzaska 3	94 365 40 40; 94 365 40 41; 94 365 57 30	<a href="http://swidwin.praca.gov.pl">swidwin.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:swidwin@swidwin.praca.gov.pl">swidwin@swidwin.praca.gov.pl</a>
64	Świebodzin	ul. Studencka 8	68 38 210 66	<a href="http://swiebodzin.praca.gov.pl">swiebodzin.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:sekretariat@pup.swiebodzin.pl">sekretariat@pup.swiebodzin.pl</a>
65	Tarnobrzeg	ul. 1 Maja 3	15 823 00 30; 15 823 63 93; 15 823 63 80	<a href="https://tarnobrzeg.praca.gov.pl/">https://tarnobrzeg.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:sekretariat@puptarnobrzeg.idsl.pl">sekretariat@puptarnobrzeg.idsl.pl</a>
66	Toruń	ul. Mazowiecka 49a	56 658 02 02*	<a href="http://torun.praca.gov.pl">torun.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:toto@praca.gov.pl">toto@praca.gov.pl</a>
67	Tuchola	ul. Plac Wolności 23	52 559 08 00	<a href="http://tuchola.praca.gov.pl">tuchola.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:pup@tuchola.pl">pup@tuchola.pl</a>
68	Turek	ul. Komunalna 6	63 280 23 40	<a href="http://turek.praca.gov.pl">turek.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:potu@praca.gov.pl">potu@praca.gov.pl</a>
69	Wałcz	ul. Wojska Polskiego 41	67 258 50 66; 67 258 50 67; 67 258 50 68; 67 258 50 69	<a href="http://walcz.praca.gov.pl">walcz.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:sekretariat@walcz.pup.gov.pl">sekretariat@walcz.pup.gov.pl</a>
70	Wieruszów	ul. Ludwika Waryńskiego 15	62 784 15 53	<a href="http://wieruszow.praca.gov.pl">wieruszow.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:lowe@praca.gov.pl">lowe@praca.gov.pl</a>
71	Włoszczowa	ul. Strażacka 11	41 394 35 40	<a href="https://wloszczowa.praca.gov.pl/">https://wloszczowa.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:kiwl@praca.gov.pl">kiwl@praca.gov.pl</a>
72	Września	ul. Wojska Polskiego 2	61 640 35 35	<a href="https://wrzesnia.praca.gov.pl/">https://wrzesnia.praca.gov.pl/</a>	<a href="mailto:sekretariat@pupwrzesnia.pl">sekretariat@pupwrzesnia.pl</a>
73	Wysokie Mazowieckie	ul. 1 Maja	86 275 86 12	<a href="https://wysokiemazowieckie.praca.gov.pl">https://wysokiemazowieckie.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:biwy@praca.gov.pl">biwy@praca.gov.pl</a>
74	Zambrów	ul. Fabryczna	86 270 82 10	<a href="http://www.zambrow.praca.gov.pl">www.zambrow.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:sekretariat@zambrow.praca.gov.pl">sekretariat@zambrow.praca.gov.pl</a>
75	Żnin	ul. Składowa	52 303 10 64; 52 303 10 83; 52 303 11 12	<a href="http://znin.praca.gov.pl">znin.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:tozn@praca.gov.pl">tozn@praca.gov.pl</a>
76	Żuromin	ul. Lidzbarska 27A	23 657 31 63; 23 657 41 06; 23 657 40 49	<a href="http://zuromin.praca.gov.pl">zuromin.praca.gov.pl</a>	<a href="mailto:pup@pupzuromin.pl">pup@pupzuromin.pl</a>