

## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

| NAZWA JEDNOSTKI  | ZAKRES PORADNICTWA  | ADRES   | TELEFON                                     | DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny  | WWW e-mail  | KRYTERIA DOSTĘPU                         |
|--|---|---|---|---|---|--|
| <b>RODZINNE</b>  |   |   |   |   |   |  |
| <b>Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie</b>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>* informacje w sprawie świadczeń rodzinnych, wychowawczych i świadczeń z funduszu alimentacyjnego</li> <li>* pomoc dla rodzin z problemem przemocy domowej,</li> <li>* pomoc dla osób i rodzin z problemem alkoholowym</li> </ul>  | <p>Dział Świadczeń Rodzinnych<br/>ul. Klepacka 18<br/>15-634 Białystok</p> <p>MOPR<br/>ul. Malmeda 8<br/>15-440 Białystok</p> | (85) 678 31 00                              | <p>pn.: 8.00 – 17.00</p> <p>wt. – pt.:<br/>7.30 – 15.30</p>   | <p><b>e-mail:</b><br/><a href="mailto:dsr@mopr.bialystok.pl">dsr@mopr.bialystok.pl</a></p> <p><b>www:</b><br/><a href="http://www.mopr.bialystok.pl/sr-strona-glowna.html">http://www.mopr.bialystok.pl/sr-strona-glowna.html</a></p>   | Mieszkańcy Białegostoku                  |
| <b>Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Białymstoku</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1) pomoc społeczna,</li> <li>2) wspieranie rodziny i pieczy zastępczej,</li> <li>3) polityka prorodzinna,</li> <li>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</li> </ol> | ul. Słonimska 15/1<br>15-028 Białystok  | <p>(85) 732 17 72</p> <p>(85) 732 27 40</p> | pn. – pt.:<br>7.30-15.30  | <p><b>e-mail:</b><br/><a href="mailto:pcpr.st.bialystok@wrota.podlasia.pl">pcpr.st.bialystok@wrota.podlasia.pl</a></p> <p><b>www:</b><br/><a href="http://pcprb.st.bialystok.wrota.podlasia.pl/">http://pcprb.st.bialystok.wrota.podlasia.pl/</a></p>   | Mieszkańcy powiatu białostockiego        |
| <b>Archidiecezjalna Poradnia Rodzinna</b>              | Porady psychologa, pedagoga, kapłana, mediacje oraz pomoc konsultanta ds. przeciwdziałania przemocy i specjalisty ds. uzależnień  | ul. Kościelna 2<br>15-087 Białystok   | 506 312 676                                 | <p>pn.: 18.00-21.00<br/>(doradca rodzinny mediator)</p> <p>śr.:<br/>14.00-17.00<br/>(psychoterapeuta)<br/>18.00-21.00<br/>(doradca rodzinny mediator)</p> <p>pt. 15.00-18.00<br/>(prawnik, adwokat)</p> | <p><b>e-mail:</b><br/><a href="mailto:poczta@rodzinabialystok.pl">poczta@rodzinabialystok.pl</a></p> <p><b>www:</b><br/><a href="http://rodzinabialystok.pl/poradnictwo-rodzinne/archidiecezjalna-poradnia-rodzinna">http://rodzinabialystok.pl/poradnictwo-rodzinne/archidiecezjalna-poradnia-rodzinna</a></p> | Dla narzeczonych i małżonków oraz rodzin |

|   |   |  |                |  |   |  |  |
|---|---|--|----------------|--|---|--|--|
|   |   |  |                |  | Spotkania umawiane<br><u>wyłącznie telefonicznie</u><br>pod numerem:<br>506 312 676<br>(czynny w godzinach<br>pracy sekretariatu:<br>pn., śr., pt.:<br>18.00-20.00)             |  |  |
| <b>Stowarzyszenie<br/>Pomocy Rodzinie i<br/>Dzieciom „Szansa”</b>           | konsultacje wychowawcze,<br>porady prawne, terapia<br>rodzinna, poradnictwo<br>specjalistyczne  | ul. Magnoliowa 4,<br>15-669 Białystok                          | (85) 6630 141  | Poradnia czynna<br>pn. – pt.: 10.00 – 18.00<br><br>zapisy i informacje pod<br>numerem:<br>(85) 66 30 141<br>w godzinach<br>8.00-16.00  | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:spRID.szansa@gmail.com">spRID.szansa@gmail.com</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.szansabialystok.pl">www.szansabialystok.pl</a>   | Mieszkańcy miasta<br>Białegostoku,<br>osoby znajdujące się w<br>trudnej sytuacji życiowej  |  |
| <b>PSYCHOLOGICZNE</b>   |   |  |                |  |   |  |  |
| <b>Poradnia<br/>Psychologiczno-<br/>Pedagogiczna nr 1<br/>w Białymstoku</b> | * udzielanie pomocy<br>psychologicznej, pedagogicznej<br>oraz logopedycznej,<br>* udzielanie pomocy w wyborze<br>kierunku kształcenia i zawodu,<br>* udzielanie rodzicom i<br>nauczycielom pomocy<br>psychologiczno-pedagogicznej<br>związanej z wychowaniem i<br>kształceniem dzieci i<br>młodzieży,<br>* wspomaganie przedszkoli,<br>szkół i placówek w zakresie<br>zadań dydaktycznych,<br>wychowawczych i<br>opiekuńczych | ul. Piotrkowska 2<br>15-439 Białystok                          | (85) 744 53 50 | Poradnia czynna<br>pn. – pt.: 8:00 – 16:00<br><br>Spotkania umawiane<br><u>wyłącznie osobiście</u> :<br>przyjmowanie i<br>wydawanie<br>dokumentów pokój nr<br>12 (parter) w<br>godzinach:<br>8:00 - 11:00 oraz<br>13:00-16:00<br><br>Informacje o<br>aktualnych dniach i<br>godzinach pracy<br>dostępne pod numerem:<br>(85) 744 53 50 | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:ppp1@um.bialystok.pl">ppp1@um.bialystok.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.poradnia.bialystok.pl">www.poradnia.bialystok.pl</a> | Dzieci i młodzież, ich<br>rodzice i nauczyciele<br>przedszkoli, szkół i<br>placówek zgodnie z<br>rejonem działania Poradni.<br><br>Również dzieci i młodzież<br>nie uczęszczającym do<br>przedszkola i szkoły oraz<br>ich rodzicom zamieszkałym<br>na terenie działania Poradni. |  |
| <b>Poradnia<br/>Psychologiczno-<br/>Pedagogiczna Nr 2<br/>w Białymstoku</b> | * pomoc dzieciom i młodzieży<br>ze specjalnymi potrzebami<br>rozwojowymi i edukacyjnymi,<br>* pomoc dzieciom i młodzieży<br>z trudnościami w nauce,   | (tymczasowa<br>lokalizacja<br>ul. M. Skłodowskiej-<br>Curie 3) | (85) 742 34 34 | pn.-pt. 8.00-16.00   | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:ppp2@um.bialystok.pl">ppp2@um.bialystok.pl</a> ,<br>lub<br><a href="mailto:pp2@vp.pl">pp2@vp.pl</a> ,   | Dzieci i młodzież, ich<br>rodzice i nauczyciele<br>przedszkoli, szkół i<br>placówek zgodnie z<br>rejonem działania Poradni.  |  |

|  |  |   |  |                                       |  |  |   |
|--|--|---|--|---------------------------------------|--|--|---|
|  |  | <p>* pomoc logopedyczna,<br/> * doradztwo zawodowe,<br/> * pomoc w zakresie profilaktyki i wspomagania</p>  | ul. Mazowiecka 35<br>15-301 Białystok        |                                       |  | <p><b>www:</b><br/> <a href="http://www.ppp2.bialystok.pl">www.ppp2.bialystok.pl</a></p>   | Również dzieci i młodzież nie uczęszczającym do przedszkola i szkoły oraz ich rodzicom zamieszkałym na terenie działania Poradni.   |
|  | <p><b>Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna dla Dzieci i Młodzieży z Zaburzeniami Emocjonalnymi w Białymstoku</b></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.<br/> 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> | ul. A. Mickiewicza 31/2<br>15-214 Białystok  | (85) 732 86 66                        | <p>Przyjmowanie interesantów:<br/> pn.-pt. 8.00-18.00</p> <p>Terapie,<br/> zajęcia grupowe,<br/> warsztaty:<br/> pn.-pt. 16.00-20.00</p> | <p><b>e-mail:</b><br/> <a href="mailto:sppp@um.bialystok.pl">sppp@um.bialystok.pl</a>,</p> <p><b>www:</b><br/> <a href="http://www.sppp.bialystok.pl">www.sppp.bialystok.pl</a></p> <p>Warunkiem przyjęcia do placówki jest rozmowa z rodzicami i badanie diagnostyczne dziecka.</p> | Pomoc terapeutyczna dla dzieci i młodzieży w wieku od 5 lat do końca szkoły ponadgimnazjalnej, mieszkające bądź uczące się na terenie miasta Białegostoku. Rodzicom młodszych dzieci proponuje się konsultacje i własną terapię oraz warsztaty. |
|  | <p><b>Polskie Stowarzyszenie Pedagogów i Animatorów KLANZA – Centrum Pomocy Dzieciom</b></p>   | <p>Poradnictwo rodzinne, psychologiczne, pedagogiczne, psychiatryczne, z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie oraz pomocy społecznej</p>  | ul. Witosa 15B<br>lok.12<br>15-660 Białystok | (85) 651 04 47                        | <p>Rejestracja klientów:<br/> pn.-pt.: 8.00-16.00</p> <p>Praca terapeutyczna:<br/> pn.-pt.: 8.00-19.00</p>                               | <p><b>e-mail:</b><br/> <a href="mailto:codir@op.pl">codir@op.pl</a>,</p> <p><b>www:</b><br/> <a href="http://www.codir.bialystok.pl">www.codir.bialystok.pl</a></p>  | Mieszkańcy Białegostoku   |
|  | <p><b>Stowarzyszenie Pomocy Rodzinie DROGA - Ośrodek</b></p>   | <p>Poradnictwo rodzinne, psychologiczne,</p>  | ul. Włókiennicza 7<br>15-464 Białystok       | (85) 744 52 24<br>fax. (85) 744 50 26 | pn.-pt.: 8.00 – 20.00  | <p><b>e-mail:</b><br/> <a href="mailto:etap@stowarzyszeniedroga.pl">etap@stowarzyszeniedroga.pl</a></p>  | Mieszkańcy Białegostoku   |

|   |  |   |                                    |  |  |   |  |
|---|--|---|------------------------------------|--|--|---|--|
| <b>Profilaktyki i Terapii dla Młodzieży i Dorosłych w Białymstoku ETAP</b>    | pedagogiczne, psychiatryczne, z zakresu przeciwdziałania narkomanii, rozwiązywania problemów alkoholowych  |   |                                    |  |  | rejestracja online do ośrodka:<br><a href="http://etap.net.pl">etap.net.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.stowarzyszeniedroga.pl">www.stowarzyszeniedroga.pl</a>         |  |
| <b>Fundacja Oswoić Świat</b>  | Prowadzenie ośrodka dziennego pobytu dla dzieci i młodzieży z problemami zdrowia psychicznego  | ul. Malachitowa 11<br>15-157 Białystok                    | (85) 73 33 896                     | pn.-pt.: 7.30- 16.30   |  | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:fundacja.oswoic.swiat@gmail.com">fundacja.oswoic.swiat@gmail.com</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.oswoicswiat.pl">www.oswoicswiat.pl</a> | Mieszkańcy Białegostoku  |
| <b>Stowarzyszenie MONAR Poradnia Profilaktyczno-Konsultacyjna</b>             | Terapia indywidualna, grupowa, rodzinna, konsultacje pedagogiczne, interwencja kryzysowa, prowadzenie grup psychoedukacyjnych, terapeutycznych, konsultacje prawne | ul. Gen. Hallera 8<br>15-814 Białystok                    | (85) 651 65 64<br>kom. 608 106 831 | Rejestracja 7:00-15:00<br>pn.: 8.00 - 20.00<br>wt.: 7.00 - 19.00<br>śr.: 8.00 - 20.00<br>czw.: 7.00 - 15.00<br>pt.: 7.00 - 14.00   |  | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:pk@monarbialystok.pl">pk@monarbialystok.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.monarbialystok.pl">www.monarbialystok.pl</a>                 | Mieszkańcy Białegostoku  |
| <b>Stowarzyszenie Pomocy Rodzinie i Dzieciom „Szansa”</b>                     | Konsultacje wychowawcze, porady prawne, terapia rodzinna, poradnictwo specjalistyczne  | ul. Magnoliowa 4,<br>15-669 Białystok                     | (85) 6630 141                      | Poradnia czynna<br>pn. – pt.: 10.00 – 18.00<br><br>zapisy i informacje pod numerem:<br>(85) 66 30 141<br>w godzinach<br>8.00-16.00 |  | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:sprid.szansa@gmail.com">sprid.szansa@gmail.com</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.szansabialystok.pl">www.szansabialystok.pl</a>           | Mieszkańcy miasta Białegostoku, osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej |
| <b>Centrum wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego (zlecenie NFZ)</b> | Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze   | Fundacja ITAKA<br>skr. pocztowa 127<br>00-958 Warszawa 66 | 800 70 2222<br>bezpłatna infolinia | 24 godz. przez<br>7 dni w tygodniu   |  | <b>e-mail:</b><br><a href="http://www.linia wsparcia.pl">www.linia wsparcia.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="mailto:porady@linia wsparcia.pl">porady@linia wsparcia.pl</a>         | Dla osób będących w kryzysie psychicznym   |

## PEDAGOGICZNE

|  |   |                                       |                |   |  |   |   |
|--|---|---------------------------------------|----------------|---|--|---|---|
| <b>Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 1 W Białymstoku</b> | * udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej,<br>* udzielanie pomocy w wyborze kierunku kształcenia i zawodu,<br>* udzielanie rodzicom i | ul. Piotrkowska 2<br>15-439 Białystok | (85) 744 53 50 | Poradnia czynna<br>pn. – pt.: 8:00 – 16:00<br><br>Spotkania umawiane<br><u>wyłącznie osobiście:</u> |  | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:ppp1@um.bialystok.pl">ppp1@um.bialystok.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.poradnia.bialystok.pl">www.poradnia.bialystok.pl</a> | Dzieci i młodzież, ich rodzice i nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek zgodnie z rejonem działania Poradni. |
|--|---|---------------------------------------|----------------|---|--|---|---|

|  |  |   |                       |   |  |   |
|--|--|---|-----------------------|---|--|---|
|  | <p>nauczycielom pomocy psychologiczno-pedagogicznej związanej z wychowaniem i kształceniem dzieci i młodzieży,</p> <p>* wspomaganie przedszkoli, szkół i placówek w zakresie zadań dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych</p>   |   |                       | <p>przyjmowanie i wydawanie dokumentów pokój nr 12 (parter) w godzinach:<br/>8:00 - 11:00 oraz<br/>13:00-16:00</p> <p>Informacje o aktualnych dniach i godzinach pracy dostępne pod numerem:<br/>(85) 744 53 50</p> |  | <p>Również dzieci i młodzież nie uczęszczającym do przedszkola i szkoły oraz ich rodzicom zamieszkałym na terenie działania Poradni.</p>  |
| <p><b>Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 2 w Białymstoku</b></p>  | <p>* pomoc dzieciom i młodzieży ze specjalnymi potrzebami rozwojowymi i edukacyjnymi,</p> <p>* pomoc dzieciom i młodzieży z trudnościami w nauce,</p> <p>* pomoc logopedyczna,</p> <p>* doradztwo zawodowe,</p> <p>* pomoc w zakresie profilaktyki i wspomagania</p>   | <p>(tymczasowa lokalizacja ul. M. Skłodowskiej-Curie 3)</p> <p>ul. Mazowiecka 35<br/>15-301 Białystok</p> | <p>(85) 742 34 34</p> | <p>pn.-pt. 8.00-16.00</p>   | <p><b>e-mail:</b><br/><a href="mailto:ppp2@um.bialystok.pl">ppp2@um.bialystok.pl</a>,<br/>lub<br/><a href="mailto:pp2@vp.pl">pp2@vp.pl</a>.</p> <p><b>www:</b><br/><a href="http://www.ppp2.bialystok.pl">www.ppp2.bialystok.pl</a></p>  | <p>Dzieci i młodzież, ich rodzice i nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek zgodnie z rejonem działania Poradni.</p> <p>Również dzieci i młodzież nie uczęszczającym do przedszkola i szkoły oraz ich rodzicom zamieszkałym na terenie działania Poradni.</p> |
| <p><b>Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna dla Dzieci i Młodzieży z Zaburzeniami Emocjonalnymi w Białymstoku</b></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.</p> <p>Do Poradni przyjmowane są dzieci i młodzież z zaburzeniami emocjonalnymi, które przejawiają się pod postacią takich utrwalonych objawów jak: trudności</p> | <p>ul. A. Mickiewicza 31/2<br/>15-214 Białystok</p>   | <p>(85) 732 86 66</p> | <p>Przyjmowanie interesantów:<br/>pn.-pt. 8.00-18.00</p> <p>Terapie, zajęcia grupowe, warsztaty:<br/>pn.-pt. 16.00-20.00</p>  | <p><b>e-mail:</b><br/><a href="mailto:sppp@um.bialystok.pl">sppp@um.bialystok.pl</a>.</p> <p><b>www:</b><br/><a href="http://www.sppp.bialystok.pl">www.sppp.bialystok.pl</a></p> <p>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 ponadgimnazjalnej, mieszkające bądź uczące się na terenie miasta Białegostoku. Rodzicom młodszych dzieci proponuje się konsultacje i własną terapię oraz warsztaty.</p>          |

|   |  |  |  |  |  |   |  |
|---|--|--|--|--|--|---|--|
|   |  | funkcjonowania w grupie, agresja jawna lub ukryta, napięcie, konflikty wewnętrzne, zaburzony obraz siebie, niska samoocena, objawy psychosomatyczne (ból głowy, brzucha), zaburzenia nastroju. |  |  |  |   |  |
| <b>Stowarzyszenie Pomocy Rodzinie i Dzieciom „Szansa”</b> | Konsultacje wychowawcze, porady prawne, terapia rodzinna, poradnictwo specjalistyczne                                      | ul. Magnoliowa 4, 15-669 Białystok   | (85) 6630 141  | Poradnia czynna<br>pn. – pt.: 10.00 – 18.00<br><br>zapisy i informacje pod numerem:<br>(85) 66 30 141<br>w godzinach<br>8.00-16.00 | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:spriid.szansa@gmail.com">spriid.szansa@gmail.com</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.szansabialystok.pl">www.szansabialystok.pl</a>  | Mieszkańcy miasta Białegostoku, osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej  |  |
| <b>POMOC SPOŁECZNA</b>                                    |  |  |  |  |  |   |  |
| <b>Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Białymstoku</b>      | Udzielanie informacji dotyczących przyznawania świadczeń, poradnictwo socjalne i prawne                                    | ul. Malmeda 8<br>Pokój nr 1<br>15-440 Białystok  | (85) 678 31 19   | pn.: 8.00 – 17.00<br><br>wt. – pt.:<br>7.30 – 15.30  | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:sekretariat@mopr.bialystok.pl">sekretariat@mopr.bialystok.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.mopr.bialystok.pl">http://www.mopr.bialystok.pl</a>   | Mieszkańcy Miasta Białystok   |  |
| <b>Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Białymstoku</b>       | * poradnictwo psychologiczne,<br>* poradnictwo socjalne,<br>* poradnictwo prawne,<br>* udział w grupie socjoterapeutycznej | ul. Włókiennicza 7<br>15-369 Białystok   | (85) 744 50 27<br>lub<br>(85) 744 50 28<br><br>606 798 755 | całodobowo,<br>7 dni w tygodniu  | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:oik@mopr.bialystok.pl">oik@mopr.bialystok.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.mopr.bialystok.pl/osrodek_interwencji_kryzysowej.html">http://www.mopr.bialystok.pl/osrodek_interwencji_kryzysowej.html</a> | Mieszkańcy Miasta Białystok dotknięci:<br>* przemocą domową,<br>* kryzysem małżeńskim,<br>* konfliktem rodzinnym,<br>* utratą, żałobą, osieroceniem, wypadkiem, katastrofą, klęską żywiołową,<br>* problemem samobójstwa,<br>* trudnościami wychowawczymi,<br>* bezradnością, długotrwałą chorobą i innymi problemami |  |
| <b>Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie</b>                  | 1) pomoc społeczna,<br>2) wspieranie rodziny i pieczy zastępczej,  | ul. Słonimska 15/1<br>15-028 Białystok   | (85) 732 17 72   | pn. – pt.:<br>7.30-15.30   | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:pcpr.bialystok@interia.pl">pcpr.bialystok@interia.pl</a>   | Mieszkańcy powiatu białostockiego   |  |

|  |   |   |                                      |   |  |  |   |
|--|---|---|--------------------------------------|---|--|--|---|
|  | 3) polityka prorodzinna,<br>4) wspieranie osób niepełnosprawnych<br><br>oraz inne zadania określone w ustawach, w tym zadania należące do zakresu działań powiatu z zakresu administracji rządowej i przypisane do realizacji Centrum   |   |                                      |   |  | <b>www:</b><br><a href="http://pcprb.st.bialystok.wrotapodlasia.pl/">http://pcprb.st.bialystok.wrotapodlasia.pl/</a> |   |
| <b>Prawosławny Ośrodek Miłosierdzia Diecezji Białostocko-Gdańskiej „ELEOS” w Białymstoku</b> | * punkt konsultacyjny dla osób uzależnionych od alkoholu i ich rodzin,<br>* grupa wsparcia dla osób bezdomnych,<br>* dyżury kuratora sądowego<br>* prowadzenie Specjalistycznych Placówek Wsparcia Dziennego  | ul. Warszawska 47<br>15-568 Białystok     | (85) 742 65 00<br><br>607 740 560    | pn. – pt.:<br>8:00 – 15:00<br><br>Informacje szczegółowe pod numerem:<br>(85) 742 65 00   | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:eleos@poczta.onet.pl">eleos@poczta.onet.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://eleos.pl/">http://eleos.pl/</a>   |  | Osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej                              |
| <b>Fundacja Spe Salvi</b>  | * streetworking – docieranie do osób bezdomnych w ich miejscu przebywania, interwencje, rozmowy wspierające, rzecznictwo w urzędach, instytucjach, szpitalach, pomoc w znalezieniu pracy, mieszkania, instytucji pomocowych,<br>* wsparcie terapeutyczne z zakresu uzależnień,<br>* porady prawne | ul. Warszawska 50<br>15-077 Białystok     | (85) 732 01 34<br>lub<br>790 671 995 | pn. – pt.<br>9:00 – 13:00<br><br>Informacje szczegółowe pod numerem:<br>(85) 732 01 34  | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:spesalvi2016@gmail.com">spesalvi2016@gmail.com</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://spesalvi.org.pl/">http://spesalvi.org.pl/</a>   |  | Bezdomni, dzieci ulicy, alkoholicy, osoby dotknięte różnymi formami patologii |
| <b>Noclegownia Mężczyzn Św. Brata Alberta Caritas Archidiecezji Białostockiej</b>            | * noclegownia,<br>* wydawanie posiłków,<br>* pomoc specjalistów: gabinet konsultacji pielęgniarskiej, doradca zawodowy, opieka duszpasterska  | ul. Sienkiewicza 81/9<br>15-003 Białystok | (85) 765 09 06<br><br>664 762 880    | całodobowo,<br>7 dni w tygodniu<br><br>z noclegu można skorzystać przychodząc do godz. 21:30, natomiast w okresie od 1 listopada do 31 marca nie ma wyznaczonej godziny granicznej przyścia do noclegowni | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:bezdomnosc.bialystok@caritas.pl">bezdomnosc.bialystok@caritas.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="https://bialystok.caritas.pl/placowki/do-m-dla-bezdomnych-pod-wezwaniem-swietego-brata-alberta/">https://bialystok.caritas.pl/placowki/do-m-dla-bezdomnych-pod-wezwaniem-swietego-brata-alberta/</a> |  | Noclegownia całodobowa dla mężczyzn   |

|  |  |   |   |                                   |  |  |  |
|--|--|---|---|-----------------------------------|--|--|--|
|  | <b>Ogrzewalnia –<br/>Noclegownia –<br/>Schronisko dla Osób<br/>Bezdomnych<br/>Stowarzyszenie<br/>„Ku Dobrej Nadziei”<br/>w Białymstoku</b> | * dyżur pracownika socjalnego,<br>* porady psychologa,<br>* spotkania motywujące do porzucenia szkodliwego stylu życia,<br>* opieka duszpasterska | ul. Grunwaldzka 76<br>15-893 Białystok  | (85) 674 87 17<br><br>500 191 198 | całodobowo,<br>7 dni w tygodniu<br><br>Informacje szczegółowe dostępne pod numerem:<br>(85) 674 87 17  | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:kudobrej@gmail.com">kudobrej@gmail.com</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://kdn.bialystok.pl/index.php/dzialalnosc/ogrzewalnia/">http://kdn.bialystok.pl/index.php/dzialalnosc/ogrzewalnia/</a> | Osoby ze środowisk zagrożonych wykluczeniem społecznym – bezdomni, ubodzy, długotrwale bezrobotni, uzależnieni |
|  | <b>Noclegownia Ośrodek<br/>Readaptacji dla<br/>Bezdomnych<br/>Stowarzyszenia<br/>Penitencjarnego<br/>„Patronat”<br/>w Białymstoku</b>      | Pomoc pedagoga, pracownika socjalnego, terapeuty uzależnień, kuratora zawodowego oraz opiekuna bezdomnego   | ul. Świętojańska 2A<br>15-277 Białystok | (85) 732 24 12<br><br>602 577 424 | wyłącznie po umówieniu terminu porady telefonicznie bądź osobiście:<br>pn. – pt.<br>8:00 16:00<br><br>Informacje szczegółowe dostępne pod numerem:<br>(85) 732 24 12 | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:patronat13@wp.pl">patronat13@wp.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.patronat.waw.pl">www.patronat.waw.pl</a>  | Osoby bezdomne opuszczające zakłady karne  |

### ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

|  |  |  |   |                                      |   |   |                                       |
|--|--|--|---|--------------------------------------|---|---|---------------------------------------|
|  | <b>Miejska Komisja<br/>Rozwiązywania<br/>Problemów<br/>Alkoholowych</b>  | 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<br>pok. 2 i 3<br>15-370 Białystok | (85) 869 65 60<br><br>(85) 869 65 61 | pn., śr., czw., pt.:<br>7.30 – 15.30;<br><br>wt.: 8.00 – 16.00  | <b>email:</b> <a href="mailto:dsp@um.bialystok.pl">dsp@um.bialystok.pl</a>  | Osoby uzależnione od alkoholu         |
|  | <b>Pracownia<br/>Psychoterapii<br/>Integracyjnej<br/>Poradnia Terapii<br/>Uzależnienia od<br/>Alkoholu i<br/>Współuzależnienia</b> | * program psychoterapii dla osób uzależnionych od alkoholu i współuzależnionych,<br>* udzielanie świadczeń indywidualnych i grupowych – sesje diagnostyczne, sesje psychoterapii indywidualnej, sesje psychoterapii grupowej, sesje psychoedukacyjne,<br>* sesje psychoterapii rodzinnej | ul. Storczykowa 5<br>15-644 Białystok           | (85) 663 56 76<br><br>600 075 018    | pn. – pt.:<br>8.00 – 17.00<br><br>7:30-19:00<br>(w tych godzinach odbywają się sesje diagnostyczne prowadzone przez lekarza i specjalistów) | <b>email:</b><br><a href="mailto:ptu.storczykowa@gmail.com">ptu.storczykowa@gmail.com</a><br><br>lub<br><a href="mailto:psychologika@wp.pl">psychologika@wp.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.slapek.com">www.slapek.com</a> | Osoby potrzebujące terapii uzależnień |



|  |   |   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|---|
|  | <b>Centrum Zdrowia Psychicznego i Leczenia Uzależnień</b> | * poradnia terapii uzależnienia od alkoholu i współuzależnienia,<br>* dzienny oddział terapii uzależnienia od alkoholu,<br>* zespół leczenia środowiskowego | ul. Radzyńska 2<br>15-863 Białystok                     | (85) 743 40 44<br>Telefony kontaktowe:<br>* Poradnia Zdrowia Psychicznego – rejestracja:<br>(85) 743 40 44<br>* Oddział dzienny dla chorych z zaburzeniami psychicznymi<br>(85) 743 43 06<br>* Centrum Leczenia Uzależnień:<br>(85) 74 33 125 | pn.: 7.30 – 15.05<br>wt.: 7.30 – 18.00<br>śr.: 7.30 – 15.05<br>czw.: 7.30 – 15.05<br>pt.: 7.30 – 15.05  | <b>email:</b> <a href="mailto:szpital@sppchoroszcz.med.pl">szpital@sppchoroszcz.med.pl</a><br><b>www:</b> <a href="http://www.sppchoroszcz.med.pl">www.sppchoroszcz.med.pl</a>  | Osoby potrzebujące terapii uzależnień   |
|  | <b>NZOZ VIRTUS</b>  | * leczenie alkoholizmu,<br>* wsparcie psychologa, psychiatry  | ul. Antoniuk<br>Fabryczny 10 lok. 1<br>15-741 Białystok | (85) 66 15 333<br>(w godzinach pracy)<br>kom. 509 501 213<br>(całodobowo na wezwanie)<br>kom. 698 335 897<br>(całodobowo na wezwanie)   | Godziny przyjęć:<br>pn.- sob.:<br>godz. 9.00 – 19.00<br>niedz.:<br>godz. 12.00 – 18.00<br><b>Dyżur całodobowy:</b><br>pod podanymi numerami telefonów komórkowych                     | <b>email:</b> <a href="mailto:tcichorek@op.pl">tcichorek@op.pl</a><br><b>www:</b> <a href="https://virtus.bialystok.pl/">https://virtus.bialystok.pl/</a>   | Osoby potrzebujące terapii uzależnień   |
|  | <b>Młodzieżowy Ośrodek Konsultacji i Terapii</b>          | Pomoc psychologiczna i terapeutyczna w postaci:<br>* konsultacji i psychoedukacji,<br>* psychoterapii indywidualnej,<br>* terapii rodzinnej i małżeńskiej   | ul. Orła 6B<br>15-021 Białystok                         | (85) 746 06 23  | pn. – pt.:<br>08.00 – 20.00<br>W celu zgłoszenia i ustalenia terminu spotkania wymagany wcześniejszy kontakt telefoniczny w godzinach od 8.00 do 16.00 pod numerem:<br>(85) 746 06 23 | <b>e-mail:</b> <a href="mailto:mokit@ddps.bialystok.pl">mokit@ddps.bialystok.pl</a><br><b>www:</b><br><a href="http://www.ddps.rsi.com.pl/?mlodziezo-wy-osrodek-konsultacji-i-terapii.8">http://www.ddps.rsi.com.pl/?mlodziezo-wy-osrodek-konsultacji-i-terapii.8</a> | Pomoc dla osób pochodzących z rodzin, w których występuje lub występował problem alkoholowy |

|   |   |  |  |   |   |   |
|---|---|--|--|---|---|---|
| <p><b>Ośrodek Profilaktyki i Terapii dla Młodzieży i Dorosłych w Białymstoku ETAP</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>* poradnia terapii uzależnienia od substancji psychoaktywnych,</li> <li>* poradnia terapii uzależnień dla dzieci i młodzieży,</li> <li>* oddział dzienny terapii uzależnienia od substancji psychoaktywnych,</li> <li>* terapia środowiskowa,</li> <li>* centrum profilaktyki</li> </ul> | <p>ul. Włokiennicza 7<br/>15-464 Białystok</p>             | <p>(85) 744 52 24</p>  | <p>Rejestracja<br/>pn. – pt.:<br/>08.00 – 20.00</p> <p>Do Poradni można się zarejestrować telefonicznie lub osobiście.<br/>Przy rejestracji niezbędne jest podanie numeru PESEL</p>   | <p><b>e-mail:</b> <a href="mailto:etap@stowarzyszeniedroga.pl">etap@stowarzyszeniedroga.pl</a></p> <p><b>www:</b><br/><a href="http://www.stowarzyszeniedroga.pl/etap">http://www.stowarzyszeniedroga.pl/etap</a></p> | <p>Pomoc osobom eksperymentującym i uzależnionym oraz członkom ich rodzin</p> |
| <p><b>Białostockie Stowarzyszenie Klub Abstynentów „Krokus”</b></p>                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>* dyżur terapeuty uzależnień,</li> <li>* grupa dla ofiar przemocy domowej</li> </ul>   | <p>ul. Jagienki 4<br/>15-480 Białystok</p>                 | <p>(85) 743 58 43</p>  | <p>pn.: 16:00 - 21:00<br/>wt.: 16:00 - 21:00<br/>śr.: 16:00 - 21:00<br/>czw.: 16:00 - 21:00<br/>pt.: 16:00 - 21:00<br/>sob.: 16:00 - 21:00<br/>ndz.: 11:00 - 13:00</p> <p>Informacje szczegółowe dostępne pod numerem:<br/>(85) 743 58 43</p> | <p><b>e-mail:</b> <a href="mailto:klubkrokus@o2.pl">klubkrokus@o2.pl</a></p>  | <p>Mieszkańcy Białegostoku</p>  |
| <p><b>Białostockie Stowarzyszenie Klub Abstynentów „Tęcza”</b></p>                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>* dyżur terapeuty uzależnień,</li> <li>* grupa dla ofiar przemocy domowej</li> </ul>   | <p>ul. Gen. J. Hallera 8<br/>15-814 Białystok</p>          | <p>(85) 662 08 21</p>  | <p>dyżur terapeuty uzależnień:<br/>czw.: 17:00 - 20:00</p> <p>Informacje szczegółowe dostępne pod numerem:<br/>(85) 662 08 21</p>   | <p><b>e-mail:</b> <a href="mailto:b.s.k.a.tecza@wp.pl">b.s.k.a.tecza@wp.pl</a></p>  | <p>Mieszkańcy Białegostoku</p>  |
| <p><b>Stowarzyszenie Abstynentów Klub Abstynentów „Arka”</b></p>                          | <p>dyżur terapeuty uzależnień</p>   | <p>ul. Barszczańska 5<br/>lok 102<br/>15-639 Białystok</p> | <p>(85) 661 92 62</p>  | <p>Szczegółowe informacje udzielane w siedzibie organizacji bądź telefonicznie w pn. i czw. od godz. 17:00 do godz. 18:00</p>   | <p><b>e-mail:</b> <a href="mailto:klub.arka@wp.pl">klub.arka@wp.pl</a></p>  | <p>Mieszkańcy Białegostoku</p>  |
| <p><b>Stowarzyszenie Rodzin Abstynenckich „Przymierze”</b></p>                            | <p>dyżur terapeuty uzależnień</p>   | <p>ul. Wieniawskiego 12<br/>15-193 Białystok</p>           | <p>(85) 868 48 80<br/>694 409 778<br/>608 379 075,<br/>604 663 788</p> | <p>Codziennie od godz. 17.00 do 18.00 odbywają się dyżury osoby wyznaczonej przez stowarzyszenie,</p>   | <p><b>e-mail:</b><br/><a href="mailto:stowarzyszenieprzymierze@o2.com">stowarzyszenieprzymierze@o2.com</a>,</p>   | <p>Mieszkańcy Białegostoku</p>  |

|  |  |  |   |   |  |  |  |
|--|--|--|---|---|--|--|--|
|  |  |  |   |   | <p>polegające na udzielaniu informacji na temat uzależnień, możliwości oraz form uzyskania pomocy.</p> <p>Dyżur specjalistów ds. uzależnień, specjalistów terapii uzależnień pt.: 17.00 – 19.00</p> <p>W każdą ostatnią środę miesiąca w godz.: 17.00 – 18.00 warsztaty dla osób uzależnionych i nieuzależnionych.</p> | <p><b>www:</b><br/> <a href="http://www.stowarzyszenieprzymierze.blogspot.com">www.stowarzyszenieprzymierze.blogspot.com</a></p> |  |
| <b>Stowarzyszenie Rodzin Trzeźwościowych „Azyl”</b>  | dyżur terapeuty uzależnień   | ul. Mieszka I 8C lok.14<br>15-054 Białystok  | (85) 732 11 69  | <p>Codziennie w godz.: 16.00 – 20.00</p> <p>Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: (85) 732 11 69</p>   | <p><b>e-mail:</b> <a href="mailto:azyl.bialystok@gmail.com">azyl.bialystok@gmail.com</a></p> <p><b>www:</b> <a href="http://www.azyl.bialystok.pl">www.azyl.bialystok.pl</a></p>   | Mieszkańcy Białegostoku  |  |
| <b>Stowarzyszenie Rodzin Abstynenckich „Tango”</b>   | dyżur terapeuty uzależnień   | ul. Radzymińska 16<br>15-863 Białystok   | 795 000 765<br>510 141 903  | <p>pn. – pt.: 16.00 – 20.00</p> <p>Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: 795 000 765</p>   | <p><b>e-mail:</b> <a href="mailto:tangoradz16@gmail.com">tangoradz16@gmail.com</a></p> <p><b>www:</b><br/> <a href="http://www.stowarzyszenie-tango.pl">www.stowarzyszenie-tango.pl</a></p>  | Mieszkańcy Białegostoku  |  |
| <b>Stowarzyszenie „Tabor”</b>  | dyżur terapeuty uzależnień   | ul. Składowa 7<br>15-399 Białystok   | (85) 742 82 23  | <p>pn. – pt.: 15:30 - 19:00</p> <p>Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: (85) 742 82 23</p>  | <p><b>e-mail:</b> <a href="mailto:kowrachl@gmail.com">kowrachl@gmail.com</a></p>   | Mieszkańcy Białegostoku  |  |
| <p><b>Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie</b></p> <p><b>Ośrodek Interwencji Kryzysowej</b></p> | <p>* punkty konsultacyjne,<br/>* pomoc pracowników socjalnych</p> <p><b>Ośrodek nie zajmuje się leczeniem i terapią osób uzależnionych</b></p> | <p>Punkty konsultacyjne dla osób z problemami alkoholowymi w Zespołach Pracowników Socjalnych:</p> <p>* Nr 1 – ul. Mieszka I 8C – tel. (85) 748 20 27</p> <p>* Nr 2 – ul. Siewna 2 – tel. (85) 653 85 22</p> <p>* Nr 3 – ul. Sienkiewicza 53 – tel. (85) 653 86 64</p> | <p>Punkty konsultacyjne:<br/>pn.: 8.00 - 17.00</p> <p>wt. – pt.: 7.30 - 15.30</p> | <p><b>e-mail:</b><br/> <a href="mailto:sekretariat@mopr.bialystok.pl">sekretariat@mopr.bialystok.pl</a></p> <p><b>www:</b><br/> <a href="http://www.mopr.bialystok.pl/">http://www.mopr.bialystok.pl/</a></p> | Osoby uzależnione od alkoholu oraz członkowie rodzin osób uzależnionych od alkoholu  |  |  |

|   |  |  |   |  |   |   |  |
|---|--|--|---|--|---|---|--|
|   |  |  | <p>* Nr 4 – ul. Radzymińska 16 – tel. (85) 662 88 02</p> <p>* Nr 5 – ul. Hallera 8 – tel. (85) 653 23 04</p> <p>* Nr 6 – ul. Bema 2 – tel. (85) 742 29 67</p> <p>* Nr 7 – ul. Storczykowa 5 – tel. (85) 661 03 22</p> <p>* Nr 8 – ul. Swobodna 24 – tel. (85) 653 23 07</p> <p>Ośrodek Interwencji Kryzysowej<br/>ul. Włókiennicza 7<br/>(85) 744 50 28<br/>(85) 744 50 27 – czynny całodobowo, siedem dni w tygodniu</p> |  |   |   |  |
| <b>Caritas Archidiecezji Białostockiej</b>  | punkt informacyjny o problemach alkoholowych   | ul. Kolejowa 26 A<br>15-003 Białystok  | (85) 740 4222<br><br>(85) 722 25 21   | wt., śr., pt.:<br>9.30 – 12.30   | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:bialystok@caritas.pl">bialystok@caritas.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.caritas.pl">www.caritas.pl</a> | Osoby uzależnione od alkoholu oraz członkowie rodzin osób uzależnionych od alkoholu |  |
| <b>ELEOS Prawosławny Ośrodek Miłosierdzia</b><br><br><b>Punkt pomocy osobom z problemem alkoholowym i ich rodzinom NEPSIS</b> | punkt informacyjny o problemach alkoholowych   | ul. Warszawska 47<br>15-067 Białystok  | (85) 732 89 07<br><br>781 001 071   | wt.: 17.00 – 20.00   | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:pom_eleos@bptnet.pl">pom_eleos@bptnet.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.eleos.pl">www.eleos.pl</a>       | Osoby uzależnione od alkoholu oraz członkowie rodzin osób uzależnionych od alkoholu |  |
| <b>Punkt Informacyjny Anonimowych Alkoholików</b>   | punkt informacyjno-kontaktowy  | ul. Pietkiewicza 8B<br>lok. 9<br>15-689 Białystok  | (85) 664 17 70  | wt., czw., niedz.:<br>17.00 – 21.00  | <b>www:</b><br><a href="http://www.aa.org.pl/regiony/002/adresy.htm">http://www.aa.org.pl/regiony/002/adresy.htm</a>                                      | Osoby uzależnione od alkoholu oraz członkowie rodzin osób uzależnionych od alkoholu |  |
| <b>PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ</b>  |  |  |   |  |   |   |  |
| <b>Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Białymstoku:</b><br><br>1) Ośrodek Interwencji Kryzysowej<br>2) Zespoły Pracowników      | * porady psychologiczne, pedagogiczne, rodzinne i prawne,<br>* terapie indywidualne, rodzinne, grupa wsparcia i socjoterapeutyczne oraz zajęcia korekcyjno – edukacyjne, | <b>Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie</b><br>ul. Malmeda 8<br>15-440 Białystok<br>(85) 678 31 21<br>fax. (85) 678 31 03<br><br>Zespoły Pracowników Socjalnych Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie: | pn.: 8.00 – 17.00<br><br>wt. – pt.:<br>7.30 – 15.30   | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:sekretariat@mopr.bialystok.pl">sekretariat@mopr.bialystok.pl</a><br>lub<br><a href="mailto:plzi@mopr.bialystok.pl">plzi@mopr.bialystok.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.mopr.bialystok.pl">www.mopr.bialystok.pl</a> | Osoby zagrożone i doświadczające przemocy domowej   |   |  |

|  |   |   |   |  |   |   |  |
|--|---|---|---|--|---|---|--|
|  | <p>Socjalnych</p> <p>3) Zespół Interdyscyplinarny w Mieście Białystok</p>                           | <p>* zapewnienie schronienia kobietom z dziećmi w sytuacji kryzysowej</p>   | <p>* Nr 1 – ul. Mieszka I 8C – tel. (85) 748 20 27</p> <p>* Nr 2 – ul. Siewna 2 – tel. (85) 653 85 22</p> <p>* Nr 3 – ul. Sienkiewicza 53 – tel. (85) 653 86 64</p> <p>* Nr 4 – ul. Radzywińska 16 – tel. (85) 662 88 22</p> <p>* Nr 5 – ul. Hallera 8 – tel. (85) 653 23 04</p> <p>* Nr 6 – ul. Bema 2 – tel. (85) 742 29 67</p> <p>* Nr 7 – ul. Storczykowa 5 – tel. (85) 661 03 22</p> <p>* Nr 8 – ul. Swobodna 24 – tel. (85) 653 23 07</p> <p><b>Ośrodek Interwencji Kryzysowej</b><br/>ul. Włókiennicza 7<br/>15-464 Białystok<br/>(85) 744 50 28<br/>(85) 744 50 27 – czynny całodobowo, siedem dni w tygodniu</p> |  |   |   |  |
|  | <p><b>Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Białymstoku</b></p> <p>Ośrodek Interwencji Kryzysowej</p> | <p>* poradnictwo psychologiczne, prawne, socjalne i rodzinne,</p> <p>* interwencja kryzysowa i wsparcie,</p> <p>* osobom w sytuacji kryzysowej zapewnienie schronienia</p>  | <p>ul. Słonimska 15/1<br/>15-029 Białystok</p>  | <p>(85) 732 17 72</p> <p>(85) 732 27 40</p>                                  | <p>pn. – pt.:<br/>7.30 – 15.30</p>  | <p><b>e-mail:</b><br/><a href="mailto:pcpr.st.bialystok@wrotapodlasia.pl">pcpr.st.bialystok@wrotapodlasia.pl</a></p> <p><b>www:</b><br/><a href="http://www.pcrb.st.bialystok.wrotapodlasia.pl">www.pcrb.st.bialystok.wrotapodlasia.pl</a></p>                                    | <p>Osoby dotknięte przemocą w rodzinie oraz osoby stosujące przemoc w rodzinie</p> |
|  | <p><b>Centrum Pomocy Dzieciom Stowarzyszenie KLANZA w Białymstoku</b></p>                           | <p>* interwencja kryzysowa,</p> <p>* konsultacje psychologa – opiekuna dziecka – ofiary przestępstwa,</p> <p>* konsultacje prawne rodziców/opiekunów</p>  | <p>ul. Gen. Kleeberga 8<br/>15-691 Białystok</p>  | <p>(85) 652 54 94</p> <p>(85) 651 04 47</p> <p>infolinia<br/>801 000 180</p> | <p>Recepcja:<br/>pn.-pt.:<br/>11.00-19.00</p> <p>Praca terapeutyczna:<br/>pn.-pt.<br/>8.00-19.00</p>  | <p><b>e-mail:</b> <a href="mailto:cpdbialystok@centrum-klanza.pl">cpdbialystok@centrum-klanza.pl</a></p> <p><b>www:</b><br/><a href="http://centrum-klanza.pl/">http://centrum-klanza.pl/</a></p>   | <p>Osoby zagrożone i doświadczające przemocy domowej</p>                           |
|  | <p><b>Młodzieżowy Ośrodek Konsultacji i Terapii</b></p>   | <p>Pomoc psychologiczna i terapeutyczna w postaci:</p> <p>* porad i konsultacji,</p> <p>* psychoterapii indywidualnej,</p> <p>* terapii rodzinnej,</p> <p>* konsultacji w zakresie przemocy w rodzinie,</p> <p>* treningów asertywności</p> | <p>ul. Orła 6B<br/>15-021 Białystok</p>   | <p>(85) 746 06 23</p>  | <p>pn. – pt.:<br/>08.00 – 20.00</p> <p>W celu zgłoszenia i ustalenia terminu spotkania wymagany wcześniejszy kontakt telefoniczny w godzinach</p> | <p><b>e-mail:</b> <a href="mailto:mokit@ddps.bialystok.pl">mokit@ddps.bialystok.pl</a></p> <p><b>www:</b><br/><a href="http://www.ddps.rsi.com.pl/?młodziezo-wy-osrodek-konsultacji-i-terapii.8">http://www.ddps.rsi.com.pl/?młodziezo-wy-osrodek-konsultacji-i-terapii.8</a></p> | <p>Rodziny, w których występuje problem przemocy</p>                               |

|  |   |  |  |   |   |  |                                       |
|--|---|--|--|---|---|--|---------------------------------------|
|  |   |  |  |   | od 8.00 do 16.00<br>pod numerem:<br>(85) 746 06 23  |  |                                       |
| <b>Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”</b> | * wsparcie,<br>* pomoc psychologiczna,<br>* informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej | Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych<br>Al. Jerozolimskie 155<br>02-326 Warszawa | 800 120 002<br><br>Bezpłatna infolinia | pn. – sob.<br>godz. 08.00–22.00<br><br>ndz. i święta<br>godz. 08.00–16.00 | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:biuro@niebieskalinia.info">biuro@niebieskalinia.info</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.niebieskalinia.info">www.niebieskalinia.info</a> |  | Osoby doświadczające przemocy domowej |

### INTERWENCJA KRYZYSOWA

|   |                              |  |  |  |  |  |   |
|---|------------------------------|--|--|--|--|--|---|
| <b>Miejskie Centrum Zarządzania Kryzysowego</b>                       | Monitorowanie bezpieczeństwa | ul. Warszawska 3<br>15-062 Białystok                                   | (85) 743 61 49   | 24 godziny na dobę<br>przez 7 dni w tygodniu | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:mczk@um.bialystok.pl">mczk@um.bialystok.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="https://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanow/bezpieczenstwo/miejskie_centrum_zarządzania_kryzysowego/">https://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanow/bezpieczenstwo/miejskie_centrum_zarządzania_kryzysowego/</a> |  | Świadek zagrożenia kryzysowego<br>Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego |
| <b>Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego (powiat białostocki)</b> | Monitorowanie bezpieczeństwa | ul. Borsucza 2<br>15-569 Białystok                                     | (85) 740 44 43<br>(85) 740 39 67   | 24 godziny na dobę<br>przez 7 dni w tygodniu | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:pczk@st.bialystok.wrotapodlasia.pl">pczk@st.bialystok.wrotapodlasia.pl</a><br><br><b>www:</b> <a href="http://www.powiatbialostocki.pl">www.powiatbialostocki.pl</a>   |  | Świadek zagrożenia kryzysowego<br>Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego |
| <b>Wojewódzkie Centrum Zarządzania Kryzysowego</b>                    | Monitorowanie bezpieczeństwa | ul. Mickiewicza 3<br>15-213 Białystok                                  | (85) 743 95 35   | 24 godziny na dobę<br>przez 7 dni w tygodniu | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:czk@bialystok.uw.gov.pl">czk@bialystok.uw.gov.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.bialystok.uw.gov.pl/Informacje+wydzialow/Zarządzanie+Kryzysowe/Informacje+WCZK.html">http://www.bialystok.uw.gov.pl/Informacje+wydzialow/Zarządzanie+Kryzysowe/Informacje+WCZK.html</a>     |  | Świadek zagrożenia kryzysowego<br>Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego |
| <b>Centralne Zarządzenie Kryzysowe</b>                                | Monitorowanie bezpieczeństwa | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa<br>ul. Rakowiecka 2A<br>00-993 Warszawa | Całodobowy dyżur:<br>(22) 361 69 00<br>(22) 785 700 177<br>e-mail:<br>dyzurny@rcb.gov.pl | 24 godziny na dobę<br>przez 7 dni w tygodniu | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:poczta@rcb.gov.pl">poczta@rcb.gov.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://rcb.gov.pl/zarządzanie-kryzysowe/">http://rcb.gov.pl/zarządzanie-kryzysowe/</a>   |  | Świadek zagrożenia kryzysowego<br>Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego |

## DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

|   |  |   |   |   |   |  |
|---|--|---|---|---|---|--|
| <p><b>Powiatowy Urząd Pracy w Białymstoku</b></p>         | <p>Wsparcie osób dorosłych w procesie planowania i rozwoju kariery zawodowej</p> | <p>ul. Pogodna 63/1<br/>15-365 Białystok</p>  | <p>(85) 747 38 61</p>   | <p>Godziny urzędowania:<br/>pn.-pt.: 7.30 – 15.30<br/>wtorek 7.30 – 16.30</p> <p>Godziny przyjęć interesantów:<br/>pn.-pt. 8.00 – 14.00</p> | <p><b>e-mail:</b><br/><a href="mailto:bibi@praca.gov.pl">bibi@praca.gov.pl</a></p> <p><b>www:</b><br/><a href="http://bialystok.praca.gov.pl/">http://bialystok.praca.gov.pl/</a></p>                                     | <p>* poszukujący pracy i zarejestrowani mieszkańcy powiatu grodzkiego (miasta Białystok);<br/>* poszukujący pracy i zarejestrowani mieszkańcy powiatu ziemskiego (gminy: Choroszcz, Czarna Białostocka, Dobrzyniewo Duże, Gródek, Juchnowiec Kościelny, Michałowo, Supraśl, Tykocin, Wasilków, Zabłudów, Zawady);<br/>* pracodawcy</p> |
| <p><b>Wojewódzki Urząd Pracy</b></p>                      | <p>Wsparcie osób dorosłych w procesie planowania i rozwoju kariery zawodowej</p> | <p>ul. Pogodna 22<br/>15-354 Białystok</p>    | <p>(85) 749 72 00</p>   | <p>Godziny pracy:<br/>pn.: 7:30-16:00<br/>wt.-pt.: 7.30-15.30</p>   | <p><b>e-mail:</b><br/><a href="mailto:sekretariat@wup.wrotapodlasia.pl">sekretariat@wup.wrotapodlasia.pl</a></p> <p><b>www:</b><br/><a href="http://wupbialystok.praca.gov.pl/">http://wupbialystok.praca.gov.pl/</a></p> | <p>* poszukujący pracy i zarejestrowani mieszkańcy wojewódzkiego podlaskiego;<br/>* pracodawcy</p>   |
| <p><b>Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia</b></p> | <p>Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy.</p>         | <p>ul. Trawiasta 20B<br/>15-161 Białystok</p> | <p>19 524<br/>(z Polski)<br/>+48 22 19524<br/>(z zagranicy)<br/>Koszt zgodnie z taryfą operatora.</p> | <p>pn.- pt.:<br/>08.00-18.00</p>  | <p><b>e-mail:</b><br/><a href="mailto:biuro@zielonalinia.gov.pl">biuro@zielonalinia.gov.pl</a></p> <p><b>www:</b><br/><a href="http://www.zielonalinia.gov.pl">www.zielonalinia.gov.pl</a></p>                            | <p>* zarejestrowani<br/>* poszukujący pracy<br/>* pracodawcy</p>   |

## DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

|  |   |   |  |   |   |   |
|--|---|---|--|---|---|---|
| <p><b>Okręgowy Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem w Białymstoku Towarzystwo Amicus</b></p> | <p>* organizowanie i finansowanie pomocy prawnej,<br/>* specjalistyczne zespoły prawników, psychologów, terapeutów i psychoterapeutów</p> | <p>ul. Brukowa 28 lok. 8<br/>15-889 Białystok</p> | <p>697 697 205<br/>dyżur całodobowy 7 dni w tygodniu</p> <p>(85) 653 77 53</p> | <p>pn. 13.00-20.00<br/>wt. 8.00-15.00<br/>śr. 8.00-15.00<br/>czw. 8.00-15.00<br/>pt. 8.00-15.00<br/>sob. 9.00-13.00</p> | <p><b>e-mail:</b><br/><a href="mailto:victor-victima@towarzystwoamicus.pl">victor-victima@towarzystwoamicus.pl</a></p> <p><a href="mailto:biuro@towarzystwoamicus.pl">biuro@towarzystwoamicus.pl</a></p> <p><b>www:</b><br/><a href="https://www.towarzystwoamicus.pl/">https://www.towarzystwoamicus.pl/</a></p> | <p>Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie</p> |
|--|---|---|--|---|---|---|

## PRAWO KONSUMENCKIE

|  |                            |  |  |   |  |  |
|--|----------------------------|--|--|---|--|--|
| <b>Powiatowy Rzecznik Praw Konsumentów w Białymstoku</b> | Ochrona praw konsumenckich | ul. Borsucza 2<br>15-569 Białystok                       | (85) 740 39 95   | pn.: 8.00 – 16.00<br><br>wt. – pt.:<br>7.30 – 15.30 | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:prk@st.bialystok.wrotapodlasia.pl">prk@st.bialystok.wrotapodlasia.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://st.bialystok.wrotapodlasia.pl/pl/wydzialy/powiatowy-rzecznik-konsumentow.html">http://st.bialystok.wrotapodlasia.pl/pl/wydzialy/powiatowy-rzecznik-konsumentow.html</a> | Konsumenty - mieszkańcy powiatu białostockiego |
| <b>Miejski Rzecznik Konsumentów w Białymstoku</b>        | Ochrona praw konsumenckich | ul. Lipowa 16<br>15-427 Białystok                        | (85) 869 69 29   | pn.: 8.00 – 17.00<br><br>wt. – pt.:<br>7.30 – 15.30 | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:porady@dlakonsumentow.pl">porady@dlakonsumentow.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="https://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanow/miejskirzecznikkonsumentow/">https://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanow/miejskirzecznikkonsumentow/</a>   | Konsumenty – mieszkańcy Białegostoku           |
| <b>Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów</b>           | Ochrona praw konsumenckich | UOKiK<br>Pl. Powstańców<br>Warszawy 1<br>00-950 Warszawa | Infolinia<br>konsumencka<br>(prowadzona przez<br>Federację<br>Konsumentów)<br>801 440 220<br>22 290 89 16<br>Koszt połączenia<br>zgodnie z taryfą<br>operatora | pn.- pt.<br>08.00-18.00                             | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:porady@dlakonsumentow.pl">porady@dlakonsumentow.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="https://www.uokik.gov.pl/">https://www.uokik.gov.pl/</a>   | Prawo konsumenckie                             |

## PRAWA PACJENTA

|   |   |  |  |   |  |  |
|---|---|--|--|---|--|--|
| <b>Narodowy Fundusz Zdrowia - Oddział w Białymstoku</b> | Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego:<br>* prawa pacjenta<br>* leczenie w kraju i poza granicami<br>* kolejki do świadczeń | ul. Pałacowa 3<br>15-042 Białystok               | Telefoniczna<br>Informacja Pacjenta<br>800 190 590<br>(czynna 24 godziny<br>na dobę 7 dni w<br>tygodniu) | pn. – pt.<br>8.00-16.00<br><br>(w poniedziałki sala<br>obsługi interesanta<br>czynna do godziny<br>17.00) | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:sekretariat@nfz-bialystok.pl">sekretariat@nfz-bialystok.pl</a><br><a href="mailto:infolinia@nfz.gov.pl">infolinia@nfz.gov.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="https://www.nfz-bialystok.pl/">https://www.nfz-bialystok.pl/</a> | Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym |
| <b>Rzecznik Praw Pacjenta</b>                           | Ochrona praw pacjenta   | Biuro RPP<br>ul. Młynarska 46<br>01-171 Warszawa | 800 190 590<br>Bezpłatna infolinia   | pn. - pt.<br>08.00-18.00  | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:kancelaria@rpp.gov.pl">kancelaria@rpp.gov.pl</a><br><br><b>www:</b> <a href="https://www.bpp.gov.pl">https://www.bpp.gov.pl</a>  | Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta             |



|   |   |  |   |   |  |   |  |
|---|---|--|---|---|--|---|--|
|   |   |  |   | Zapisy na poradę osobistą:<br>rezerwacja@rpp.gov.pl lub<br>(22) 532 82 43 |  |   |  |
| <b>Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala</b>   | Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego:<br>* prawa pacjenta<br><br>* leczenie w kraju i poza granicami<br>* kolejki do świadczeń | Narodowy Fundusz Zdrowia<br>Grójecka 186<br>02-390 Warszawa  | Telefoniczna Informacja Pacjenta<br>800 190 590<br>(czynna 24 godziny na dobę 7 dni w tygodniu) | pn.- pt.<br>08.00-16.00   | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:infolinia@nfz.gov.pl">infolinia@nfz.gov.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.nfz.gov.pl">http://www.nfz.gov.pl</a>   | Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym  |  |
| <b>Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych</b> | Ochrona praw osób niepełnosprawnych   | SIEDZIBA<br>ul. Żurawia 4 A,<br>00- 503 Warszawa<br><br>Telefon<br>(22) 461 60 00<br><br>KORESPONDENCJA<br>A<br>Nowogrodzka 1/3/5<br>00-513 Warszawa | 801 801 015<br>Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora                                      | pn.-pt.<br>08.00-17.00  | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:sekretariat.bon@mrpips.gov.pl">sekretariat.bon@mrpips.gov.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.niepelnosprawni.gov.pl">http://www.niepelnosprawni.gov.pl</a> | Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych |  |

## PRAWA DZIECKA

|  |   |  |                                   |   |  |   |
|--|---|--|-----------------------------------|---|--|---|
| <b>Centrum Pomocy Dzieciom Stowarzyszenie KLANZA</b> | Pomoc dzieciom i młodzieży, ich rodzicom i opiekunom będącym w kryzysie i wymagającym wzmożonego wsparcia terapeutycznego | ul. Gen. Kleeberga 8<br>15-691 Białystok | (85) 652 54 94<br><br>690 955 000 | Godziny pracy:<br>Recepcja:<br>pn.-pt.: 11.00-19.00<br><br>Praca terapeutyczna:<br>pn.-pt.: 8.00-19.00<br><br>Zapisanie Pacjenta do poszczególnych specjalistów odbywa się tylko i wyłącznie w ramach indywidualnej wizyty osoby dorosłej (bez udziału dziecka) z konsultantem. | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:cpdbialystok@centrum-klanza.pl">cpdbialystok@centrum-klanza.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://centrum-klanza.pl/">http://centrum-klanza.pl/</a> | Z działań mogą skorzystać:<br>* dzieci i młodzież, ich rodzice i opiekunowie będący w kryzysie i wymagający wzmożonego wsparcia terapeutycznego;<br>* profesjonaliści, na co dzień realizujący zawodowo działania na rzecz ochrony dzieci<br><br>Warunkiem rozpoczęcia pracy terapeutycznej lub konsultacyjnej jest |
|--|---|--|-----------------------------------|---|--|---|

|   |                      |  |                                    |  |  |  |   |
|---|----------------------|--|------------------------------------|--|--|--|---|
|   |                      |  |                                    |  |  |  | wypełnienie i podpisanie przez osobę pełnoletnią stosownych oświadczeń.<br><br>W przypadku małoletnich powyższe oświadczenia wypełnia i podpisuje opiekun prawny. |
| <b>Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania</b> | Ochrona praw dziecka | Biuro RPD<br>Przemysłowa 30/32<br>00-450 Warszawa<br>tel.: (22) 583 66 00 .<br>fax.: (22) 583 66 96.<br>pn.-pt.<br>godz.08.15-16.15. | 800 121 212<br>Bezpłatna infolinia | pn.- pt. .<br>08.15-20.00.<br><br>(dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią) | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:rdp@brpd.gov.pl">rdp@brpd.gov.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="https://brpd.gov.pl">https://brpd.gov.pl</a> |  | Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych.<br>Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.                                |

### PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

|  |   |   |   |  |  |  |   |
|--|---|---|---|--|--|--|---|
| <b>Zakładu Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Białymstoku</b>         | Informacje z zakresu ubezpieczeń społecznych                                    | ul. Młynowa 29<br>15 – 404 Białystok  | (22) 560 16 00<br>Koszt połączenia wg umowy klienta z operatorem telekomunikacyjnym | Godziny obsługi klienta:<br>pn. 8.00 – 18.00<br>wt.-pt. 8.00 - 15.00 | <b>www:</b><br><a href="http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/oddzialy-inspektoraty-biura-terenowe/-/details/429">http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/oddzialy-inspektoraty-biura-terenowe/-/details/429</a>                                     |  | Mieszkańcy oraz podmioty z terenu Miasta Białystok i powiatu białostockiego |
| <b>Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych</b> | Zakres informacji:<br>- pomoc techniczna<br>- składki<br>- renty<br>- emerytury | Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w <u>Centrum Obsługi Telefonicznej</u> lub podczas wizyty osobistej w placówce.<br>Nr centrali :<br>(22) 667 10 00 | (22) 560 16 00<br>Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora                       | pn. – pt.<br>07.00 – 18.00   | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:cot@zus.pl">cot@zus.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-">http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-</a> |  | Adresaci porad:<br>* ubezpieczeni<br>* płatnicy<br>* lekarze                |

### PRAWO PRACY

|   |                              |                                     |                |   |  |  |   |
|---|------------------------------|-------------------------------------|----------------|---|--|--|---|
| <b>Okręgowy Inspektorat Pracy w Białymstoku</b> | Porady z zakresu prawa pracy | ul. Fabryczna 2<br>15-483 Białystok | (85) 678 57 00 | telefonicznie:<br>w dni robocze<br>9.00 – 15.00 | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:kancelaria@bialystok.pip.gov.pl">kancelaria@bialystok.pip.gov.pl</a> |  | Osoba poszukująca informacji na temat prawa pracy |
|---|------------------------------|-------------------------------------|----------------|---|--|--|---|

|   |   |   |   |   |   |  |  |
|---|---|---|---|---|---|--|--|
|   |   |   |   | <p>Porady prawne:<br/>* z telefonów komórkowych 459 599 000<br/>* z telefonów stacjonarnych 801 002 006</p> <p>Zgłaszanie wypadków przy pracy (całodobowo) 606 916 117</p>  | <p>Osobiście:<br/>pn. 8.00 - 17.00<br/>wt.-pt. 8.00-15.10</p>   | <p><b>www:</b><br/><a href="https://bialystok.pip.gov.pl/pl/">https://bialystok.pip.gov.pl/pl/</a></p> <p><b>skrzynka ePUAP:</b><br/><a href="mailto:PipOipBialystok/SkrytkaESP">/PipOipBialystok/SkrytkaESP</a></p> |  |
| <b>Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)</b> | Porady z zakresu prawa pracy  | Główny Inspektorat Pracy<br>ul. Barska 28/30<br>02-315 Warszawa<br><br>tel. 22 391 82 15<br>fax. 22 391 82 14 | <p>801 002 006 (dla tel. stacjonarnych)<br/>459 599 000 (dla tel. komórkowych)<br/>22 391 83 60 (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP)</p> <p>Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.</p> <p><b>Uwaga!!!</b><br/>naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie.</p> | <p>pn. – pt.:<br/>9.00 – 15.00</p> <p>Porady z zakresu legalności zatrudnienia obywateli Ukrainy na terytorium RP <u>w języku ukraińskim</u> udzielane są w: poniedziałek, wtorek i środę w godzinach od 16.00 do 20.00 pod numerem telefonu <b>(22) 111 35 29</b> lub od poniedziałku do piątku w godzinach od 9.00 do 15.00 pod numerem telefonu <b>(22) 391 83 60</b>.</p> | <p><b>e-mail:</b><br/><a href="mailto:kancelaria@gip.pip.gov.pl">kancelaria@gip.pip.gov.pl</a></p> <p><b>www:</b><br/><a href="http://www.bip.pip.gov.pl">www.bip.pip.gov.pl</a></p>  | Osoba poszukująca informacji na temat prawa pracy  |  |
| <b>PRAWO PODATKOWE</b>                                      |   |   |   |   |   |  |  |
| <b>I Urząd Skarbowy w Białymstoku</b>                       | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc. | ul. Świętojańska 13<br>15 – 219 Białystok   | <p>Centrala<br/>(85) 878 41 00</p> <p>Kancelaria<br/>(85) 878 42 75</p>   | <p>pn. 7.30 – 18.00</p> <p>(od 15.30 do 18.00 czynna tylko Sala Obsługi Podatnika, Kancelaria na parterze, pok. 111 i pok. 112</p> <p>wt. - pt.<br/>7.30 – 15.30</p>  | <p><b>e-mail:</b><br/><a href="mailto:1us.bialystok@mf.gov.pl">1us.bialystok@mf.gov.pl</a></p> <p><b>www:</b><br/><a href="http://www.podlaskie.kas.gov.pl/pierwszy-urzad-skarbowy-w-bialymstoku">http://www.podlaskie.kas.gov.pl/pierwszy-urzad-skarbowy-w-bialymstoku</a></p> | Z porad mogą korzystać wszyscy podatnicy, a w szczególności zamieszkujący na obszarze będącym w terytorialnym zasięgu działania Urzędu   |  |

|  |  |   |  |   |   |  |  |
|--|--|---|--|---|---|--|--|
|  | <b>II Urząd Skarbowy w Białymstoku</b> | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc. | ul. Plażowa 17<br>15-502 Białystok           | Centrala<br>(85) 878 51 00<br>(85) 743 36 40<br>(85) 743 30 10  | pn.<br>7.30 -18.00<br><br>wt. – pt.<br>7.30-15.30 | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:2us.bialystok@mf.gov.pl">2us.bialystok@mf.gov.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="http://www.podlaskie.kas.gov.pl/drugi-urząd-skarbowy-w-bialymstoku">http://www.podlaskie.kas.gov.pl/drugi-urząd-skarbowy-w-bialymstoku</a> | Z porad mogą korzystać wszyscy podatnicy, a w szczególności zamieszkujący na obszarze będącym w terytorialnym zasięgu działania Urzędu |
|  | <b>Krajowa Informacja Skarbowa</b>     | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc. | ul. Teodora Sixta 17<br>43-300 Bielsko-Biała | 801 055 055<br>(z tel. stacjonarnych)<br>(22) 330 03 30<br>(z tel. komórkowych)<br>+ 48 (22)33 00 330<br>(z tel. zagranicznych)<br>Koszt zgodnie z taryfą operatora | pn.- pt.<br>07.00-18.00                           | <b>www:</b><br><a href="http://www.kis.gov.pl">www.kis.gov.pl</a><br><br><b>więcej:</b><br><a href="https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa">https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa</a>     | Z porad może skorzystać każdy podatnik   |

### DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

|  |  |                      |   |  |  |  |  |
|--|--|----------------------|---|--|--|--|--|
|  | <b>Rzecznik Finansowy (Ubezpieczonych)</b> | Prawa ubezpieczonych | Biuro Rzecznika Finansowego<br>Al. Jerozolimskie 87<br>02-001 Warszawa. | <u>Ubezpieczenia gospodarcze</u><br>(22) 333 73 28<br><u>Ubezpieczenia Społeczne, OFE ZUS</u><br>(22) 333 73 26<br>lub (22) 333 73 27<br><u>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego</u><br>(22) 333 73 25 | pn.-pt.<br>08.00-18.00<br><br>pn.-pt.<br>11.00-15.00<br><br>pn.-pt.<br>08.00-16.00 | <b>Porady e-mail:</b> <a href="mailto:porady@rf.gov.pl">porady@rf.gov.pl</a><br>(czas oczekiwania na odpowiedź ok.2 tygodni)<br><br><b>e-mail:</b><br><a href="mailto:biuro@rf.gov.pl">biuro@rf.gov.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="https://rf.gov.pl/kontakt">https://rf.gov.pl/kontakt</a> | Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń |
|--|--|----------------------|---|--|--|--|--|

### INNE

|  |                                    |                            |  |  |  |  |   |
|--|------------------------------------|----------------------------|--|--|--|--|---|
|  | <b>WWW. OBYWATEL.GOV.PL</b>        |                            |  | Informacje i usługi przyjazne obywatelom<br>portal Ministerstwa Cyfryzacji |  |  |   |
|  | <b>Rzecznik Praw Obywatelskich</b> | Ochrona praw obywatelskich | Biuro RPO<br>Al. Solidarności 77.<br>00-090 Warszawa | 800 676 676<br>Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych     | pon.:<br>10.00-18.00<br><br>wt.- pt.:<br>08.00-16.00 | <b>e-mail:</b><br><a href="mailto:biurorzecznika@brpo.gov.pl">biurorzecznika@brpo.gov.pl</a><br><br><b>www:</b><br><a href="https://www.rpo.gov.pl">https://www.rpo.gov.pl</a> | 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** lub pod adresem: [darmowapomoc@um.bialystok.pl](mailto: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. Blizsze informacje pod numerem podanym do zapisów.

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

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

|   |                                      |   |                           |  |     |  |  |
|---|--------------------------------------|---|---------------------------|--|-----|--|--|
|   | <b>Fundacja „Spe Salvi”</b>          | ul. Św. Rocha 3<br>15 – 879 Białystok<br>pok. nr 7A | pn. – pt.<br>7:30 – 19:30 |  | TAK | INFORMACJE i ZAPISY:<br><b>wt. –pt.</b><br>godz. 7:30 – 15:30<br><b>pn.</b><br>godz. 8:00 – 17:00<br><br>pod numerem<br>(85) 869 66 99<br>lub pod adresem:<br><a href="mailto:darmowapomoc@um.bialystok.pl">darmowapomoc@um.bialystok.pl</a> | <a href="https://www.bip.bialystok.pl/urzed_miejski/nieodplatnapomocprawn/">https://www.bip.bialystok.pl/urzed_miejski/nieodplatnapomocprawn/</a><br><br><a href="http://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanco_w/pomocprawna/">http://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanco_w/pomocprawna/</a> |
| <b>NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE</b> |                                      |   |                           |  |     |  |  |
|   | <b>Stowarzyszenie „Sursum Corda”</b> | ul. Św. Rocha 3<br>15 – 879 Białystok<br>pok. nr 7B | pn. – pt.<br>7:30 – 19:30 |  | TAK | INFORMACJE i ZAPISY:<br><b>wt. –pt.</b><br>godz. 7:30 – 15:30<br><b>pn.</b><br>godz. 8:00 – 17:00<br><br>pod numerem<br>(85) 869 66 99<br>lub pod adresem:<br><a href="mailto:darmowapomoc@um.bialystok.pl">darmowapomoc@um.bialystok.pl</a> | <a href="https://www.bip.bialystok.pl/urzed_miejski/nieodplatnapomocprawn/">https://www.bip.bialystok.pl/urzed_miejski/nieodplatnapomocprawn/</a><br><br><a href="http://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanco_w/pomocprawna/">http://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanco_w/pomocprawna/</a> |