

LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
RODZINNE						
Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie	* informacje w sprawie świadczeń rodzinnych, wychowawczych i świadczeń z funduszu alimentacyjnego * pomoc dla rodzin z problemem przemocy domowej, * pomoc dla osób i rodzin z problemem alkoholowym	Dział Świadczeń Rodzinnych ul. Klepacka 18 15-634 Białystok MOPR ul. Malmeda 8 15-440 Białystok	(85) 748 98 59	pn.: 8.00 – 17.00 wt. – pt.: 7.30 – 15.30	e-mail: sekretariat@mopr.bialystok.pl www: http://www.mopr.bialystok.pl/sr-strona-glowna.html	Mieszkańcy Białegostoku
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Białymstoku	1) pomoc społeczna, 2) wspieranie rodziny i pieczy zastępczej, 3) polityka prorodzinna, 4) wspieranie osób niepełnosprawnych oraz inne zadania określone w ustawach, w tym zadania należące do zakresu działań powiatu z zakresu administracji rządowej i przypisane do realizacji Centrum	ul. Słonimska 15/1 15-028 Białystok	(85) 732 17 72 (85) 732 27 40	pn. – pt.: 7.30-15.30	e-mail: pcpr@st.bialystok.wrotapodlasia.pl www: http://pcprb.st.bialystok.wrotapodlasia.pl/	Mieszkańcy powiatu białostockiego
Archidiecezjalna Poradnia Rodzinna	Porady psychologa, pedagoga, kapłana, mediacje oraz pomoc konsultanta ds. przeciwdziałania przemocy i specjalisty ds. uzależnień	ul. Kościelna 2 15-087 Białystok	601 869 469 500 097 214 502 054 059	wt. i czw: 18.00-20.00 (doradca rodzinny) śr.: 14.00-17.00 (psychoterapeuta) pt. 16.00-18.00 (prawnik, adwokat) Spotkania umawiane telefonicznie: - mediator 884 000 291 - psychoterapeuta 500 097 214 - psycholog, pedagog 606 355 763	e-mail: poczta@rodzinabialystok.pl www: http://rodzinabialystok.pl/poradnictwo-rodzinne/archidiecezjalna-poradnia-rodzinna	Dla narzeczonych i małżonków oraz rodzin

Stowarzyszenie Pomocy Rodzinie i Dzieciom „Szansa”	konsultacje wychowawcze, porady prawne, terapia rodzinna, poradnictwo specjalistyczne	ul. Magnoliowa 4, 15-669 Białystok	(85) 663 01 41	Poradnia czynna pn. – pt.: 8.00–16.00 zapisy i informacje pod numerem: (85) 66 30 141 w godzinach 8.00-16.00	e-mail: sprid.szansa@gmail.com www: www.szansabialystok.pl	Mieszkańcy miasta Białegostoku, osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej
PSYCHOLOGICZNE						
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 1 w Białymstoku	* udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej, * udzielanie pomocy w wyborze kierunku kształcenia i zawodu, * udzielanie rodzicom i nauczycielom pomocy psychologiczno-pedagogicznej związanej z wychowaniem i kształceniem dzieci i młodzieży, * wspomaganie przedszkoli, szkół i placówek w zakresie zadań dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych	ul. Piotrkowska 2 15-439 Białystok	(85) 744 53 50	Poradnia czynna pn. – pt.: 8:00 – 16:00 Informacje o aktualnych dniach i godzinach pracy dostępne pod numerem: (85) 744 53 50	e-mail: ppp1@um.bialystok.pl www: www.poradnia.bialystok.pl	Dzieci i młodzież, ich rodzice i nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek zgodnie z rejonem działania Poradni. Również dzieci i młodzież nie uczęszczającym do przedszkola i szkoły oraz ich rodzicom zamieszkałym na terenie działania Poradni.
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 2 w Białymstoku	* pomoc dzieciom i młodzieży ze specjalnymi potrzebami rozwojowymi i edukacyjnymi, * pomoc dzieciom i młodzieży z trudnościami w nauce, * pomoc logopedyczna, * doradztwo zawodowe, * pomoc w zakresie profilaktyki i wspomagania	ul. Mazowiecka 35 15-301 Białystok	(85) 742 34 34	pn. – pt.: 8.00-15:30	e-mail: sekretariat@ppp2.eu www: www.ppp2.bialystok.pl	Dzieci i młodzież, ich rodzice i nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek zgodnie z rejonem działania Poradni. Również dzieci i młodzież nie uczęszczającym do przedszkola i szkoły oraz ich rodzicom zamieszkałym na terenie działania Poradni.
Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna dla Dzieci i Młodzieży z Zaburzeniami Emocjonalnymi	Pomoc rodzinom, w których dzieci i rodzice doświadczają trudności związanych z takimi zaburzeniami jak: zespół nadpobudliwości psychoruchowej, lęk przed separacją w dzieciństwie,	ul. A. Mickiewicza 31/2 15-214 Białystok	(85) 732 86 66	Przyjmowanie interesantów: pn. - pt.: 8.00-18.00	e-mail: sppp@um.bialystok.pl , www: www.sppp.bialystok.pl	Pomoc terapeutyczna dla dzieci i młodzieży w wieku od 5 lat do końca szkoły średniej, mieszkające bądź uczące się na terenie miasta Białegostoku.

	w Białymstoku	<p>zaburzenia lękowe w postaci fobii, np. fobia szkolna, kłopoty związane z rywalizacją w rodzeństwie, tiki, moczenie mimowolne, jękanie.</p> <p>Do Poradni przyjmowane są dzieci i młodzież z zaburzeniami emocjonalnymi, które przejawiają się pod postacią takich utrwalonych objawów jak: trudności funkcjonowania w grupie, agresja jawna lub ukryta, napięcie, konflikty wewnętrzne, zaburzony obraz siebie, niska samoocena, objawy psychosomatyczne (ból głowy, brzucha), zaburzenia nastroju.</p>				Warunkiem przyjęcia do placówki jest rozmowa z rodzicami i badanie diagnostyczne dziecka.	Rodzicom młodszych dzieci proponuje się konsultacje i własną terapię oraz warsztaty.
	Centrum Pomocy Dzieciom Stowarzyszenia KLANZA w Białymstoku	Poradnictwo rodzinne, psychologiczne, pedagogiczne, psychiatryczne, pomoc dla dzieci pokrzywdzonych przestępstwem	ul. Kleeberga 8 15-691 Białystok	(85) 652 54 94 690 955 000	Recepcja: pn. - pt.: 8.00-16.00 Praca terapeutyczna: pn. - czw.: 8.00-19.00 pt.: 8:00-16:00	e-mail: cpdbialystok@centrum-klanza.pl www: www.centrum-klanza.bialystok.pl	Mieszkańcy Białegostoku
	Stowarzyszenie Pomocy Rodzinie DROGA - Ośrodek Profilaktyki i Terapii dla Młodzieży i Dorosłych w Białymstoku ETAP	Poradnictwo rodzinne, psychologiczne, pedagogiczne, psychiatryczne, z zakresu przeciwdziałania narkomanii, rozwiązywania problemów alkoholowych	ul. Włókiennicza 7 15-464 Białystok	(85) 744 52 24 (85) 744 50 26	pn. - pt.: 8.00 – 20.00	e-mail: etap@stowarzyszeniedroga.pl rejestracja online do ośrodka: etap.net.pl www: www.stowarzyszeniedroga.pl	Mieszkańcy Białegostoku
	Fundacja Oswoić Świat	Prowadzenie ośrodka dziennego pobytu dla dzieci i młodzieży z problemami zdrowia psychicznego	(siedziba fundacji) ul. Malachitowa 11 15-157 Białystok (siedziba placówek) ul. Zaścianańska 84 15-548 Białystok	(85) 733 38 96	pn. - pt.: 7.30-16.00	e-mail: fundacja.oswoic.swiat@gmail.com www: www.oswoicswiat.pl	Mieszkańcy Białegostoku

Stowarzyszenie MONAR Poradnia Profilaktyczno-Konsultacyjna	Terapia indywidualna, grupowa, rodzinna, konsultacje pedagogiczne, interwencja kryzysowa, prowadzenie grup psychoedukacyjnych, terapeutycznych, konsultacje prawne	ul. Gen. Hallera 8 15-814 Białystok	(85) 651 65 64 608 106 831	Umówione wizyty oraz zajęcia grupowe odbywają się: pn. – śr.: 7:00 – 20:00 czw. – pt.: 7:00 – 15:00	e-mail: pk@monarbialystok.pl www: www.monarbialystok.pl	Mieszkańcy Białegostoku
Stowarzyszenie Pomocy Rodzinie i Dzieciom „Szansa”	Konsultacje wychowawcze, porady prawne, terapia rodzinna, poradnictwo specjalistyczne	ul. Magnoliowa 4, 15-669 Białystok	(85) 663 01 41	Poradnia czynna pn. – pt.: 8.00–16.00 zapisy i informacje pod numerem: (85) 66 30 141 w godzinach 8.00-16.00	e-mail: spriid.szansa@gmail.com www: www.szansabialystok.pl	Mieszkańcy miasta Białegostoku, osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej
Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze	Fundacja ITAKA skr. pocztowa 127 00-958 Warszawa 66	800 70 2222 bezpłatna infolinia	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	e-mail: porady@liniawsparcia.pl www: www.liniawsparcia.pl	Dla osób będących w kryzysie psychicznym
PEDAGOGICZNE						
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 1 W Białymstoku	<ul style="list-style-type: none"> * udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej, * udzielanie pomocy w wyborze kierunku kształcenia i zawodu, * udzielanie rodzicom i nauczycielom pomocy psychologiczno-pedagogicznej związanej z wychowaniem i kształceniem dzieci i młodzieży, * wspomaganie przedszkoli, szkół i placówek w zakresie zadań dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych 	ul. Piotrkowska 2 15-439 Białystok	(85) 744 53 50	Poradnia czynna pn. - pt.: 8:00–16:00 Informacje o aktualnych dniach i godzinach pracy dostępne pod numerem: (85) 744 53 50	e-mail: ppp1@um.bialystok.pl www: www.poradnia.bialystok.pl	Dzieci i młodzież, ich rodzice i nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek zgodnie z rejonem działania Poradni. Również dzieci i młodzież nie uczęszczającym do przedszkola i szkoły oraz ich rodzicom zamieszkałym na terenie działania Poradni.

<p>Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 2 w Białymstoku</p>	<p>* pomoc dzieciom i młodzieży ze specjalnymi potrzebami rozwojowymi i edukacyjnymi, * pomoc dzieciom i młodzieży z trudnościami w nauce, * pomoc logopedyczna, * doradztwo zawodowe, * pomoc w zakresie profilaktyki i wspomagania</p>	<p>ul. Mazowiecka 35 15-301 Białystok</p>	<p>(85) 742 34 34</p>	<p>pn. – pt.: 8:00 – 15:30</p>	<p>e-mail: sekretariat@ppp2.eu www: www.ppp2.bialystok.pl</p>	<p>Dzieci i młodzież, ich rodzice i nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek zgodnie z rejonem działania Poradni. Również dzieci i młodzież nie uczęszczającym do przedszkola i szkoły oraz ich rodzicom zamieszkałym na terenie działania Poradni.</p>
<p>Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna dla Dzieci i Młodzieży z Zaburzeniami Emocjonalnymi w Białymstoku</p>	<p>Pomoc rodzinom, w których dzieci i rodzice doświadczają trudności związanych z takimi zaburzeniami jak: zespół nadpobudliwości psychoruchowej, lęk przed separacją w dzieciństwie, zaburzenia lękowe w postaci fobii, np. fobia szkolna, kłopoty związane z rywalizacją w rodzeństwie, tiki, moczenie mimowolne, jąkanie. Do Poradni przyjmowane są dzieci i młodzież z zaburzeniami emocjonalnymi, które przejawiają się pod postacią takich utrwalonych objawów jak: trudności funkcjonowania w grupie, agresja jawna lub ukryta, napięcie, konflikty wewnętrzne, zaburzony obraz siebie, niska samoocena, objawy psychosomatyczne (ból głowy, brzucha), zaburzenia nastroju.</p>	<p>ul. A. Mickiewicza 31/2 15-214 Białystok</p>	<p>(85) 732 86 66</p>	<p>Przyjmowanie interesantów: pn. - pt.: 8.00-18.00</p>	<p>e-mail: sppp@um.bialystok.pl, www: www.sppp.bialystok.pl Warunkiem przyjęcia do placówki jest rozmowa z rodzicami i badanie diagnostyczne dziecka.</p>	<p>Pomoc terapeutyczna dla dzieci i młodzieży w wieku od 5 lat do końca szkoły średniej, mieszkające bądź uczące się na terenie miasta Białegostoku. Rodzicom młodszych dzieci proponuje się konsultacje i własną terapię oraz warsztaty.</p>
<p>Stowarzyszenie Pomocy Rodzinie i Dzieciom „Szansa”</p>	<p>Konsultacje wychowawcze, porady prawne, terapia rodzinna, poradnictwo specjalistyczne</p>	<p>ul. Magnoliowa 4, 15-669 Białystok</p>	<p>(85) 663 01 41</p>	<p>Poradnia czynna pn. – pt.: 8.00–16.00</p>	<p>e-mail: sprid.szansa@gmail.com www: www.szansabialystok.pl</p>	<p>Mieszkańcy miasta Białegostoku, osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej</p>

					zapisy i informacje pod numerem: (85) 66 30 141 w godzinach 8.00-16.00		
POMOC SPOŁECZNA							
	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Białymstoku	Udzielanie informacji dotyczących przyznawania świadczeń, poradnictwo socjalne i prawne	ul. Malmeda 8 pokój nr 1 15-440 Białystok	(85) 879 77 19	pn.: 8.00–17.00 wt. – pt.: 7.30–15.30	e-mail: sekretariat@mopr.bialystok.pl www: http://www.mopr.bialystok.pl/	Mieszkańcy Miasta Białystok
	Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Białymstoku	* poradnictwo psychologiczne, * poradnictwo socjalne, * poradnictwo prawne, * udział w grupie socjoterapeutycznej	ul. Włókiennicza 7 15-464 Białystok	(85) 879 79 46 lub (85) 879 79 47 lub (85) 879 79 48	całodobowo, 7 dni w tygodniu	e-mail: oik@mopr.bialystok.pl www: http://www.mopr.bialystok.pl/osrodek_interwencji_kryzysowej.html	Mieszkańcy Miasta Białystok dotknięci: * przemocą domową, * kryzysem małżeńskim, * konfliktem rodzinnym, * utratą, żałobą, osieroceniem, wypadkiem, katastrofą, klęską żywiołową, * problemem samobójstwa, * trudnościami wychowawczymi, * bezradnością, długotrwałą chorobą i innymi problemami
	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	1) pomoc społeczna, 2) wspieranie rodziny i pieczy zastępczej, 3) polityka prorodzinna, 4) wspieranie osób niepełnosprawnych oraz inne zadania określone w ustawach, w tym zadania należące do zakresu działań powiatu z zakresu administracji rządowej i przypisane do realizacji Centrum	ul. Słonimska 15/1 15-028 Białystok	(85) 732 17 72 (85) 732 27 40	pn. – pt.: 7.30-15.30	e-mail: pcpr@st.bialystok.wrotapodlasia.pl www: http://pcprb.st.bialystok.wrotapodlasia.pl/	Mieszkańcy powiatu białostockiego
	Prawosławny Ośrodek Miłosierdzia Diecezji Białostocko-Gdańskiej	* punkt konsultacyjny dla osób uzależnionych od alkoholu i ich rodzin,	ul. Warszawska 47 15-137 Białystok	(85) 742 65 00 (85) 732 89 07	pn. – pt.: 13:00–18:00	e-mail: eleos@poczta.onet.pl	Osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej

	„ELEOS” w Białymstoku	<ul style="list-style-type: none"> * grupa wsparcia dla osób bezdomnych, * dyżury kuratora sądowego * prowadzenie Specjalistycznych Placówek Wsparcia Dziennego 		607 740 560	<p>Informacje szczegółowe pod numerem: (85) 742 65 00</p>	<p>www: http://eleos.pl/</p>	
	Fundacja „Spe Salvi”	<ul style="list-style-type: none"> * streetworking – docieranie do osób bezdomnych w ich miejscu przebywania, interwencje, rozmowy wspierające, rzecznictwo w urzędach, instytucjach, szpitalach, pomoc w znalezieniu pracy, mieszkania, instytucji pomocowych, * wsparcie terapeutyczne z zakresu uzależnień, * porady prawne 	ul. Warszawska 50 15-077 Białystok	(85) 732 01 34	<p>pn. – pt. 9:00–13:00</p> <p>Informacje szczegółowe pod numerem: (85) 732 01 34</p>	<p>e-mail: spesalvi2016@gmail.com</p> <p>www: http://spesalvi.org.pl/</p>	Bezdomni, dzieci ulicy, alkoholicy, osoby dotknięte różnymi formami patologii
	Noclegownia Mężczyzn Św. Brata Alberta Caritas Archidiecezji Białostockiej	<ul style="list-style-type: none"> * noclegownia, * wydawanie posiłków, * pomoc specjalistów: gabinet konsultacji pielęgniarskiej, doradca zawodowy, opieka duszpasterska 	ul. Sienkiewicza 81/9 15-003 Białystok	(85) 675 09 06 664 762 880	<p>całodobowo, 7 dni w tygodniu</p> <p>Placówka całodobowa dla mężczyzn, posiadająca 100 miejsc (70 mężczyzn otrzymuje pomoc całodobową, 30 mężczyzn może liczyć na pomoc doraźną w postaci noclegu).</p> <p>Codziennie o godz. 15.30 wydawane są posiłki zarówno dla mieszkańców jak i osób ubogich spoza placówki. Istnieje możliwość skorzystania z kąpieli we wtorki i czwartki w godz. 10:00 – 13:00.</p>	<p>e-mail: bezdomnosc.bialystok@caritas.pl</p> <p>www: https://bialystok.caritas.pl/placowki/dom-dla-bezdomnych-pod-wezwaniem-swietego-brata-alberta/</p>	Noclegownia całodobowa dla mężczyzn

Ogrzewalnia – Noclegownia – Schronisko dla Osób Bezdomnych Stowarzyszenie „Ku Dobrej Nadziei” w Białymstoku	<ul style="list-style-type: none"> * dyżur pracownika socjalnego, * porady psychologa, * spotkania motywujące do porzucenia szkodliwego stylu życia, * opieka duszpasterska 	ul. Grunwaldzka 76 15-893 Białystok	(85) 674 87 17 500 191 198	całodobowo, 7 dni w tygodniu Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: (85) 674 87 17	e-mail: kudobrej@gmail.com www: http://kdn.bialystok.pl/index.php/dzialalnosc/ogrzewalnia/	Osoby ze środowisk zagrożonych wykluczeniem społecznym – bezdomni, ubodzy, długotrwale bezrobotni, uzależnieni
Noclegownia Ośrodek Readaptacji dla Bezdomnych Stowarzyszenia Penitencjarnego „Patronat” w B-stoku	Pomoc pedagoga, pracownika socjalnego, terapeuty uzależnień, kuratora zawodowego oraz opiekuna bezdomnego	ul. Świętojańska 2A 15-082 Białystok	(85) 732 24 12 602 577 424	Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: (85) 732 24 12	e-mail: patronat13@wp.pl www: www.patronat.waw.pl	Osoby bezdomne opuszczające zakłady karne

ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Prowadzenie działań związanych z profilaktyką i rozwiązywaniem problemów alkoholowych oraz integracji społecznej osób uzależnionych od alkoholu, zwiększanie dostępności pomocy terapeutycznej i rehabilitacyjnej	ul. Bema 60/1 pok. 2 15-370 Białystok	(85) 869 65 60 (85) 869 65 61	pn.: 8.00–16.00 wt. - pt.: 7.30–15.30	email: dsp@um.bialystok.pl	Osoby uzależnione od alkoholu
Pracownia Psychoterapii Integracyjnej Poradnia Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia	<ul style="list-style-type: none"> * program psychoterapii dla osób uzależnionych od alkoholu i współuzależnionych, * udzielanie świadczeń indywidualnych i grupowych – sesje diagnostyczne, sesje psychoterapii indywidualnej, sesje psychoterapii grupowej, sesje psychoedukacyjne, * sesje psychoterapii rodzinnej 	ul. Storczykowa 5 15-614 Białystok	(85) 663 56 76 600 075 018 (wizyty po uzgodnieniu telefonicznym)	pn. – czw.: 7.30–20.00 pt.: 7:30-15:00 (w tych godzinach odbywają się sesje diagnostyczne prowadzone przez lekarza i specjalistów)	email: psychologika@wp.pl www: www.slapek.com	Osoby potrzebujące terapii uzależnień
Centrum Zdrowia Psychicznego i Leczenia Uzależnień	<ul style="list-style-type: none"> * poradnia terapii uzależnienia od alkoholu i współuzależnienia, * dzienny oddział terapii uzależnienia od alkoholu, * zespół leczenia środowiskowego 	ul. Radzymińska 2 15-863 Białystok	(85) 743 40 44	pn.- pt.: 8.00–18.00 * Poradnia Zdrowia Psychicznego – rejestracja: (85) 743 40 44 601 415 192	email: szpital@sppchoroszcz.med.pl www: www.sppchoroszcz.med.pl	Osoby potrzebujące terapii uzależnień

					* Oddział dzienny dla chorych z zaburzeniami psychicznymi (85) 743 43 06 * Centrum Leczenia Uzależnień: 693 637 000		
NZOZ VIRTUS	* leczenie alkoholizmu, * wsparcie psychologa, psychiatry	ul. Antoniuk Fabryczny 10 lok. 1 15-741 Białystok	856 615 333 (w godzinach pracy) kom. 698 335 897 509 501 213 502 278 809 (całodobowo na wezwanie)	Godziny przyjęć: pn.- sob.: godz. 9.00–19.00 niedz.: godz. 12.00–18.00 Dyżur całodobowy: pod podanymi numerami telefonów komórkowych	email: tcichorek@op.pl www: https://virtus.bialystok.pl/	Osoby potrzebujące terapii uzależnień	
Młodzieżowy Ośrodek Konsultacji i Terapii	Pomoc psychologiczna i terapeutyczna w postaci: * konsultacji i psychoedukacji, * psychoterapii indywidualnej, * terapii rodzinnej i małżeńskiej	ul. Orła 6B 15-021 Białystok	(85) 746 06 23	pn. – pt.: 08.00– 20.00 W celu zgłoszenia i ustalenia terminu spotkania wymagany wcześniejszy kontakt telefoniczny w godzinach 8.00-16.00 pod numerem: (85) 746 06 23	e-mail: mokit@ddps.bialystok.pl www: http://www.ddps.rsi.com.pl/?mlodziezowy-osrodek-konsultacji-i-terapii.8	Pomoc dla osób pochodzących z rodzin, w których występuje lub występował problem alkoholowy	
Ośrodek Profilaktyki i Terapii dla Młodzieży i Dorosłych w Białymstoku ETAP	* poradnia terapii uzależnienia od substancji psychoaktywnych, * poradnia terapii uzależnień dla dzieci i młodzieży, * oddział dzienny terapii uzależnienia od substancji psychoaktywnych, * terapia środowiskowa, * centrum profilaktyki	ul. Włókiennicza 7 15-464 Białystok	(85) 744 52 24 (85) 744 50 26	Rejestracja pn. – pt.: 08.00–20.00 Do Poradni można się zarejestrować telefonicznie lub osobiście. Przy rejestracji niezbędne jest podanie numeru PESEL	e-mail: etap@stowarzyszeniedroga.pl www: http://www.stowarzyszeniedroga.pl/ etap	Pomoc osobom eksperymentującym i uzależnionym oraz członkom ich rodzin	

	Białostockie Stowarzyszenie Klub Abstynentów „Krokus”	* dyżur terapeuty uzależnień, * grupa dla ofiar przemocy domowej	ul. Jagienki 4 15-480 Białystok	(85) 743 58 43	pn. - sb.: 16:00-20:00 nd.: 10:00-13:00 Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: (85) 743 58 43	e-mail: klubkrokus@o2.pl www: http://www.klubkrokus.pl	Mieszkańcy Białegostoku
	Białostockie Stowarzyszenie Klub Abstynentów „Tęcza”	* dyżur terapeuty uzależnień, * grupa dla ofiar przemocy domowej	ul. Gen. J. Hallera 8 15-814 Białystok	(85) 662 08 21	dyżur terapeuty uzależnień: czw.: 16:00-20:00 Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: (85) 662 08 21 Dyżur terapeuty uzależnień - w każdy czwartek w godz. 16:00-18:00	e-mail: b.s.k.a.tecza@wp.pl www: http://www.stowarzyszenieteczka.org	Mieszkańcy Białegostoku
	Stowarzyszenie Abstynentów Klub Abstynentów „Arka”	dyżur terapeuty uzależnień	ul. Barszczańska 5 15-649 Białystok	(85) 661 92 62	Szczegółowe informacje udzielane w siedzibie organizacji bądź telefonicznie w pn. – pt.: 8:00-16:00	e-mail: klub.arka@wp.pl	Mieszkańcy Białegostoku
	Stowarzyszenie Rodzin Abstynenckich „Przymierze”	dyżur terapeuty uzależnień	ul. Wieniawskiego 12 15-193 Białystok	694 409 778 608 379 075 604 663 788	Codziennie od godz.: 17.00-19.00 odbywają się dyżury osoby wyznaczonej przez stowarzyszenie, polegające na udzielaniu informacji na temat uzależnień, możliwości oraz form uzyskania pomocy. Dyżur specjalistów ds. uzależnień, specjalistów terapii uzależnień pt.: 17.00–19.00 W każdą ostatnią środę miesiąca w godz.: 17.00–18.00 warsztaty dla osób uzależnionych i nieuzależnionych.	e-mail: stowarzyszenieprzymierze@o2.pl www: www.stowarzyszenieprzymierze.blogspot.com	Mieszkańcy Białegostoku

Stowarzyszenie Rodzin Trzeźwościowych „Azyl”	dyżur terapeuty uzależnień	ul. Mieszka I 8C lok.14 15-054 Białystok	(85) 732 11 69	pn. – nd.: 16:30-20:30 Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: (85) 732 11 69	e-mail: azyl.bialystok@gmail.com www: www.azyl.bialystok.pl	Mieszkańcy Białegostoku
Stowarzyszenie Rodzin Abstynenckich „Tango”	dyżur terapeuty uzależnień	ul. Radzymińska 16 15-863 Białystok	795 000 765	pn. – pt.: 16.00–20.00 Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: 795 000 765	e-mail: tangoradz16@gmail.com www: www.stowarzyszenie-tango.pl	Mieszkańcy Białegostoku
Stowarzyszenie „Tabor”	dyżur terapeuty uzależnień	ul. Składowa 7 15-399 Białystok	(85) 742 82 23 508 492 991	pn. – pt. 16:00-20:00 Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: (85) 742 82 23	e-mail: kowrachl@gmail.com	Mieszkańcy Białegostoku
Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie Ośrodek Interwencji Kryzysowej	* punkty konsultacyjne, * pomoc pracowników socjalnych Ośrodek nie zajmuje się leczeniem i terapią osób uzależnionych	Punkty konsultacyjne dla osób z problemami alkoholowymi w Zespołach Pracowników Socjalnych: * Nr 1 – ul. Mieszka I 8C – tel. (85) 748 20 27, (85) 748 20 28 * Nr 2 – ul. Siewna 2 – tel. (85) 879 78 19, (85) 879 78 22 * Nr 3 – ul. Sienkiewicza 53 – tel. (85) 879 78 37, (85) 879 78 40 * Nr 4 – ul. Radzymińska 16 – tel. (85) 879 78 53, (85) 879 78 60 * Nr 5 – ul. Hallera 8 – tel. (85) 879 78 75, (85) 879 78 78 * Nr 6 – ul. Bema 2 – tel. (85) 879-78-84, (85) 879 78 87 * Nr 7 – ul. Storczykowa 5 – tel. (85) 879 79 02, (85) 879 79 05 * Nr 8 – ul. Swobodna 24 – tel. (85) 879 79 21, (85) 879 79 24 * Nr 9 – ul. Witosa 38 tel. (85) 879 78 07, (85) 879 78 11 *Nr 11 - ul. Biała 13/33 – tel. (85) 879 77 39, (85) 879 77 42 Ośrodek Interwencji Kryzysowej ul. Włókiennicza 7 (85) 879 79 46 – czynny całodobowo, siedem dni w tygodniu	Punkty konsultacyjne: pn.: 8.00-17.00 wt. – pt.: 7.30-15.30	e-mail: sekretariat@mopr.bialystok.pl www: http://www.mopr.bialystok.pl/	Osoby uzależnione od alkoholu oraz członkowie rodzin osób uzależnionych od alkoholu	

Caritas Archidiecezji Białostockiej	punkt informacyjny o problemach alkoholowych	ul. Kolejowa 26 A 15-003 Białystok	(85) 651 21 53	pn -śr.: 10:00–15:00 czw.: 11:00 – 16:00 pt.: 10:00 – 15:00	e-mail: pik.bialystok@caritas.pl www: www.caritas.pl	Osoby uzależnione od alkoholu oraz członkowie rodzin osób uzależnionych od alkoholu
ELEOS Prawosławny Ośrodek Miłosierdzia Punkt pomocy osobom z problemem alkoholowym i ich rodzinom NEPSIS	punkt informacyjny o problemach alkoholowych	ul. Warszawska 47 15-067 Białystok	(85) 742 65 00 781 001 071	pn. i śr.: 15.15–18.15	e-mail: eleos@poczta.onet.pl www: www.eleos.pl	Osoby uzależnione od alkoholu oraz członkowie rodzin osób uzależnionych od alkoholu
Punkt Informacyjny Anonimowych Alkoholików	punkt informacyjno-kontaktowy	ul. Pietkiewicza 8B lok. 9 15-689 Białystok	(85) 664 17 70	wt. 17.00–21.00 czw. 17:00–21:00 nd. 17:00–21:00	www: http://www.aa.org.pl/regiony/002/adresy.htm	Osoby uzależnione od alkoholu oraz członkowie rodzin osób uzależnionych od alkoholu

PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ

Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Białymstoku: 1) Ośrodek Interwencji Kryzysowej 2) Zespoły Pracowników Socjalnych 3) Zespół Interdyscyplinarny w Mieście Białystok	* porady psychologiczne, pedagogiczne, rodzinne i prawne, * terapie indywidualne, rodzinne, grupa wsparcia i socjoterapeutyczne oraz zajęcia korekcyjno – edukacyjne, * zapewnienie schronienia kobietom z dziećmi w sytuacji kryzysowej	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie ul. Malmeda 8 15-440 Białystok (85) 678 31 21 Zespoły Pracowników Socjalnych Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie: * Nr 1 – ul. Mieszka I 8C – tel. (85) 748 20 27, (85) 748 20 28 * Nr 2 – ul. Siewna 2 – tel. (85) 879 78 19, (85) 879 78 22 * Nr 3 – ul. Sienkiewicza 53 – tel. (85) 879 78 37, (85) 879 78 40 * Nr 4 – ul. Radzymińska 16 – tel. (85) 879 78 53, (85) 879 78 60 * Nr 5 – ul. Hallera 8 – tel. (85) 879 78 75, (85) 879 78 78 * Nr 6 – ul. Bema 2 – tel. (85) 879 78 84, (85) 879 78 87 * Nr 7 – ul. Storczykowa 5 – tel. (85) 879 79 02, (85) 879 79 05 * Nr 8 – ul. Swobodna 24 – tel. (85) 879-79-21, (85) 879-79-24	pn.: 8.00–17.00 wt. – pt.: 7.30–15.30	e-mail: sekretariat@mopr.bialystok.pl lub plzi@mopr.bialystok.pl www: www.mopr.bialystok.pl	Osoby zagrożone i doświadczające przemocy domowej
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------

			<p>* Nr 9 – ul. Witosa 38 tel. (85) 879 78 07, (85) 879 78 11 *Nr 11 - ul. Biała 13/33 – tel. (85) 879 77 39, (85) 879 77 42 Ośrodek Interwencji Kryzysowej ul. Włókiennicza 7 (85) 879 79 46 – czynny całodobowo, siedem dni w tygodniu</p>				
<p>Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Białymstoku</p> <p>Ośrodek Interwencji Kryzysowej</p>	<p>* poradnictwo psychologiczne, prawne, socjalne i rodzinne, * interwencja kryzysowa i wsparcie, * osobom w sytuacji kryzysowej zapewnienie schronienia</p>	<p>ul. Słonimska 15/1 15-029 Białystok</p>	<p>(85) 732 17 72 (85) 732 27 36 (85) 732 24 46</p>	<p>pn. – pt.: 7.30–15.30</p>	<p>e-mail: pcpr@st.bialystok.wrotapodlasia.pl</p> <p>www: www.pcrb.st.bialystok.wrotapodlasia.pl</p>	<p>Osoby dotknięte przemocą w rodzinie oraz osoby stosujące przemoc w rodzinie</p>	
<p>Centrum Pomocy Dzieciom Stowarzyszenie KLANZA w Białymstoku</p>	<p>* interwencja kryzysowa, * konsultacje psychologa – opiekuna dziecka – ofiary przestępstwa, * konsultacje prawne rodziców/opiekunów</p>	<p>ul. Gen. Kleeberga 8 15-691 Białystok</p>	<p>(85) 652 54 94 690 955 000 infolinia 801 000 180</p>	<p>Recepcja: pn. - pt.: 8.00-16.00</p> <p>Praca terapeutyczna: pn.-czw. 8.00-19.00 pt.: 8:00-16:00</p>	<p>e-mail: cpdbialystok@centrum-klanza.pl</p> <p>www: http://centrum-klanza.pl/</p>	<p>Osoby zagrożone i doświadczające przemocy domowej</p>	
<p>Młodzieżowy Ośrodek Konsultacji i Terapii</p>	<p>Pomoc psychologiczna i terapeutyczna w postaci: * porad i konsultacji, * psychoterapii indywidualnej, * terapii rodzinnej, * konsultacji w zakresie przemocy w rodzinie, * treningów asertywności</p>	<p>ul. Orła 6B 15-021 Białystok</p>	<p>(85) 746 06 23</p>	<p>pn. – pt.: 08.00–20.00</p> <p>W celu zgłoszenia i ustalenia terminu spotkania wymagany wcześniejszy kontakt telefoniczny w godzinach od 8.00 do 16.00 pod numerem: (85) 746 06 23</p>	<p>e-mail: mokit@ddps.bialystok.pl</p> <p>www: http://www.ddps.rsi.com.pl/?młodzieżowy-osrodek-konsultacji-i-terapii.8</p>	<p>Rodziny, w których występuje problem przemocy</p>	
<p>Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”</p>	<p>* wsparcie, * pomoc psychologiczna, * informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej</p>	<p>Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa</p>	<p>800 120 002 Bezpłatna infolinia</p>	<p>24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu</p>	<p>e-mail: biuro@niebieskalinia.info lub niebieskalinia@niebieskalinia.info</p> <p>www: www.niebieskalinia.info</p>	<p>Osoby doświadczające przemocy domowej</p>	

INTERWENCJA KRYZYSOWA

Miejskie Centrum Zarządzania Kryzysowego	Monitorowanie bezpieczeństwa	ul. Słonimska 2/2 15-028 Białystok	(85) 743 61 48 (85) 743 61 49	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	e-mail: mczk@um.bialystok.pl www: https://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkan_cow/bezpieczenstwo/miejskie_centrum_zarządzania_kryzysowego/	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego (powiat białostocki)	Monitorowanie bezpieczeństwa	ul. Borsucza 2 15-569 Białystok	(85) 740 39 67	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	e-mail: pczk@st.bialystok.wrotapodlasia.pl www: www.powiatbialostocki.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
Wojewódzkie Centrum Zarządzania Kryzysowego	Monitorowanie bezpieczeństwa	ul. Mickiewicza 3 15-213 Białystok	(85) 743 95 35	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	e-mail: czk@bialystok.uw.gov.pl lub czkbialystok@gmail.pl www: http://www.bialystok.uw.gov.pl/Informacje+wydzialow/Zarządzanie+Kryzysowe/Informacje+WCZK.html	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
Centralne Zarządzenie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Al. Ujazdowskie 5 00-583 Warszawa	785 700 177	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	e-mail: poczta@rcb.gov.pl lub dyzurny@rcb.gov.pl www: http://rcb.gov.pl/zarządzanie-kryzysowe/	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego

DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

Powiatowy Urząd Pracy w Białymstoku	Wsparcie osób dorosłych w procesie planowania i rozwoju kariery zawodowej	ul. Pogodna 63/1 15-365 Białystok	(85) 747 38 57	Godziny urzędowania: pn.: 7:30 - 15:30 wt.: 8:00 - 16:00 śr. - pt.: 7.30 - 15.30	e-mail: bibi@praca.gov.pl www: http://bialystok.praca.gov.pl/	* poszukujący pracy i zarejestrowani mieszkańcy powiatu grodzkiego (miasta Białystok); * poszukujący pracy i zarejestrowani mieszkańcy powiatu ziemskiego
--------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------	----------------	-------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

							(gminy: Choroszcz, Czarna Białostocka, Dobrzyniewo Duże, Gródek, Juchnowiec Kościelny, Michałowo, Supraśl, Tykocin, Wasilków, Zabłudów, Zawady); * pracodawcy
Wojewódzki Urząd Pracy	Wsparcie osób dorosłych w procesie planowania i rozwoju kariery zawodowej	ul. Pogodna 22 15-354 Białystok	(85) 749 72 00	Godziny pracy: pn.- pt.: 7:30-15:30	e-mail: sekretariat@wup.wrotapodlasia.pl www: http://wupbialystok.praca.gov.pl/	* poszukujący pracy i zarejestrowani mieszkańcy wojewódzkiego podlaskiego; * pracodawcy	
Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia	Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy.	ul. Trawiasta 20B 15-161 Białystok	19 524 (z Polski) +48 22 19524 (z zagranicy) Koszt zgodnie z taryfą operatora.	pn.- pt.: 08.00-18.00	e-mail: kontakt@zielonalinia.gov.pl www: www.zielonalinia.gov.pl	* zarejestrowani * poszukujący pracy * pracodawcy	
DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM							
Okręgowy Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem w Białymstoku Towarzystwo Amicus	* organizowanie i finansowanie pomocy prawnej, * specjalistyczne zespoły prawników, psychologów, terapeutów i psychoterapeutów	ul. Brukowa 28 lok. 8 15-889 Białystok	697 697 205 dyżur całodobowy 7 dni w tygodniu (85) 653 77 53	pn.: 13.00-20.00 wt.: 8.00-15.00 śr.: 8.00-15.00 czw.: 8.00-15.00 pt.: 8.00-15.00 sob.: 9.00-14.00	e-mail: pomagamy@ta.org.pl www: https://www.towarzystwoamicus.pl/	Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie	
PRAWO KONSUMENCKIE							
Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów w Białymstoku	Ochrona praw konsumenckich	ul. Borsucza 2 15-569 Białystok	(85) 740 39 95	pn.: 8.00–16.00 wt. – pt.: 7.30–15.30	e-mail: prk@st.bialystok.wrotapodlasia.pl www: http://st.bialystok.wrotapodlasia.pl/pl/wydzialy/powiatowy-rzecznik-konsumentow.html	Konsumenty - mieszkańcy powiatu białostockiego	

Miejski Rzecznik Konsumentów w Białymstoku	Ochrona praw konsumenckich	ul. Lipowa 16 15-427 Białystok	(85) 869 69 29	pn.: 8.00–17.00 wt. – pt.: 7.30–15.30	e-mail: mrk@um.bialystok.pl www: https://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkan_cow/miejskirzecznikkonsumentow/	Konsumenci – mieszkańcy Białegostoku
Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	Infolinia konsumencka (prowadzona przez Federację Konsumentów) 801 440 220 222 667 676 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn.- pt. 08.00-18.00	e-mail: uokik@uokik.gov.pl www: https://www.uokik.gov.pl/	Prawo konsumenckie
PRAWA PACJENTA						
Narodowy Fundusz Zdrowia - Oddział w Białymstoku	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: * prawa pacjenta * leczenie w kraju i poza granicami * kolejki do świadczeń	ul. Pałacowa 3 15-042 Białystok	Telefoniczna Informacja Pacjenta 800 190 590 (czynna 24 godziny na dobę 7 dni w tygodniu)	pn.: 8:00 – 18:00 wt. – pt. 8.00-16.00	e-mail: sekretariat@nfz-bialystok.pl infolinia@nfz.gov.pl www: https://www.nfz-bialystok.pl/	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
Rzecznik Praw Pacjenta	Ochrona praw pacjenta	Biuro RPP ul. Młynarska 46 01-171 Warszawa	800 190 590 Bezpłatna infolinia Zapisy na poradę osobistą: rezerwacja@rpp.gov.pl lub (22) 532 82 43	pn. - pt.: 08.00-18.00	e-mail: kancelaria@rpp.gov.pl www: https://www.bpp.gov.pl	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: * prawa pacjenta * leczenie w kraju i poza granicami * kolejki do świadczeń	Narodowy Fundusz Zdrowia ul. Rakowiecka 26/30 02-528 Warszawa	Telefoniczna Informacja Pacjenta 800 190 590 (czynna 24 godziny na dobę 7 dni w tyg.)	pn.- pt.: 08.00-16.00	e-mail: infolinia@nfz.gov.pl www: http://www.nfz.gov.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym

Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	SIEDZIBA ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa KORESPONDENCJA Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	801 801 015 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt.: 08.00-17.00	e-mail: sekretariat.bon@mrpips.gov.pl www: http://www.niepelnosprawni.gov.pl	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych
---------------------------------------------	-------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------	----------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

PRAWA DZIECKA

Centrum Pomocy Dzieciom Stowarzyszenie KLANZA	Pomoc dzieciom i młodzieży, ich rodzicom i opiekunom będącym w kryzysie i wymagającym wzmożonego wsparcia terapeutycznego	ul. Gen. Kleeberga 8 15-691 Białystok	(85) 652 54 94 690 955 000 801 000 180	Godziny pracy: Recepcja: pn. - czw.: 8.00-19.00 pt.: 8:00-16:00 Praca terapeutyczna: pn.-pt.: 8.00-19.00 Zapisanie Pacjenta do poszczególnych specjalistów odbywa się tylko i wyłącznie w ramach indywidualnej wizyty osoby dorosłej (bez udziału dziecka) z konsultantem.	e-mail: cpdbialystok@centrum-klanza.pl www: http://centrum-klanza.pl/	Z działań mogą skorzystać: * dzieci i młodzież, ich rodzice i opiekunowie będący w kryzysie i wymagający wzmożonego wsparcia terapeutycznego; * profesjonaliści, na co dzień realizujący zawodowo działania na rzecz ochrony dzieci Warunkiem rozpoczęcia pracy terapeutycznej lub konsultacyjnej jest wypełnienie i podpisanie przez osobę pełnoletnią stosownych oświadczeń. W przypadku małoletnich powyższe oświadczenia wypełnia i podpisuje opiekun prawny.
------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------	------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania	Ochrona praw dziecka	Biuro RPD Chocimska 6 00-791 Warszawa	800 121 212 Bezpłatna infolinia	Całodobowo 7 dni w tygodniu	e-mail: rpd@brpd.gov.pl www: https://brpd.gov.pl	Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.
-----------------------------------------------------------	----------------------	---------------------------------------------	------------------------------------	--------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

Zakładu Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Białymstoku	Informacje z zakresu ubezpieczeń społecznych	ul. Młynowa 29 15 – 404 Białystok	(22) 560 16 00 Koszt połączenia wg umowy klienta z operatorem telekomunikacyjnym	Godziny obsługi klienta: pn.: 8.00-17.00 wt. – pt.: 8:00 – 15:00	www: http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/oddzialy-inspektoraty-biura-terenowe/-/details/429	Mieszkańcy oraz podmioty z terenu Miasta Białystok i powiatu białostockiego
Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w <u>Centrum Obsługi Telefonicznej</u> lub podczas wizyty osobistej w placówce.	(22) 560 16 00 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn. – pt.: 07.00–18.00	e-mail: cot@zus.pl www: http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-	Adresaci porad: * ubezpieczeni * płatnicy * lekarze

PRAWO PRACY

Okręgowy Inspektorat Pracy w Białymstoku	Porady z zakresu prawa pracy	ul. Fabryczna 2 15-483 Białystok	(85) 678 57 00 Porady prawne: * z telefonów komórkowych 459 595 408 * z telefonów stacjonarnych 801 002 408	pn. – pt.: 7.30–15.30 zgłaszanie wypadków przy pracy (całodobowo) 606 916 117	e-mail: kancelaria@bialystok.pip.gov.pl www: https://bialystok.pip.gov.pl/pl/ skrzynka ePUAP: /PipOipBialystok/SkrytkaESP	Osoba poszukująca informacji na temat prawa pracy
Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	Porady z zakresu prawa pracy	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa tel. 22 391 82 15	*801 002 006 (dla tel. stac) *459 599 000 (dla tel. kom.) *(89) 333 17 41 (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) Koszt połączenia	pn. – pt.: 8.00–16.00 Porady prawne PIP — zatrudnienie obywateli Ukrainy Dla osób podejmujących prace na terenie województw mazowieckiego, łódzkiego, wielkopolskiego, świętokrzyskiego, lubelskiego i lubuskiego: 22 111 35 88.	e-mail: kancelaria@gip.pip.gov.pl www: www.bip.pip.gov.pl	Osoba poszukująca informacji na temat prawa pracy

				<p>zgodnie z taryfą operatora.</p> <p>Uwaga!!! naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie.</p>	<p>Numer do Inspekcji Pracy aktywny jest od poniedziałku do piątku między 9:00 a 15:00.</p> <p>Dla osób podejmujących prace na terenie województw warmińsko-mazurskiego, podlaskiego, kujawsko-pomorskiego, pomorskiego i zachodniopomorskiego: 89 333 17 41. Kontakt telefoniczny jest możliwy od poniedziałku do piątku od 9:00 do 15:00.</p> <p>Dla osób podejmujących prace na terenie województw podkarpackiego, małopolskiego, śląskiego, opolskiego i dolnośląskiego: 22 111 35 29. Linia jest dostępna od poniedziałku do środy w godzinach 16:00-20:00.</p>		
--	--	--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

PRAWO PODATKOWE

I Urząd Skarbowy w Białymstoku	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Świętojańska 13 15 – 219 Białystok	<p>Centrala (85) 878 41 00</p> <p>Kancelaria (85) 878 42 75</p>	<p>pn.: 8:00-18:00 wt. – pt.: 8:00-15:00</p> <p>Numer telefonu do umówienia wizyty w urzędzie: 795 589 692</p>	<p>e-mail: 1us.bialystok@mf.gov.pl</p> <p>www: http://www.podlaskie.kas.gov.pl/pierwszy-urzed-skarbowy-w-bialymstoku</p>	Z porad mogą korzystać wszyscy podatnicy, a w szczególności zamieszkujący na obszarze będącym w terytorialnym zasięgu działania Urzędu
II Urząd Skarbowy w Białymstoku	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Plażowa 17 15-502 Białystok	<p>Centrala (85) 878 51 00 (85) 743 36 40 (85) 743 30 10</p>	<p>pn.: 8:00-18:00, wt. – pt.: 8:00-15:00</p> <p>Numery telefonów do umówienia wizyty w urzędzie: 516 197 064 (85) 878 51 74</p>	<p>e-mail: 2us.bialystok@mf.gov.pl</p> <p>www: http://www.podlaskie.kas.gov.pl/drugi-urzed-skarbowy-w-bialymstoku</p>	Z porad mogą korzystać wszyscy podatnicy, a w szczególności zamieszkujący na obszarze będącym w terytorialnym zasięgu działania Urzędu

Krajowa Informacja Skarbowa	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Warszawska 3 43-300 Bielsko-Biała	801 055 055 (z tel. stacjonarnych) (22) 330 03 30 (z tel. komórkowych) + 48 (22)33 00 330 (z tel. zagranicznych) Koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.- pt.: 07.00-15.00	e-mail: kancelaria.kis@mf.gov.pl www: www.kis.gov.pl więcej: https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa	Z porad może skorzystać każdy podatnik
------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------	------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------

DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

Rzecznik Finansowy (Ubezpieczonych)	Prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego ul. Nowogrodzka 47A 02-695 Warszawa.	<u>Ubezpieczenia gospodarcze</u> (22) 333 73 28 <u>Ubezpieczenia Społeczne, OFE ZUS</u> (22) 333 73 26 lub (22) 333 73 27 <u>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego</u> (22) 333 73 25	pn. - pt.: 08.00-18.00 pn. - pt.: 12.00-16.00 pn. - pt.: 12.00-16.00	Porady e-mail: porady@rf.gov.pl (czas oczekiwania na odpowiedź ok.2 tygodni) e-mail: biuro@rf.gov.pl www: https://rf.gov.pl/kontakt	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń
--------------------------------------------	----------------------	------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------

INNE

WWW. OBYWATEL.GOV.PL			Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji			
Rzecznik Praw Obywatelskich	Ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO Al. Solidarności 77. 00-090 Warszawa	800 676 676 Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych	pon.: 10.00-18.00 wt.- pt.: 08.00-16.00	e-mail: biurorzecznika@brpo.gov.pl www: https://www.rpo.gov.pl	Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone

CZĘŚĆ II: NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE (wg art. 8a ust 1 pkt 2):

ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu: **(85) 869 66 99 pn. 8:00-16:00, wt.-pt. 7:30-15:30**

lub pod adresem: darmowapomoc@um.bialystok.pl

Osoby, które ze względu na niepełnosprawność ruchową nie są w stanie przybyć do punktu lub osoby doświadczające trudności w komunikowaniu się mogą otrzymać poradę przez telefon lub przez Internet. Bliższe informacje pod numerem podanym do zapisów.

Link do samodzielnej rejestracji

<https://np.ms.gov.pl/zapisy>

Z porad może skorzystać każda osoba, której nie stać na odpłatną pomoc prawną i która złoży stosowne oświadczenie.

Zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 14 czerwca 2023 r. w sprawie odwołania na obszarze Rzeczypospolitej Polskiej stanu zagrożenia epidemicznego (Dz.U. poz. 1118) na obszarze Rzeczypospolitej Polskiej z dniem 1 lipca 2023 r. zostaje zniesiony stan zagrożenia epidemicznego. Od tego dnia na wizyty zdalne mogą być zapisywane wyłącznie osoby z trudnościami w poruszaniu i komunikowaniu się, o których mowa w art. 8 ust. 8 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej (Dz.U. z 2021 r. poz. 945).

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA							
	PROWADZĄCY	ADRESY DYŻURÓW	DNI i GODZINY	SPECJALIZACJA (o ile określono)	lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich	DANE KONTAKTOWE	WWW
	Adwokaci	ul. Zamenhofa 5C 15 – 435 Białystok pok. nr 4	pn. – pt. 7:30 – 19:30		TAK	INFORMACJE i ZAPISY: wt. –pt. godz. 7:30 – 15:30 pn. godz. 8:00 – 17:00 pod numerem (85) 869 66 99 lub pod adresem: darmowapomoc@um.bialystok.pl	https://www.bip.bialystok.pl/urzed_miejski/nieodplatnapomocprawa/ http://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanco_w/pomocprawna/
	Radcowie Prawni	ul. Zamenhofa 5C 15 – 435 Białystok pok. nr 11	pn. – pt. 7:30 – 19:30		TAK	INFORMACJE i ZAPISY: wt. –pt. godz. 7:30 – 15:30 pn. godz. 8:00 – 17:00	https://www.bip.bialystok.pl/urzed_miejski/nieodplatnapomocprawa/ http://www.bialystok.pl/

						pod numerem (85) 869 66 99 lub pod adresem: darmowapomoc@um.bialystok.pl	pl/pl/dla_mieszkanco_w/pomocprawna/
	Fundacja „Spe Salvi”	ul. Św. Rocha 3 15 – 879 Białystok pok. nr 7A	pn. – pt. 7:30 – 19:30		TAK	INFORMACJE i ZAPISY: wt. –pt. godz. 7:30 – 15:30 pn. godz. 8:00 – 17:00 pod numerem (85) 869 66 99 lub pod adresem: darmowapomoc@um.bialystok.pl	https://www.bip.bialystok.pl/urzed_miejski/nieodplatnapomocprawna/ http://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanco_w/pomocprawna/
NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE							
	Fundacja „Spe Salvi”	ul. Św. Rocha 3 15 – 879 Białystok pok. nr 7B	pn. – pt. 7:30 – 19:30		TAK	INFORMACJE i ZAPISY: wt. –pt. godz. 7:30 – 15:30 pn. godz. 8:00 – 17:00 pod numerem (85) 869 66 99 lub pod adresem: darmowapomoc@um.bialystok.pl	https://www.bip.bialystok.pl/urzed_miejski/nieodplatnapomocprawna/ http://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanco_w/pomocprawna/