

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) 678 31 00	pn.: 8.00 – 17.00 wt. – pt.: 7.30 – 15.30	e-mail: dsr@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	506 312 676	pn.: 18.00-21.00 (doradca rodzinny mediator) śr.: 14.00-17.00 (psychoterapeuta) pt. 16.00-18.00 (prawnik, adwokat) Spotkania umawiane wyłącznie telefonicznie pod numerem: 506 312 676 (czynny w godzinach pracy)	e-mail: poczta@rodzinabialystok.pl www: http://rodzinabialystok.pl/poradnictwo-rodzinne/archidiecezjalna-poradnia-rodzinna	Dla narzeczonych i małżonków oraz rodzin

					sekretariatu: pn., śr.: 18.00-21.00)		
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.: 10.00 – 18.00 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 Spotkania umawiane <u>wyłącznie osobiście:</u> przyjmowanie i wydawanie dokumentów pokój nr 12 (parter) w godzinach: 8:00 - 11:00 oraz 13:00-16:00 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. 8.00-16.00	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.	

<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, jękanie. 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>Terapie, zajęcia grupowe, warsztaty: pn.-pt. 16.00-20.00</p>	<p>e-mail: sppp@um.bialystok.pl,</p> <p>www: www.sppp.bialystok.pl</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 średniej, mieszkające bądź uczące się na terenie miasta Białegostoku. Rodzicom młodszych dzieci proponuje się konsultacje i własną terapię oraz warsztaty.</p>
<p>Centrum Pomocy Dzieciom Stowarzyszenia KLANZA w Białymstoku</p>	<p>Poradnictwo rodzinne, psychologiczne, pedagogiczne, psychiatryczne, pomoc dla dzieci pokrzywdzonych przestępstwem</p>	<p>ul. Kleeberga 8 15-691 Białystok</p>	<p>(85) 652 54 94 690 955 000</p>	<p>Recepcja: pn.-pt.: 8.00-16.00</p> <p>Praca terapeutyczna: pn.-pt.: 8.00-19.00</p>	<p>e-mail: cpdbialystok@centrum-klanza.pl</p> <p>www: www.centrum-klanza.bialystok.pl</p>	<p>Mieszkańcy Białegostoku</p>
<p>Stowarzyszenie Pomocy Rodzinie DROGA - Ośrodek Profilaktyki i Terapii dla Młodzieży i Dorosłych w Białymstoku ETAP</p>	<p>Poradnictwo rodzinne, psychologiczne, pedagogiczne, psychiatryczne, z zakresu przeciwdziałania narkomanii, rozwiązywania problemów alkoholowych</p>	<p>ul. Włókiennicza 7 15-464 Białystok</p>	<p>(85) 744 52 24</p>	<p>pn.-pt.: 8.00 – 20.00</p>	<p>e-mail: etap@stowarzyszeniedroga.pl</p> <p>rejestracja online do ośrodka: etap.net.pl</p> <p>www: www.stowarzyszeniedroga.pl</p>	<p>Mieszkańcy Białegostoku</p>

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- 16.30	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	Rejestracja 7:00-15:00 Umówione wizyty oraz zajęcia grupowe odbywają się: pn.: 7.00 - 20.00 wt.: 7.00 - 20.00 śr.: 7.00 - 20.00 czw.: 7.00 - 15.00 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 – 18.00 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
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	* 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	ul. Piotrkowska 2 15-439 Białystok	(85) 744 53 50	Poradnia czynna pn. – pt.: 8:00 – 16:00 Spotkania umawiane wyłącznie osobiście : przyjmowanie i wydawanie dokumentów pokój nr 12 (parter) w godzinach: 8:00 - 11:00 oraz	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

	kształceniem dzieci i młodzieży, * wspomaganie przedszkoli, szkół i placówek w zakresie zadań dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych			13:00-16:00 Informacje o aktualnych dniach i godzinach pracy dostępne pod numerem: (85) 744 53 50		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. 8.00-16.00	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 w Białymstoku	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,	ul. A. Mickiewicza 31/2 15-214 Białystok	(85) 732 86 66	Przyjmowanie interesantów: pn.-pt. 8.00-18.00 Terapie, zajęcia grupowe, warsztaty: pn.-pt. 16.00-20.00	e-mail: sppp@um.bialystok.pl , www: www.sppp.bialystok.pl Warunkiem przyjęcia do placówki jest rozmowa z rodzicami i badanie diagnostyczne dziecka.	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.

		objawy psychosomatyczne (ból głowy, brzucha), zaburzenia nastroju.					
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 – 18.00 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	
POMOC SPOŁĘCZNA							
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) 678 31 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) 744 50 27 lub (85) 744 50 28 606 798 755	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	ul. Słonimska 15/1 15-028 Białystok	(85) 732 17 72	pn. – pt.: 7.30-15.30	e-mail: pcpr.bialystok@interia.pl www: http://pcprb.st.bialystok.wrotapodlasia.pl/	Mieszkańcy powiatu białostockiego	

		do zakresu działań powiatu z zakresu administracji rządowej i przypisane do realizacji Centrum					
Prawosławny Ośrodek Miłosierdzia Diecezji Białostocko-Gdańskiej „ELEOS” w Białymstoku	<ul style="list-style-type: none"> * punkt konsultacyjny dla osób uzależnionych od alkoholu i ich rodzin, * grupa wsparcia dla osób bezdomnych, * dyżury kuratora sądowego * prowadzenie Specjalistycznych Placówek Wsparcia Dziennego 	ul. Warszawska 47 15-137 Białystok	(85) 742 65 00 (85) 732 89 07 607 740 560	pn. – pt.: 8:00 – 15:00 Informacje szczegółowe pod numerem: (85) 742 65 00	e-mail: eleos@poczta.onet.pl www: http://eleos.pl/	Osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej	
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 34 790 671 995	pn. – pt. 9:00 – 13:00 Informacje szczegółowe pod numerem: (85) 732 01 34	e-mail: spesalvi2016@gmail.com www: http://spesalvi.org.pl/	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	całodobowo, 7 dni w tygodniu 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	e-mail: bezdomnosc.bialystok@caritas.pl www: https://bialystok.caritas.pl/placowki/dom-dla-bezdomnych-pod-wezwaniem-swietego-brata-alberta/	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 Białymstoku	Pomoc pedagoga, pracownika socjalnego, terapeuty uzależnień, kuratora zawodowego oraz opiekuna bezdomnego	ul. Świętojańska 2A 15-082 Białystok	(85) 732 24 12 602 577 424	wyłącznie po umówieniu terminu porady telefonicznie bądź osobiście: pn. – pt. 8:00 16:00 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 i 3 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 Alkohol i Współuzależnienia	* 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 15-644 Białystok	(85) 663 56 76 600 075 018 (wizyty po uzgodnieniu telefonicznym)	pn. – pt.: 7.30 – 20.00 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	* 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.: 9.00 – 17.00 * Poradnia Zdrowia Psychicznego – rejestracja: (85) 743 40 44 * Oddział dzienny dla chorych z zaburzeniami psychicznymi (85) 743 43 06	email: szpital@sppchoroszcz.med.pl www: www.sppchoroszcz.med.pl	Osoby potrzebujące terapii uzależnień

					* Centrum Leczenia Uzależnień: (85) 74 33 125		
NZOZ VIRTUS	* leczenie alkoholizmu, * wsparcie psychologa, psychiatry	ul. Antoniuk Fabryczny 10 lok. 1 15-741 Białystok	(85) 66 15 333 (w godzinach pracy) kom. 509 501 213 (całodobowo na wezwanie) kom. 698 335 897 (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. Orla 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 od 8.00 do 16.00 pod numerem: (85) 746 06 23	e-mail: mokit@ddps.bialystok.pl www: http://www.ddps.rsi.com.pl/?młodzieżowy-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	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.: 11:00 - 13:00 Informacje szczegółowe	e-mail: klubkrokus@o2.pl www:	Mieszkańcy Białegostoku	

					dostępne pod numerem: (85) 743 58 43	http://www.klubkrokus.pl	
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 (85) 662 22 87	dyżur terapeuty uzależnień: czw.: 16:00 - 20:00 Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: (85) 662 08 21	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 lok 102 15-639 Białystok	(85) 661 92 62	Szczegółowe informacje udzielane w siedzibie organizacji bądź telefonicznie w pn. i czw. od godz. 17:00 do godz. 18:00	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. 16.00 do 20.00 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	Codziennie w godz.: 16.30 – 20.30 Informacje szczegółowe dostępne pod numerem:	e-mail: azyl.bialystok@gmail.com www: www.azyl.bialystok.pl	Mieszkańcy Białegostoku	

					(85) 732 11 69		
Stowarzyszenie Rodzin Abstynenckich „Tango”	dyżur terapeuty uzależnień	ul. Radzymińska 16 15-863 Białystok	795 000 765 510 141 903	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 * Nr 2 – ul. Siewna 2 – tel. (85) 653 85 22 * Nr 3 – ul. Sienkiewicza 53 – tel. (85) 653 86 64 * Nr 4 – ul. Radzymińska 16 – tel. (85) 662 88 02 * Nr 5 – ul. Hallera 8 – tel. (85) 653 23 04 * Nr 6 – ul. Bema 2 – tel. (85) 742 29 67 * Nr 7 – ul. Storczykowa 5 – tel. (85) 661 03 22 * Nr 8 – ul. Swobodna 24 – tel. (85) 653 23 07 * Nr 11 - ul. Biała 13/33 – tel. (85) 653 73 56 Ośrodek Interwencji Kryzysowej ul. Włókiennicza 7 (85) 744 50 27 (85) 744 50 28 – 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) 722 25 21 601 477 818	pn. 12:00 – 15:30 wt. 9:00 – 12:30 śr. 12:00 – 15:30 czw. 12:30 - 16:00	e-mail: pik.bialystok@caritas.pl www:	Osoby uzależnione od alkoholu oraz członkowie rodzin osób uzależnionych od	

					pt. 12:00 – 15:30	www.caritas.pl	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 śr. 17:30 – 20:00 czw. 18:30 – 21:00 pt, sb. 17:30 – 20:00 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 * Nr 2 – ul. Siewna 2 – tel. (85) 653 85 22 * Nr 3 – ul. Sienkiewicza 53 – tel. (85) 653 86 64 * Nr 4 – ul. Radzymińska 16 – tel. (85) 662 88 22 * Nr 5 – ul. Hallera 8 – tel. (85) 653 23 04 * Nr 6 – ul. Bema 2 – tel. (85) 742 29 67 * Nr 7 – ul. Storczykowa 5 – tel. (85) 661 03 22 * Nr 8 – ul. Swobodna 24 – tel. (85) 653 23 07	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
---	--	---	--	--	--	---

			*Nr 11 - ul. Biała 13/33 – tel. (85) 653 73 56				
			Ośrodek Interwencji Kryzysowej ul. Włokiennicza 7 15-464 Białystok (85) 744 50 27 (85) 744 50 28 – czynny całodobowo, siedem dni w tygodniu				
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Białymstoku Ośrodek Interwencji Kryzysowej	* poradnictwo psychologiczne, prawne, socjalne i rodzinne, * interwencja kryzysowa i wsparcie, * osobom w sytuacji kryzysowej zapewnienie schronienia	ul. Słonimska 15/1 15-029 Białystok	(85) 732 17 72 (85) 732 27 36 (85) 732 27 46	pn. – pt.: 7.30 – 15.30	e-mail: pcpr.st.bialystok@wrotapodlasia.pl www: www.pcrb.st.bialystok.wrotapodlasia.pl	Osoby dotknięte przemocą w rodzinie oraz osoby stosujące przemoc w rodzinie	
Centrum Pomocy Dzieciom Stowarzyszenie KLANZA w Białymstoku	* interwencja kryzysowa, * konsultacje psychologa – opiekuna dziecka – ofiary przestępstwa, * konsultacje prawne rodziców/opiekunów	ul. Gen. Kleeberga 8 15-691 Białystok	(85) 652 54 94 690 955 000 infolinia 801 000 180	Recepcja: pn.-pt.: 11.00-19.00 Praca terapeutyczna: pn.-pt. 8.00-19.00	e-mail: cpdbialystok@centrum-klanza.pl www: http://centrum-klanza.pl/	Osoby zagrożone i doświadczające przemocy domowej	
Młodzieżowy Ośrodek Konsultacji i Terapii	Pomoc psychologiczna i terapeutyczna w postaci: * porad i konsultacji, * psychoterapii indywidualnej, * terapii rodzinnej, * konsultacji w zakresie przemocy w rodzinie, * treningów asertywności	ul. Orla 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 od 8.00 do 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	Rodziny, w których występuje problem przemocy	
Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”	* wsparcie, * pomoc psychologiczna, * informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej	Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa	800 120 002 Bezpłatna infolinia	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	e-mail: biuro@niebieskalinia.info lub niebieskalinia@niebieskalinia.info www: www.niebieskalinia.info	Osoby doświadczające przemocy domowej	

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_mieszkanow/bezpieczenstwo/miejskie_centrum_zarzadzania_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. 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@wp.pl www: http://www.bialystok.uw.gov.pl/Informacje+wyzdzialow/Zarzadzanie+Kryzysowe/Informacje+WCZK.html	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
Centralne Zarządzenie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa ul. Rakowiecka 2A 00-993 Warszawa	(22) 361 69 00 785 700 177	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/zarzadzanie-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 56	Godziny urzędowania: pn.–pt.: 7.30 – 15.30 wtorek 7.30 – 16.30 Godziny przyjęć interesantów: pn.-pt. 8.00 – 14.00	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.: 7:30-16:00 wt.-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: biuro@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. 9.00-13.00	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-	Konsumenci - mieszkańcy powiatu białostockiego	

						konsumentow.html	
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 22 290 89 16 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. – pt. 8.00-16.00 (w poniedziałki sala obsługi interesanta czynna do godziny 17.00)		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

<p>Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala</p>	<p>Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: * prawa pacjenta * leczenie w kraju i poza granicami * kolejki do świadczeń</p>	<p>Narodowy Fundusz Zdrowia ul. Rakowiecka 26/30 02-528 Warszawa</p>	<p>Telefoniczna Informacja Pacjenta 800 190 590 (czynna 24 godziny na dobę 7 dni w tygodniu)</p>	<p>pn.- pt. 08.00-16.00</p>	<p>e-mail: infolinia@nfz.gov.pl www: http://www.nfz.gov.pl</p>	<p>Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym</p>
<p>Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych</p>	<p>Ochrona praw osób niepełnosprawnych</p>	<p>SIEDZIBA ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa Telefon (22) 461 60 00 KORESPONDENCJA Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa</p>	<p>801 801 015 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora</p>	<p>pn.-pt. 08.00-17.00</p>	<p>e-mail: sekretariat.bon@mrpips.gov.pl www: http://www.niepelnosprawni.gov.pl</p>	<p>Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych</p>

PRAWA DZIECKA

<p>Centrum Pomocy Dzieciom Stowarzyszenie KLANZA</p>	<p>Pomoc dzieciom i młodzieży, ich rodzicom i opiekunom będącym w kryzysie i wymagającym wzmożonego wsparcia terapeutycznego</p>	<p>ul. Gen. Kleeberga 8 15-691 Białystok</p>	<p>(85) 652 54 94 690 955 000 801 000 180</p>	<p>Godziny pracy: Recepcja: pn.-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.</p>	<p>e-mail: cpdbialystok@centrum-klanza.pl www: http://centrum-klanza.pl/</p>	<p>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</p>
---	--	--	---	--	---	---

							powyższe oświadczenia wypełnia i podpisuje opiekun prawny.
Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania	Ochrona praw dziecka	Biuro RPD Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa tel.: (22) 583 66 00 pn.-pt. godz.08.15-16.15.	800 121 212 Bezpłatna infolinia	pn.- pt. . 08.15-20.00. (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią)	e-mail: brpd@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.- 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. Nr centrali : (22) 667 10 00	(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 459 599 000 * z telefonów stacjonarnych 801 002 006	telefonicznie: w dni robocze 9.00 – 15.00 Osobiście: pn. 8.00 - 15.00 wt.-pt. 8.00-15.10 Zgłaszanie wypadków przy pracy (całodobowo)	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

					606 916 117		
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. stacjonarnych) *459 599 000 (dla tel. komórkowych) *(89) 333 17 41 (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP) Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. Uwaga!!! naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie.	pn. – pt.: 9.00 – 15.00 Porady z zakresu legalności zatrudnienia obywateli Ukrainy na terytorium RP w <u>języku ukraińskim</u> udzielane są w: poniedziałek, wtorek i środa w godzinach od 16.00 do 20.00 pod numerem telefonu (22) 111 35 29 lub od poniedziałku do piątku w godzinach od 9.00 do 15.00 pod numerem telefonu (22) 391 83 60.		e-mail: kancelaria@gip.pip.gov.pl www: www.bip.pip.gov.pl	Osoba poszukująca informacji na temat prawa pracy
PRAWO PODATKOWE							
I Urząd Skarbowy w Białymstoku	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc.	ul. Świętojańska 13 15 – 219 Białystok	Centrala (85) 878 41 00 Kancelaria (85) 878 42 75	pn. 8:00 - 18:00, wt. – pt.. 8:00 - 15:00, po dokonaniu rezerwacji wizyty w urzędzie skarbowym		e-mail: Ius.bialystok@mf.gov.pl www: http://www.podlaskie.kas.gov.pl/pierwszy-urzed-skarbowy-w-bialymstoku	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	Centrala (85) 878 51 00 (85) 743 36 40 (85) 743 30 10	pn. 8:00 - 18:00, wt. – pt.. 8:00 - 15:00, po dokonaniu rezerwacji wizyty w urzędzie skarbowym		e-mail: 2us.bialystok@mf.gov.pl www: http://www.podlaskie.kas.gov.pl/drugi-urzed-skarbowy-w-bialymstoku	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. Teodora Sixta 17 43-300 Bielsko-Biała	801 055 055 (z tel. stacjonarnych)	pn.- pt. 07.00-18.00		e-mail: kancelaria.kis@mf.gov.pl www: www.kis.gov.pl	Z porad może skorzystać każdy podatnik

				(22) 330 03 30 (z tel. komórkowych) + 48 (22)33 00 330 (z tel. zagranicznych) Koszt zgodnie z taryfą operatora		więcej: https://poradnikprzedsiębiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa	
--	--	--	--	--	--	--	--

DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

Rzecznik Finansowy (Ubezpieczonych)	Prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87 02-001 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: biurozrecznika@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** 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.

Z uwagi na obowiązujący stan epidemii, udzielanie bezpłatnych porad w punktach prowadzonych przez Miasto Białystok, **odbywa się wyłącznie telefonicznie** bądź z wykorzystaniem środków porozumiewania się na odległość poza lokalem punktu. **Osoba uprawniona przed uzyskaniem porady nie składa oświadczenia, że nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej, w tym o niezatrudnianiu innych osób w ciągu ostatniego roku przez osoby prowadzące działalność gospodarczą**, stosownie do art. 28a ustawy o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej (Dz.U. z 2020 r. poz. 2232 ze zm.).

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/nieodplatnapomocprawn/ http://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanco w/pomocprawn/
	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/nieodplatnapomocprawn/ http://www.bialystok.pl/

						pod numerem (85) 869 66 99 lub pod adresem: darnowapomoc@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: lub pod adresem: darnowapomoc@um.bialystok.pl	https://www.bip.bialystok.pl/urzed_miejski/nieodplatnapomocprawna/ http://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanco_w/pomocprawna/
NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE							
	Stowarzyszenie „Sursum Corda”	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: darnowapomoc@um.bialystok.pl	https://www.bip.bialystok.pl/urzed_miejski/nieodplatnapomocprawna/ http://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanco_w/pomocprawna/