

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	wt. i czw: 18.00-20.00 (doradca rodzinny mediator) śr.: 14.00-17.00 (psychoterapeuta) pt. 16.00-18.00 (prawnik, adwokat) Spotkania umawiane <u>wyłącznie telefonicznie</u> - doradca rodzinny 601 869 469	e-mail: poczta@rodzinabialystok.pl www: http://rodzinabialystok.pl/poradnictwo-rodzinne/archidiecezjalna-poradnia-rodzinna	Dla narzeczonych i małżonków oraz rodzin

					- mediator 884 000 291 - psychoterapeuta 500 097 214 - prawnik, adwokat 502 054 059		
	Stowarzyszenie Pomocy Rodzinie i Dzieciom „Szansa”	konsultacje wychowawcze, porady prawne, terapia rodzinna, poradnictwo specjalistyczne	ul. Magnoliowa 4, 15-669 Białystok	(85) 663 01 41	Poradnia czynna pn. – pt.: 8.00–16.00 zapisy i informacje pod numerem: (85) 66 30 141 w godzinach 8.00-16.00	e-mail: sprid.szansa@gmail.com www: www.szansabialystok.pl	Mieszkańcy miasta Białegostoku, osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej
PSYCHOLOGICZNE							
	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 1 w Białymstoku	* udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej, * udzielanie pomocy w wyborze kierunku kształcenia i zawodu, * udzielanie rodzicom i nauczycielom pomocy psychologiczno-pedagogicznej związanej z wychowaniem i kształceniem dzieci i młodzieży, * wspomaganie przedszkoli, szkół i placówek w zakresie zadań dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych	ul. Piotrkowska 2 15-439 Białystok	(85) 744 53 50	Poradnia czynna pn. – pt.: 8:00 – 16:00 Spotkania umawiane wyłącznie osobiście: 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.pporadnia.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. - czw.: 8.00-16.00 pt.: 8:00-15:00	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, jąkanie. Do Poradni przyjmowane są dzieci i młodzież z zaburzeniami emocjonalnymi, które przejawiają się pod postacią takich utrwalonych objawów jak: trudności funkcjonowania w grupie, agresja jawna lub ukryta, napięcie, konflikty wewnętrzne, zaburzony obraz siebie, niska samoocena, objawy psychosomatyczne (ból głowy, brzucha), zaburzenia nastroju.</p>	<p>ul. A. Mickiewicza 31/2 15-214 Białystok</p>	<p>(85) 732 86 66</p>	<p>Przyjmowanie interesantów: pn. - pt.: 8.00-18.00 Terapie, zajęcia grupowe, warsztaty: pn. - pt.: 16.00-20.00</p>	<p>e-mail: sppp@um.bialystok.pl, www: www.sppp.bialystok.pl Warunkiem przyjęcia do placówki jest rozmowa z rodzicami i badanie diagnostyczne dziecka.</p>	<p>Pomoc terapeutyczna dla dzieci i młodzieży w wieku od 5 lat do końca szkoły średniej, mieszkające bądź uczące się na terenie miasta Białegostoku. Rodzicom młodszych dzieci proponuje się konsultacje i własną terapię oraz warsztaty.</p>
<p>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 Praca terapeutyczna: pn. - czw.: 8.00-19.00 pt.: 8:00-16:00</p>	<p>e-mail: cpdbialystok@centrum-klanza.pl 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 rejestracja online do ośrodka: etap.net.pl www: www.stowarzyszeniedroga.pl</p>	<p>Mieszkańcy Białegostoku</p>
<p>Fundacja Oswoić Świat</p>	<p>Prowadzenie ośrodka dziennego pobytu dla dzieci i</p>	<p>(siedziba fundacji) ul. Malachitowa 11</p>	<p>(85) 733 38 96</p>	<p>pn. - pt.: 7.30-16.30</p>	<p>e-mail: fundacja.oswoic.swiat@gmail.com</p>	<p>Mieszkańcy Białegostoku</p>

		młodzieży z problemami zdrowia psychicznego	15-157 Białystok (siedziba placówek) ul. Zaścianańska 84 15-548 Białystok			www: www.oswoicswiat.pl	
	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.: 7.45-19.45	e-mail: pk@monarbialystok.pl www: www.monarbialystok.pl	Mieszkańcy Białegostoku
	Stowarzyszenie Pomocy Rodzinie i Dzieciom „Szansa”	Konsultacje wychowawcze, porady prawne, terapia rodzinna, poradnictwo specjalistyczne	ul. Magnoliowa 4, 15-669 Białystok	(85) 663 01 41	Poradnia czynna pn. – pt.: 8.00–16.00 zapisy i informacje pod numerem: (85) 66 30 141 w godzinach 8.00-16.00	e-mail: 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	<ul style="list-style-type: none"> * udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej, * udzielanie pomocy w wyborze kierunku kształcenia i zawodu, * udzielanie rodzicom i nauczycielom pomocy psychologiczno-pedagogicznej związanej z wychowaniem i kształceniem dzieci i młodzieży, * wspomaganie przedszkoli, szkół i placówek w zakresie zadań dydaktycznych, 	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:	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.
--	--	--	---------------------------------------	----------------	--	---	--

		wychowawczych i opiekuńczych			(85) 744 53 50		
	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 2 w Białymstoku	<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>	ul. Mazowiecka 35 15-301 Białystok	(85) 742 34 34	pn. - czw.: 8.00-16.00 pt.: 8:00-15:00	<p>e-mail: sekretariat@ppp2.eu</p> <p>www: www.ppp2.bialystok.pl</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>
	Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna dla Dzieci i Młodzieży z Zaburzeniami Emocjonalnymi w Białymstoku	<p>Pomoc rodzinom, w których dzieci i rodzice doświadczają trudności związanych z takimi zaburzeniami jak: zespół nadpobudliwości psychoruchowej, lęk przed separacją w dzieciństwie, zaburzenia lękowe w postaci fobii, np. fobia szkolna, kłopoty związane z rywalizacją w rodzeństwie, tiki, moczenie mimowolne, jąkanie. Do Poradni przyjmowane są dzieci i młodzież z zaburzeniami emocjonalnymi, które przejawiają się pod postacią takich utrwalonych objawów jak: trudności funkcjonowania w grupie, agresja jawna lub ukryta, napięcie, konflikty wewnętrzne, zaburzony obraz siebie, niska samoocena, objawy psychosomatyczne (ból głowy, brzucha), zaburzenia nastroju.</p>	ul. A. Mickiewicza 31/2 15-214 Białystok	(85) 732 86 66	<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>
	Stowarzyszenie Pomocy Rodzinie i Dzieciom „Szansa”	Konsultacje wychowawcze, porady prawne, terapia rodzinna, poradnictwo	ul. Magnoliowa 4, 15-669 Białystok	(85) 663 01 41	Poradnia czynna pn. – pt.: 8.00–16.00	<p>e-mail: sprid.szansa@gmail.com</p>	Mieszkańcy miasta Białegostoku, osoby znajdujące się w

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

	„ELEOS” w Białymstoku	* grupa wsparcia dla osób bezdomnych, * dyżury kuratora sądowego * prowadzenie Specjalistycznych Placówek Wsparcia Dziennego		607 740 560	Informacje szczegółowe pod numerem: (85) 742 65 00	www: http://eleos.pl/	
	Fundacja „Spe Salvi”	* 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	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	* noclegownia, * wydawanie posiłków, * pomoc specjalistów: gabinet konsultacji pielęgniarstwa, doradca zawodowy, opieka duszpasterska	ul. Sienkiewicza 81/9 15-003 Białystok	(85) 765 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	* dyżur pracownika socjalnego, * porady psychologa, * spotkania motywujące do porzucenia szkodliwego stylu życia, * opieka duszpasterska	ul. Grunwaldzka 76 15-893 Białystok	(85) 674 87 17 500 191 198	całodobowo, 7 dni w tygodniu Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: (85) 674 87 17	e-mail: kudobrej@gmail.com www: http://kdn.bialystok.pl/index.php/dzialalnosc/ogrzewalnia/	Osoby ze środowisk zagrożonych wykluczeniem społecznym – bezdomni, ubodzy, długotrwale bezrobotni, uzależnieni
	Noclegownia Ośrodek Readaptacji dla Bezdomnych Stowarzyszenia Penitencjarnego „Patronat” w B-stoku	Pomoc pedagoga, pracownika socjalnego, terapeuty uzależnień, kuratora zawodowego oraz opiekuna bezdomnego	ul. Świętojańska 2A 15-082 Białystok	(85) 732 24 12 602 577 424	Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: (85) 732 24 12	e-mail: patronat13@wp.pl www: www.patronat.waw.pl	Osoby bezdomne opuszczające zakłady karne

ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

--	--	--	--	--	--	--	--

	Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Prowadzenie działań związanych z profilaktyką i rozwiązywaniem problemów alkoholowych oraz integracji społecznej osób uzależnionych od alkoholu, zwiększanie dostępności pomocy terapeutycznej i rehabilitacyjnej	ul. Bema 60/1 pok. 2 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 Alkoholu 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. – czw.: 7.30–20.00 pt.: 7:30-15:00 (w tych godzinach odbywają się sesje diagnostyczne prowadzone przez lekarza i specjalistów)	email: psychologika@wp.pl www: www.slapek.com	Osoby potrzebujące terapii uzależnień
	Centrum Zdrowia Psychicznego i Leczenia Uzależnień	* 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 * Centrum Leczenia Uzależnień: (85) 74 33 125	email: szpital@sppchoroszcz.med.pl www: www.sppchoroszcz.med.pl	Osoby potrzebujące terapii uzależnień
	NZOZ VIRTUS	* leczenie alkoholizmu, * wsparcie psychologa, psychiatry	ul. Antoniuk Fabryczny 10 lok. 1 15-741 Białystok	856 615 333 (w godzinach pracy) kom. 698 335 897 509 501 213 502 278 809 (całodobowo na wezwanie)	Godziny przyjęć: pn.- sob.: godz. 9.00–19.00 niedz.: godz. 12.00–18.00 Dyżur całodobowy: pod podanymi numerami telefonów komórkowych	email: tcichorek@op.pl www: https://virtus.bialystok.pl/	Osoby potrzebujące terapii uzależnień

	Młodzieżowy Ośrodek Konsultacji i Terapii	Pomoc psychologiczna i terapeutyczna w postaci: * konsultacji i psychoedukacji, * psychoterapii indywidualnej, * terapii rodzinnej i małżeńskiej	ul. Orla 6B 15-021 Białystok	(85) 746 06 23	pn. – pt.: 08.00– 0.00 W celu zgłoszenia i ustalenia terminu spotkania wymagany wcześniejszy kontakt telefoniczny w godzinach 8.00-16.00 pod numerem: (85) 746 06 23	e-mail: mokit@ddps.bialystok.pl www: http://www.ddps.rsi.com.pl/?mlodziejowy-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. Włokiennicza 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.: 10:00-13:00 Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: (85) 743 58 43	e-mail: klubkrokus@o2.pl www: http://www.klubkrokus.pl	Mieszkańcy Białegostoku
	Białostockie Stowarzyszenie Klub Abstynentów „Tęcza”	* dyżur terapeuty uzależnień, * grupa dla ofiar przemocy domowej	ul. Gen. J. Hallera 8 15-814 Białystok	(85) 662 08 21	dyżur terapeuty uzależnień: czw.: 16:00-20:00 Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: (85) 662 08 21 Dyżur terapeuty uzależnień - w każdy czwartek w godz. 16:00-18:00	e-mail: b.s.k.a.tecza@wp.pl www: http://www.stowarzyszenieteczka.org	Mieszkańcy Białegostoku
	Stowarzyszenie Abstynentów Klub Abstynentów „Arka”	dyżur terapeuty uzależnień	ul. A. Boboli 5 15-649 Białystok	(85) 661 92 62	Szczegółowe informacje udzielane w siedzibie organizacji bądź	e-mail: klub.arka@wp.pl	Mieszkańcy Białegostoku

					telefonicznie w pn. – pt.: 8:00-16:00		
	Stowarzyszenie Rodzin Abstynenckich „Przymierze”	dyżur terapeuty uzależnień	ul. Wieniawskiego 12 15-193 Białystok	694 409 778 662 366 048 530 215 885	Codziennie od godz.: 17.00–18.00 odbywają się dyżury osoby wyznaczonej przez stowarzyszenie, polegające na udzielaniu informacji na temat uzależnień, możliwości oraz form uzyskania pomocy. Dyżur specjalistów ds. uzależnień, specjalistów terapii uzależnień pt.: 17.00–19.00 W każdą ostatnią środę miesiąca w godz.: 17.00–18.00 warsztaty dla osób uzależnionych i nieuzależnionych.	e-mail: stowarzyszenieprzymierze@o2.pl www: www.stowarzyszenieprzymierze.blogspot.com	Mieszkańcy Białegostoku
	Stowarzyszenie Rodzin Trzeźwościowych „Azyl”	dyżur terapeuty uzależnień	ul. Mieszka I 8C lok.14 15-054 Białystok	(85) 732 11 69	pn. – sb.: 16:00-20:00 Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: (85) 732 11 69	e-mail: azyl.bialystok@gmail.com www: www.azyl.bialystok.pl	Mieszkańcy Białegostoku
	Stowarzyszenie Rodzin Abstynenckich „Tango”	dyżur terapeuty uzależnień	ul. Radzymińska 16 15-863 Białystok	795 000 765	pn. – pt.: 16.00–20.00 Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: 795 000 765	e-mail: tangoradz16@gmail.com www: www.stowarzyszenie-tango.pl	Mieszkańcy Białegostoku
	Stowarzyszenie „Tabor”	dyżur terapeuty uzależnień	ul. Składowa 7 15-399 Białystok	(85) 742 82 23 508 492 991	pn. – pt. 16:00-20:00 Informacje szczegółowe dostępne pod numerem: (85) 742 82 23	e-mail: kowrachl@gmail.com	Mieszkańcy Białegostoku
	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie	* punkty konsultacyjne, * pomoc pracowników socjalnych	Punkty konsultacyjne dla osób z problemami alkoholowymi w Zespołach Pracowników Socjalnych:		Punkty konsultacyjne: pn.: 8.00-17.00	e-mail: sekretariat@mopr.bialystok.pl	Osoby uzależnione od alkoholu oraz członkowie rodzin osób

	Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Ośrodek nie zajmuje się leczeniem i terapią osób uzależnionych	* Nr 1 – ul. Mieszka I 8C – tel. (85) 748 20 27, (85) 748 20 28 * Nr 2 – ul. Siewna 2 – tel. (85) 879 78 18, (85) 879 78 22 * Nr 3 – ul. Sienkiewicza 53 – tel. (85) 879 78 37, (85) 879 78 40 * Nr 4 – ul. Radzymińska 16 – tel. (85) 879 78 53, (85) 879 78 60 * Nr 5 – ul. Hallera 8 – tel. (85) 879 78 75, (85) 879 78 78 * Nr 6 – ul. Bema 2 – tel. (85) 879-78-84, (85) 879 78 87 * Nr 7 – ul. Storczykowa 5 – tel. (85) 879 79 02, (85) 879 79 05 * Nr 8 – ul. Swobodna 24 – tel. (85) 879 79 21, (85) 879 79 24 * Nr 9 – ul. Witosa 38 tel. (85) 879 78 07, (85) 879 78 11 *Nr 11 - ul. Biała 13/33 – tel. (85) 742 04 96, (85) 688 63 90 Ośrodek Interwencji Kryzysowej ul. Włókiennicza 7 (85) 879 79 46 – czynny całodobowo, siedem dni w tygodniu		wt. – pt.: 7.30-15.30	www: http://www.mopr.bialystok.pl/	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.: 9:30–14:30 pt.: 9:30 – 14:30	e-mail: pik.bialystok@caritas.pl www: www.caritas.pl	Osoby uzależnione od alkoholu oraz członkowie rodzin osób uzależnionych od alkoholu
	ELEOS Prawosławny Ośrodek Miłosierdzia Punkt pomocy osobom z problemem alkoholowym i ich rodzinom NEPSIS	punkt informacyjny o problemach alkoholowych	ul. Warszawska 47 15-067 Białystok	(85) 742 65 00 781 001 071	pn. i śr.: 15.15–18.15	e-mail: eleos@poczta.onet.pl www: www.eleos.pl	Osoby uzależnione od alkoholu oraz członkowie rodzin osób uzależnionych od alkoholu
	Punkt Informacyjny Anonimowych Alkoholików	punkt informacyjno-kontaktowy	ul. Pietkiewicza 8B lok. 9 15-689 Białystok	(85) 664 17 70	wt. 17.00–21.00 czw. 17:00–21:00 nd. 17:00–21:00	www: http://www.aa.org.pl/regiony/002/adresy.htm	Osoby uzależnione od alkoholu oraz członkowie rodzin osób uzależnionych od

alkoholu

PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ

	<p>Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Białymstoku:</p> <p>1) Ośrodek Interwencji Kryzysowej</p> <p>2) Zespoły Pracowników Socjalnych</p> <p>3) Zespół Interdyscyplinarny w Mieście Białystok</p>	<p>* porady psychologiczne, pedagogiczne, rodzinne i prawne,</p> <p>* terapie indywidualne, rodzinne, grupa wsparcia i socjoterapeutyczne oraz zajęcia korekcyjno – edukacyjne,</p> <p>* zapewnienie schronienia kobietom z dziećmi w sytuacji kryzysowej</p>	<p>Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie ul. Malmeda 8 15-440 Białystok (85) 678 31 21</p> <p>Zespoły Pracowników Socjalnych Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie:</p> <p>* Nr 1 – ul. Mieszka I 8C – tel. (85) 748 20 27, (85) 748 20 28</p> <p>* Nr 2 – ul. Siewna 2 – tel. (85) 879 78 18, (85) 879 78 22</p> <p>* Nr 3 – ul. Sienkiewicza 53 – tel. (85) 879 78 37, (85) 879 78 40</p> <p>* Nr 4 – ul. Radzymińska 16 – tel. (85) 879 78 53, (85) 879 78 60</p> <p>* Nr 5 – ul. Hallera 8 – tel. (85) 879 78 75, (85) 879 78 78</p> <p>* Nr 6 – ul. Bema 2 – tel. (85) 879 78 84, (85) 879 78 87</p> <p>* Nr 7 – ul. Storczykowa 5 – tel. (85) 879 79 02, (85) 879 79 05</p> <p>* Nr 8 – ul. Swobodna 24 – tel. (85) 879-79-21, (85) 879-79-24</p> <p>* Nr 9 – ul. Witosa 38 tel. (85) 879 78 07, (85) 879 78 11</p> <p>*Nr 11 - ul. Biała 13/33 – tel. (85) 742 04 96, (85) 688-63-90</p> <p>Ośrodek Interwencji Kryzysowej ul. Włókiennicza 7 (85) 879 79 46 – czynny całodobowo, siedem dni w tygodniu</p>		<p>pn.: 8.00–17.00</p> <p>wt. – pt.: 7.30–15.30</p>	<p>e-mail: sekretariat@mopr.bialystok.pl lub plzi@mopr.bialystok.pl</p> <p>www: www.mopr.bialystok.pl</p>	Osoby zagrożone i doświadczające przemocy domowej
	<p>Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Białymstoku</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 15-029 Białystok</p>	<p>(85) 732 17 72</p> <p>(85) 732 27 36</p> <p>(85) 732 27 46</p>	<p>pn. – pt.: 7.30–15.30</p>	<p>e-mail: pcpr.st.bialystok@wrotapodlasia.pl</p> <p>www: www.pcrb.st.bialystok.wrotapodlasia.pl</p>	Osoby dotknięte przemocą w rodzinie oraz osoby stosujące przemoc w rodzinie
	<p>Centrum Pomocy Dzieciom Stowarzyszenie</p>	<p>* interwencja kryzysowa,</p> <p>* konsultacje psychologa – opiekuna dziecka – ofiary</p>	<p>ul. Gen. Kleeberga 8 15-691 Białystok</p>	<p>(85) 652 54 94</p> <p>690 955 000</p>	<p>Recepcja: pn. - pt.: 11.00-19.00</p>	<p>e-mail: cpdbialystok@centrum-klanza.pl</p>	Osoby zagrożone i doświadczające przemocy domowej

	KLANZA w Białymstoku	przestępstwa, * konsultacje prawne rodziców/opiekunów		infolinia 801 000 180	Praca terapeutyczna: pn.-czw. 8.00-19.00 pt.: 8:00-16:00	www: http://centrum-klanza.pl/	
	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. Orła 6B 15-021 Białystok	(85) 746 06 23	pn. – pt.: 08.00–20.00 W celu zgłoszenia i ustalenia terminu spotkania wymagany wcześniejszy kontakt telefoniczny w godzinach 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	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. Warszawska 3 15-062 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_zaradzania_kryzysowego/	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
	Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego (powiat białostocki)	Monitorowanie bezpieczeństwa	ul. Borsucza 2 15-569 Białystok	(85) 740 39 67	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	e-mail: pczk@st.bialystok.wrotapodlasia.pl www: www.powiatbialostocki.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
	Wojewódzkie	Monitorowanie	ul. Mickiewicza 3	(85) 743 95 35	24 godziny na dobę przez	e-mail:	Świadek zagrożenia

	Centrum Zarządzania Kryzysowego	bezpieczeństwa	15-213 Białystok		7 dni w tygodniu	czk@bialystok.uw.gov.pl lub czkbialystok@wp.pl www: http://www.bialystok.uw.gov.pl/Informacje+wyzdzialow/Zarzadzanie+Kryzysowe/Informacje+WCZK.html	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 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.- 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-konsumentow.html	Konsumenty - mieszkańcy powiatu białostockiego
	Miejski Rzecznik Konsumentów w Białymstoku	Ochrona praw konsumenckich	ul. Lipowa 16 15-427 Białystok	(85) 869 69 29	pn.: 8.00–17.00 wt. – pt.: 7.30–15.30	e-mail: mrk@um.bialystok.pl www: https://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanow/miejskirzecznikokonsumentow/	Konsumenty – 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
	Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: * prawa pacjenta * leczenie w kraju i poza granicami * kolejki do świadczeń	Narodowy Fundusz Zdrowia ul. Rakowiecka 26/30 02-528 Warszawa	Telefoniczna Informacja Pacjenta 800 190 590 (czynna 24 godziny na dobę 7 dni w tyg.)	pn.- pt.: 08.00-16.00	e-mail: infolinia@nfz.gov.pl www: http://www.nfz.gov.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	SIEDZIBA ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa Telefon (22) 461 60 00 KORESPONDENCJA Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	801 801 015 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt.: 08.00-17.00	e-mail: sekretariat.bon@mrpips.gov.pl www: http://www.niepelnosprawni.gov.pl	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych

PRAWA DZIECKA

	Centrum Pomocy Dzieciom	Pomoc dzieciom i młodzieży, ich rodzicom i opiekunom	ul. Gen. Kleeberga 8 15-691 Białystok	(85) 652 54 94	Godziny pracy: Recepcja:	e-mail: cpdbialystok@centrum-klanza.pl	Z działań mogą skorzystać:
--	--------------------------------	--	--	----------------	-----------------------------	--	----------------------------

	Stowarzyszenie KLANZA	będącym w kryzysie i wymagającym wzmożonego wsparcia terapeutycznego		690 955 000 801 000 180	pn. - czw.: 8.00-19.00 pt.: 8:00-16:00 Praca terapeutyczna: pn.-pt.: 8.00-19.00 Zapisanie Pacjenta do poszczególnych specjalistów odbywa się tylko i wyłącznie w ramach indywidualnej wizyty osoby dorosłej (bez udziału dziecka) z konsultantem.	www: http://centrum-klanza.pl/	* dzieci i młodzież, ich rodzice i opiekunowie będący w kryzysie i wymagający wzmożonego wsparcia terapeutycznego; * profesjonalści, na co dzień realizujący zawodowo działania na rzecz ochrony dzieci Warunkiem rozpoczęcia pracy terapeutycznej lub konsultacyjnej jest wypełnienie i podpisanie przez osobę pełnoletnią stosownych oświadczeń. W przypadku małoletnich powyższe oświadczenia wypełnia i podpisuje opiekun prawny.
	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania	Ochrona praw dziecka	Biuro RPD Chocimska 6 00-791 Warszawa 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: rpd@brpd.gov.pl www: https://brpd.gov.pl	Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.
PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH							
	Zakładu Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Białymstoku	Informacje z zakresu ubezpieczeń społecznych	ul. Młynowa 29 15 – 404 Białystok	(22) 560 16 00 Koszt połączenia wg umowy klienta z operatorem telekomunikacyjnym	Godziny obsługi klienta: pn.- pt.: 7.00-18.00	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 Centrum Obsługi Telefonicznej lub podczas wizyty	(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

			osobistej w placówce. Nr centrali : (22) 667 10 00				
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.: 9.00-17.00 wt.-pt.: 9.00-15.00 zgłaszanie wypadków przy pracy (całodobowo) 606 916 117	e-mail: kancelaria@bialystok.pip.gov.pl www: https://bialystok.pip.gov.pl/pl/ skrzynka ePUAP: /PipOipBialystok/SkrytkaESP	Osoba poszukująca informacji na temat prawa pracy	
Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	Porady z zakresu prawa pracy	Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa tel. 22 391 82 15	*801 002 006 (dla tel. 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.: 9.00–16.00 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 (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	pn.: 8:00-18:00 wt. – pt.: 8:00-15:00	e-mail: 1us.bialystok@mf.gov.pl	Z porad mogą korzystać wszyscy podatnicy, a w szczególności	

				Kancelaria (85) 878 42 75	po dokonaniu rezerwacji wizyty w urzędzie skarbowym	www: http://www.podlaskie.kas.gov.pl/pierwszy-urzed-skarbowy-w-bialymstoku	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) (22) 330 03 30 (z tel. komórkowych) + 48 (22)33 00 330 (z tel. zagranicznych) Koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.- pt.: 08.00-18.00	e-mail: kancelaria.kis@mf.gov.pl www: www.kis.gov.pl więcej: https://poradnikprzedsiebiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa	Z porad może skorzystać każdy podatnik

DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

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

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

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

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

lub pod adresem: darmowapomoc@um.bialystok.pl

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

Link do samodzielnej rejestracji

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

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

Do odwołania udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej oraz świadczenie nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego w punktach prowadzonych przez Miasto Białystok odbywa się w trybie hybrydowym, tj. telefonicznie bądź z wykorzystaniem środków porozumiewania się na odległość, stosownie do art. 28a ustawy o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej.

Ponadto, zgodnie z art. 28a ustawy, w stanie zagrożenia epidemicznego, stanu epidemii albo wprowadzenia stanu nadzwyczajnego stosuje się odpowiednio przepisy mające zastosowanie do osób, o których mowa w art. 8 ust. 8 ustawy, a także, że nie stosuje się art. 4 ust. 2 ustawy.

Tym samym, **osoba uprawniona przed uzyskaniem nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego nie składa oświadczenia, że nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej.** Osoba korzystająca z nieodpłatnej pomocy prawnej oraz nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego w zakresie prowadzonej działalności gospodarczej również nie jest zobowiązana do złożenia dodatkowego oświadczenia o niezatrudnianiu innych osób w ciągu ostatniego roku.

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.bialys	https://www.bip.bialystok.pl/urzed_miejski/nieodplatnapomocprawna/ http://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanco w/pomocprawna/

						tok.pl	
	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 pod numerem (85) 869 66 99 lub pod adresem: darmowapomoc@um.bialystok.pl	https://www.bip.bialystok.pl/urzed_miejski/nieodplatnapomocprawna/ http://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanco_w/pomocprawna/
	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: darmowapomoc@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: darmowapomoc@um.bialystok.pl	https://www.bip.bialystok.pl/urzed_miejski/nieodplatnapomocprawna/ http://www.bialystok.pl/pl/dla_mieszkanco_w/pomocprawna/