



# Po pomoc – dzwoń zamiast iść

## NAJWAŻNIEJSZE TELEFONY:

**800 190 590**

infolinia o koronawirusie

**999** lub **112**

Pogotowie ratunkowe

**997**

Policja

---

**998**

Straż Pożarna

**22 560 16 00**

ZUS

**76/746-34-00**

(najdź i wpisz nr tel.)

Twój Ośrodek Pomocy  
Społecznej

**76/846-67-00**

(znajdź i wpisz nr tel.)

Twój Sanepid

**ABC** senior.com

INFORMACJE DLA CIEBIE

