

LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
RODZINNE							
1.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Poradnictwo rodzinne i psychologiczne	ul. Słonimska 15/1 15-028 Białystok	(85) 732 17 72 732 27 32 732 27 33 732 24 46	Poniedziałek – piątek: 7:30 – 15:30	www.pcprb.st.bialystok. wrotapodlasia.pl pcpr@st.bialystok.wrotapodlasia.pl	Mieszkańcy powiatu białostockiego
2.	Szkoła Podstawowa w Zespole Szkół w Michałowie	Poradnictwo rodzinne	ul. Sienkiewicza 21 16-050 Michałowo	(85) 718 95 15	Poniedziałek – piątek: 7:30– 15:30	www.spmich.edupage.org sekretariatszkola@michalowo.pl	Mieszkańcy z terenu gminy Michałowo
PSYCHOLOGICZNE							
3.	Powiatowa Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Białymstoku	udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej	ul. Słonimska 15/1 15-028 Białystok	(85) 741 62 35	Poniedziałek – piątek: 8:00 – 15:00	www.pppp.bialystok.pl kontakt@pppp.bialystok.pl	Dzieci i młodzież, ich rodzice i nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek z terenu powiatu białostockiego
4.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Łapach	udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej	ul. Boh. Westerplatte 8 18-100 Łapy	(85) 715 23 34	Poniedziałek – piątek: 8:00 – 16:00	www.ppp.lapy.pl kontakt@ppp.lapy.pl	Dzieci i młodzież, ich rodzice i nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek z terenu powiatu białostockiego
5.	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	800 702 222 bezpłatna infolinia	24 godz. przez 7 dni w tygodniu	www.liniiawsparcia.pl porady@liniiawsparcia.pl	Dla osób będących w kryzysie psychicznym
6.	Punkt Wsparcia Rodziny w Supraślu	Pomoc psychologiczna	ul. Piłsudskiego 3 16-030 Supraśl	604 597 380	Poniedziałek i środa: 15:30 – 18:30	https://www.suprasl.pl/index.php/administracja/miejski-osrodek-pomocy-spoolecznej/przemoc	Mieszkańcy z terenu gminy Supraśl
7.	Szkoła Podstawowa w Gródku	Pomoc psychologiczna	ul. A. i G. Chodkiewiczów 18 16-040 Gródek	(85) 718 02 33	Poniedziałek: 8:00 – 13:30 Wtorek: 8:00 – 13:30 Środa: 10:30 – 15:00 Czwartek: 8:00 – 13:30 Piątek: 10:30 – 12:30	www.spgrodek.edu.pl spgrodek@grodek.pl	Dzieci, młodzież i rodzice mający problemy opiekuńcze – wychowawcze z terenu gminy Gródek
PEDAGOGICZNE							
8.	Powiatowa Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Białymstoku	udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej	ul. Słonimska 15/1 15-028 Białystok	(85) 741 62 35	Poniedziałek – piątek: 8:00 – 15:00	www.pppp.bialystok.pl kontakt@pppp.bialystok.pl	Dzieci i młodzież, ich rodzice i nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek z terenu powiatu białostockiego
9.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Łapach	udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej	ul. Boh. Westerplatte 8 18-100 Łapy	(85) 715 23 34	Poniedziałek – piątek: 8:00 – 16:00	www.ppp.lapy.pl kontakt@ppp.lapy.pl	Dzieci i młodzież, ich rodzice i nauczyciele przedszkoli, szkół i placówek z terenu powiatu białostockiego

10.	Szkoła Podstawowa w Zespole Szkół w Michałowie	Poradnictwo pedagogiczne	ul. Sienkiewicza 21 16-050 Michałowo	(85) 718 95 15	Poniedziałek – piątek: 7:30 – 15:30	www.spmich.edupage.org sekretariatszkola@michalowo.pl	Mieszkańcy z terenu gminy Michałowo
11.	Szkoła Podstawowa w Gródku	Poradnictwo pedagogiczne	ul. A. i G. Chodkiewiczów 18 16-040 Gródek	(85) 718 02 33	Poniedziałek: 7:30 – 15:15 Wtorek: 7:30 – 9:00 Środa: 7:30 – 15:30 Czwartek, piątek: 7:30 – 11:30	www.spgrodek.edu.pl spgrodek@grodek.pl	Dzieci, młodzież i rodzice mający problemy opiekuńczo – wychowawcze z terenu gminy Gródek

POMOC SPOŁECZNA

12.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Poradnictwo socjalne	ul. Słonimska 15/1 15-028 Białystok	(85) 732 17 72 732 27 32 732 27 33 732 24 46	Poniedziałek, wtorek, czwartek, piątek: 7:30 – 15:30 Środa: 11:00 – 19:00	www.pcp rb.st.bialystok. wrotapodlasia.pl pcpr@st.bialystok.wrotapodlasia.pl	Mieszkańcy powiatu białostockiego
13.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w: Choroszczy	Poradnictwo: psychologiczne, z zakresu pomocy społecznej, rozwiązywania problemów alkoholowych, przemocy w rodzinie	ul. Dominikańska 2 16 – 070 Choroszcz	(85) 713 22 23	Poniedziałek: 7:30 – 18:00 Wtorek – piątek: 7:30 – 15:30	www.mgops.choroszcz.pl mgops@choroszcz.pl	Mieszkańcy z terenu gminy: Choroszcz
	Czarnej Białostockiej		ul. Torowa 14a 16-020 Czarna Białostocka	(85) 714 61 30	Poniedziałek - piątek: 7:30 – 15:30	www.m-gops.pl sekretariat@m-gops.pl	Czarna Białostocka
	Dobrzyniewie Dużym		ul. Białostocka 23 16-002 Dobrzyniewo Duże	(85) 663 32 56	Poniedziałek: 8:00 – 16:00 Wtorek – piątek: 7:30 – 15:30	www.dobrzyniewoduze.naszops.pl gops@dobrzyniewo.pl	Dobrzyniewo Duże
	Gródku		ul. Fabryczna 8 lok. 2 16-040 Gródek	(85) 718 01 27	Poniedziałek: 8:00 – 16:00 Wtorek – piątek: 7:30 – 15:30	www.gopsgrodek.naszops.pl gops@grodek.pl	Gródek
	Juchnowcu Kościelnym		Księżyno, ul. Alberta 2 16-001 Kleosin	(85) 663 11 17	Poniedziałek: 9:00 – 17:00 Wtorek – piątek: 7:30 – 15:30	www.gops.juchnowiec.gmina.pl gopsjuchnowiec@wp.pl	Juchnowiec Kościelny
	MOPS w Łapach		ul. Główna 50 18 – 100 Łapy	(85) 715 25 50 (85) 715 27 18	Poniedziałek – piątek: 7:30 – 15:30	www.cuslapy.pl kontakt@cuslapy.pl	Łapy
	Michałowie		ul. Białostocka 11 16-050 Michałowo	(85) 713 17 82 713 17 80 713 17 72	Poniedziałek – piątek: 7:15 – 15:15	www.mgops.michalowo.eu gopsmich@michalowo.eu	Michałowo
	Poświętnem		Poświętne 21 18-112 Poświętne	(85) 650 13 10 wewn. 4	Poniedziałek – piątek: 7:15 – 15:15	www.ug.poswietne. wrotapodlasia.pl gops.poswietne@gmail.com	Poświętne
	MOPS w Supraślu		ul. Piłsudskiego 17 16-030 Supraśl	(85) 713 27 68 713 27 67	Poniedziałek - czwartek: 7:30 – 15:30 Piątek: 8:00 – 16:00	http://www.suprasl.pl/index.php/ administracja/miejski-osrodek- pomocy-spoecznej/swiadczenia-z- pomocy-spoecznej mgops@merinosoft.com.pl	Supraśl
	Surażu		ul. 11 Listopada 16 18-105 Suraż	(85) 650 31 94	Poniedziałek – piątek: 7:30 – 15:30	www.suraz.pl/asp/pomoc- spoleczna,47,,1 mgops@suraz.pl	Suraż
Turośni Kościelnej	ul. Białostocka 5 18-106 Turość Kościelna	(85) 715 80 18	Poniedziałek: 8:30 – 16:30 Wtorek – piątek:	www.gops.turosn.pl gops@turosn.pl	Turość Kościelna		

					7:30 – 15:30		
	Tykocinie		ul. Złota 2 16-080 Tykocin	(85) 686 93 60	Poniedziałek – piątek: 7:30 – 15:30	www.mgops-tykocin.pl mgops@mgops-tykocin.pl	Tykocin
	MOPS w Wasilkowie		ul. Suprańska 21 16-010 Wasilków	(85) 718 52 57	Poniedziałek, środa, czwartek, piątek: 7:30 – 15:30 Wtorek: 9:00 – 17:00	www.mops.wasilkow.pl sekretariat@mops.wasilkow.pl	Wasilków
	MOPS w Zabłudowie		ul. Adama Mickiewicza 5 16-060 Zabłudów	(85) 663 06 44 (85) 674 36 40 do 43 Tel/fax : (85) 663 06 44 wewn. 27	Poniedziałek – piątek: 7:00 – 15:00	www.bip-mops- umzabludow.wrotapodlasia.pl/ pomocspoleczna/pomoc- spoleczna.html biuro@mops-zabludow.pl	Zabłudów
	Zawadach		Plac Wolności 12 16-075 Zawady	(85) 714 01 16	Poniedziałek - piątek: 7:30 – 15:30	http://gminazawady.pl/urząd/ osrodek-pomocy-spolecznej gops@gminazawady.pl	Zawady

ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

14.	Punkt Konsultacyjny ds. uzależnień w: Choroszcz	Poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów uzależnień	ul. Sienkiewicza 42 16-070 Choroszcz	(85) 713 22 23	Poniedziałek: 14:00 – 18:00 Wtorek: 14:30 – 18:30	-	Osoby, rodziny mające problemy dot. uzależnień z terenu gminy: Choroszcz
	Czarnej Białostockiej		ul. Torowa 9 16-020 Czarna Białostocka	(85) 714 61 30	Czwartek: 11:00 – 19:00	http://m-gops.pl/przemoc-w-rodzine/	Czarna Białostocka
	Juchnowcu Kościelnym		ul. Alberta 2 16-001 Księżyno	(85) 663 11 17 697 011 189	wtorek: 15:00 – 18:00 środa: 15:00 – 18:00 porady prawne czwartek: 15:30 – 17:30 po wcześniejszym umówieniu się	www.gops.juchnowiec.gmina.pl	Juchnowiec Kościelny
	Michałowie		ul. Białostocka 30a 16-050 Michałowo	(85) 713 17 73	Środa: 17:00 – 20:00 Piątek: 18:00 – 20:00	http://bip.ug.michalowo.wrotapodlasia.pl/46ce69ac437d720/	Michałowo
	Supraślu		ul. Piłsudskiego 3 16-030 Supraśl	572 183 266	Wtorek: 15:00 – 18:00 Czwartek: 16:00 – 20:00 Piątek: 13:00 – 16:00 Ostatnia niedziela miesiąca: 16:00 – 20:00	http://www.suprasl.pl/index.php/administracja/miejski-osrodek-pomocy-spolecznej/przemoc	Supraśl
	Turośni Kościelnej		ul. Białostocka 5 18-106 Turośń Kościelna	(85) 715 80 18	Poniedziałek - piątek: 7:30 – 15:30	www.gops.turosn.pl gops@turosn.pl	Turośń Kościelna
	Tykocinie		ul. 11 Listopada 8 16-080 Tykocin	(85) 686 93 14	Poniedziałek – piątek: 7:30 – 15:30	www.umtykocin.pl sekretariat@umtykocin.pl	Tykocin
	Wasilkowie		Szkoła Podstawowa im. Króla Zygmunta Augusta w Wasilkowie ul. Polna 1/4 A 16-010 Wasilków Miejska Biblioteka Publiczna ul. Białostocka 19	795 727 910	Pierwszy i ostatni czwartek miesiąca w godz. 16:00 – 19:00 Umawianie telefoniczne: 795 727 910 W każdy czwartek w godz. 15:00 – 17:00	https://wasilkow.pl/pl/newsy/zaproszenia/bezplatne-porady-psychologiczne-dla-mieszkancow-gminy-wasilkow.html	Wasilków

					Umawianie telefoniczne: 795 727 910		
15.	Punkt Konsultacyjny przy Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Gródku	Poradnictwo w sprawie rozwiązywania problemów uzależnień, motywowanie do podjęcia leczenia	ul. Fabryczna 8 lok. 2 16-040 Gródek	(85) 718 01 27	Środa: 9:00 – 13:00 Wizyty ustalone telefonicznie	www.grodek.pl/profilaktyka www.gopsgrodek.naszops.pl gops@grodek.pl	Mieszkańcy gminy Gródek
16.	Katolicki Ośrodek Wychowania i Terapii Uzależnień METANOIA	Pomoc młodzieży uzależnionej lub zagrożonej uzależnieniem od środków psychoaktywnych	skr. poczt. nr 45 16-020 Czarna Białostocka (Chmielnik 15, teren dawnej Agromy)	(85) 710 32 41	Ustalane telefonicznie	www.metanoia24.pl poczta@metanoia24.pl	Osoby uzależnione w przedziale wiekowym 13-19 lat
17.	Punkt konsultacyjny dla rodzin dotkniętych problemami uzależnień i przemocy w Wasilkowie	Pomoc w sprawie wsparcia otoczenia, motywujących do zmian rozmów oraz pomocy terapeutycznej	Szkoła Podstawowa im. Króla Zygmunta Augusta w Wasilkowie ul. Polna 1/4 A 16-010 Wasilków	795 727 910	Pierwszy i ostatni czwartek miesiąca w godz. 16:00 – 19:00 Umawianie telefoniczne: 795 727 910	https://wasilkow.pl/pl/newsy/zaproszenia/bezplatne-porady-psychologiczne-dla-mieszkancow-gminy-wasilkow.html	Wasilków - Pomoc kierowana jest do osób dotkniętych współuzależnieniem i przemocą w rodzinie: rodziców, dzieci, młodzieży, dziadków i innych członków rodziny.

PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ

18.	Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Białymstoku funkcjonujący w ramach Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Białymstoku	-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	Poradnictwo psychologiczne Środa: 15:00 – 19:00 Poradnictwo socjalne Poniedziałek, wtorek, czwartek, piątek: 7:30 – 15:30 Środa: 11:00 – 19:00	www.pcprb.st.bialystok.wrotapodlasia.pl pcpr.bialystok@interia.pl	Mieszkańcy terenu powiatu białostockiego dotknięte przemocą w rodzinie oraz osoby stosujące przemoc w rodzinie
19.	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”	- wsparcie, - pomoc psychologiczna, - informacja o najbliższym miejscu pomocy, - w problemach przemocy domowej, - pomoc prawna	Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom Sekretariat siedziba główna: ul. Dereniowa 52/54 02-776 Warszawa Sekretariat II siedziba: Aleje Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa	800 120 002 Bezpłatna infolinia czynna całą dobę	Poniedziałek – piątek: 8:00 – 16:00 Dyżury prawników (22) 666 28 50 Poniedziałek i wtorek: 17:00 – 21:00	www.niebieskalinia.info biuro@niebieskalinia.info	Dla osób doświadczających przemocy domowej oraz dla świadków przemocy

INTERWENCJA KRYZYSOWA

20.	Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego	Monitorowanie bezpieczeństwa	ul. Borsuczka 2 15-569 Białystok	(85) 740 39 67 (85) 740 39 51 533 330 846 533 330 845	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	www.powiatbialostocki.pl pczk@st.bialystok.wrotapodlasia.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
21.	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	www.gov.pl/web/uw-podlaski/informacje-wojewodzkiego-centrum-zarządzania-kryzysowego---wczk czk@bialystok.uw.gov.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego

22.	Centralne Zarządzenie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Al. Ujazdowskie 5 00-583 Warszawa	Całodobowy dyżur: (22) 361 69 00 785 700 177 e-mail: dyzurny@rcb.gov.pl	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/ poczta@rcb.gov.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego
-----	---------------------------------	------------------------------	--	--	---	---	---

DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

23.	Powiatowy Urząd Pracy	Poradnictwo z zakresu promocji zatrudnienia, łagodzenia skutków bezrobocia i aktywizacji zawodowej	ul. Pogodna 63/1 15-365 Białystok Filia w Łapach ul. Bohaterów Westerplatte 8 18-100 Łapy	(85) 747 38 00 (85) 715 79 11 715 79 10	Poniedziałek, środa – piątek: 7:30 – 15:30 Wtorek: 8:00 – 16:30	www.bialystok.praca.gov.pl www.pup.bialystok.sisco.info bibi@praca.gov.pl bibila@praca.gov.pl	Mieszkańcy z terenu gmin: Choroszcz, Czarna Białostocka, Dobrzyniewo Duże, Gródek, Juchnowiec Kościelny, Michałowo, Supraśl, Tykocin, Wasilków, Zabłudów, Zawady Mieszkańcy z terenu gmin: Łapy, Suraz, Turośń Kościelna, Poświętne
24.	Wojewódzki Urząd Pracy	Poradnictwo z zakresu promocji zatrudnienia, łagodzenia skutków bezrobocia i aktywizacji zawodowej	ul. Pogodna 22 15-354 Białystok	(85) 749 72 00	Poniedziałek: 7:30 – 16:00 Wtorek – piątek: 7:30 – 15:30	www.wupbialystok.praca.gov.pl sekretariat@wup.wrotapodlasia.pl	Poszukujący pracy i zarejestrowani mieszkańcy województwa podlaskiego; Pracodawcy
25.	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 osoby dzwoniącej	Poniedziałek – piątek: 8:00 – 18:00	www.zielonalinia.gov.pl biuro@zielonalinia.gov.pl	Mogą korzystać: - zarejestrowani - poszukujący pracy - pracodawcy - cudzoziemcy

DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

26.	Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem	Wsparcie informacyjne, psychologiczne, prawne i finansowe	ul. Piłsudskiego 17 16-030 Supraśl	697 697 205 Dyżur całodobowy 7 dni w tygodniu 667 684 321	Poniedziałek: 9:00 – 13:00	www.pokrzywdzeni.gov.pl funduszsprawiedliwosci@ms.gov.pl pomagamy@ta.gov.pl	Osoby pokrzywdzone przestępstwem i ich osoby bliskie
-----	--	---	---------------------------------------	--	-------------------------------	--	--

PRAWO KONSUMENCKIE

27.	Powiatowy Rzecznik Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	pokój 114 ul. Borsucza 2 15-569 Białystok	(85) 740 39 95	Poniedziałek: 7:30 – 13:30 Wtorek: 7:00 – 13:30 Środa: 7:00 – 12:00 Czwartek: 12:15 – 15:15	https://samorząd.gov.pl/web/powiat-bialostocki/powiatowy-rzecznik-konsumentow-w-bialymstoku prk@st.bialystok.wrotapodlasia.pl	Mieszkańcy z terenu Powiatu Białostockiego
28.	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich	UOKiK Pl. Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	Infolinia konsumencka (prowadzona przez Federację Konsumentów) 801 440 220 222 66 76 76 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	Poniedziałek – piątek: 8:00 – 18:00	www.uokik.gov.pl porady@dlakonsumentow.pl	Prawo konsumenckie

PRAWA PACJENTA

29.	Podlaski Oddział Wojewódzki Narodowego Funduszu Zdrowia w Białymstoku	Uprawnienia świadczeniobiorców: - ubezpieczenie zdrowotne - prawo do świadczeń	ul. Pałacowa 3 15-042 Białystok	Telefoniczna Informacja Pacjenta 800 190 590 dyżur całodobowy, 7 dni w tygodniu	Poniedziałek: 8:00 – 18:00 Wtorek – Piątek: 8:00 – 16:00	www.nfz-bialystok.pl tip@nfz.gov.pl kancelaria@nfz-bialystok.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem
-----	---	--	------------------------------------	---	---	--	---

		- realizacja świadczeń - leczenie w kraju i poza granicami - kolejki oczekujących - terminy leczenia		z zagranicy: +48 22 125 66 00 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora			zdrowotnym, prawem do świadczeń, realizacją świadczeń
30.	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Łapach	Poradnictwo z zakresu praw pacjenta	ul. J. Korczaka 23 18-100 Łapy	(85) 814 24 38	Wtorek: 10:00 – 13:00	www.szpitalapy.pl sekretariat@szpitalapy.pl	Mieszkańcy z terenu Powiatu Białostockiego niebędący pacjentami SP ZOZ w Łapach
31.	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	Infolinia Poniedziałek – piątek: 8:00 – 18:00 Porada osobista Poniedziałek: 9:00 – 18:00 Wtorek-piątek: 9:00 – 15:00	https://www.gov.pl/web/rpp/ kancelaria@rpp.gov.pl	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
32.	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	Infolinia Centralna 800 190 590 (*) 22 125 66 00 (**) (*) połączenia bezpłatne (**) koszt zgodnie z taryfą operatora	Poniedziałek – piątek: 8:00 – 16:00	www.nfz.gov.pl kancelariaelektroniczna@nfz.gov.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
33.	Biuro Pełnomocnika Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	SIEDZIBA ul. Żurawia 4A 00- 503 Warszawa Telefon 538 117 590 KORRESPONDENCJA Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	801 801 015 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora	Poniedziałek – piątek: 8:15 – 16:15	www.niepelnosprawni.gov.pl sekretariat.bon@mrips.gov.pl	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych

PRAWA DZIECKA

34.	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania	Ochrona praw dziecka	Biuro RPD ul. Chocimska 6 00-791 Warszawa tel.: (22) 583 66 00 fax.: (22) 583 66 96	800 121 212 Bezpłatna infolinia Dyżur całodobowy, 7 dni w tygodniu	Poniedziałek – piątek: 8:15 – 16:15	www.brpd.gov.pl rpd@brpd.gov.pl	Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych. Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem.
-----	--	----------------------	---	--	--	------------------------------------	--

PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

35.	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: Poniedziałek: 8:00 – 17:00 Wtorek – piątek: 8:00 – 15:00	www.zus.pl/o-zus/kontakt/oddzialy-inspektoraty-biura-terenowe/-/details/429	Mieszkańcy oraz podmioty z terenu powiatu białostockiego
36.	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 jak wyżej. Nr centrali: (22) 667 10 00	(22) 560 16 00 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.	Poniedziałek- piątek: 7:00 – 18:00	www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze

PRAWO PRACY

37.	Okręgowy Inspektorat Pracy w Białymstoku	Porady z zakresu prawa pracy	ul. Fabryczna 2 15-483 Białystok	Porady prawne: * z telefonów kom. 459 595 408 * z telefonów stacj. 801 002 408 Zgłaszanie wypadków przy pracy (całodobowo) 606 916 117	telefonicznie: Poniedziałek - piątek: 9:00 – 15:00 osobiście: Poniedziałek: 9:00 – 17:00 Wtorek – piątek: 9:00 – 15:00	www.bialystok.pip.gov.pl/pl kancelaria@bialystok.pip.gov.pl	Osoby poszukujące informacji na temat prawa pracy
38.	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 fax. 22 391 82 14	801 002 006 (dla tel. stacj.) 459 599 000 (dla tel. kom.) 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	Poniedziałek – piątek: 9:00 – 15:00	www.pip.gov.pl kancelaria@gip.pip.gov.pl	Osoby poszukujące informacji na temat prawa pracy
PRAWO PODATKOWE							
39.	Drugi 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	Poniedziałek: 8:00 – 18:00 Wtorek – piątek: 8:00 – 15:00	www.podlaskie.kas.gov.pl/drugi-urząd-skarbowy-w-bialymstoku 2us.bialystok@mf.gov.pl	Mieszkańcy oraz podmioty z terenu powiatu białostockiego i Miasta Białystok
40.	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. stacj.) (22) 330 03 30 (z tel. kom.) +48 (22) 330 03 30 (z tel. zagr.) Koszt zgodnie z taryfą operatora	Poniedziałek – piątek: 8:00 – 18:00	www.podatki.gov.pl www.kis.gov.pl	Z porad może skorzystać każdy podatnik
DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO							
41.	Rzecznik Finansowy (Ubezpieczonych)	Prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego ul. Nowogrodzka 47A 00-695 Warszawa	<u>Ubezpieczenia gospodarcze</u> (22) 333 73 28 <u>Ubezpieczenia Społeczne, OFE ZUS</u> (22) 333 73 32 <u>Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego</u> (22) 333 73 25	Poniedziałek: 9:00 – 17:00 Wtorek – piątek: 9:00 – 14:00 Poniedziałek: 14:00 – 17:00 Środa i piątek: 12:00 – 14:00 Poniedziałek – piątek: 8:00 – 16:00	Porady e-mail: porady@rf.gov.pl (czas oczekiwania na odpowiedź e-mailową ok. 2 tyg.) https://rf.gov.pl/kontakt biuro@rf.gov.pl	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń
INNE							
42.	WWW.OBYWATEL.GOV.PL				Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji		
43.	Rzecznik Praw Obywatelskich	Ochrona praw obywatelskich	Biuro RPO Al. Solidarności 77 00-090 Warszawa	800 676 676 Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych	Poniedziałek: 10:00 – 18:00 Wtorek – piątek: 8:00 – 16:00	www.bip.brpo.gov.pl/pl biurorzecznika@brpo.gov.pl	Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE

ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu: **533 330 857**

e-mailowo: m.szerenos@st.bialystok.wrotapodlasia.pl, m.wiszniewska@st.bialystok.wrotapodlasia.pl

lub przez stronę internetową: <https://np.ms.gov.pl/podlaskie/bialostocki>

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA							
	PROWADZĄCY	ADRESY DYŻURÓW	DNI i GODZINY	specjalizacja	lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich	DANE KONTAKTOWE	WWW
44.	Adwokaci: poniedziałek, wtorek, środa Radcowie Prawni: czwartek, piątek	Centrum Kształcenia Praktycznego w Łapach ul. Gen. Wł. Sikorskiego 15 18-100 Łapy	Poniedziałek: 11 ⁰⁰ - 15 ⁰⁰ Wtorek – piątek: 9 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	-	tak	Starostwo Powiatowe w Białymstoku ul. Borsucza 2 15-569 Białystok Zapisy telefoniczne od poniedziałku do piątku pod nr tel. 533 330 857 w godzinach pracy Urzędu poniedziałek: 8.00 – 16.00 wtorek – piątek: 7.30 – 15.30	https://samorzad.gov.pl/web/powiat-bialostocki/nieodplatna-pomoc-prawna
45.	Adwokaci: poniedziałek Radcowie Prawni: czwartek	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Wasilkowie ul. Supraślska 21 16-010 Wasilków	Poniedziałek: 8 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ Czwartek: 8 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	-	tak	lub e-mailowo: m.szerenos@st.bialystok.wrotapodlasia.pl ; m.wiszniewska@st.bialystok.wrotapodlasia.pl	
46.	Adwokaci: wtorek	Urząd Miejski w Tykocinie ul. 11 Listopada 8 16-080 Tykocin	Wtorek: 9 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	-	tak	lub przez stronę internetową: https://np.ms.gov.pl/podlaskie/bialostocki	
47.	Adwokaci: środa Radcowie Prawni: piątek	Urząd Miejski w Czarnej Białostockiej ul. Torowa 14a 16-020 Czarna Białostocka	Środa: 9 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰ Piątek: 9 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	-	tak		
48.	Adwokaci: poniedziałek, wtorek, środa Radcowie Prawni: czwartek, piątek	Białystok ul. Stonimska 15/1, pok. 42 15-028 Białystok	Poniedziałek - środa: 8 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ Czwartek – piątek: 12 ³⁰ – 16 ³⁰	Mediacja – dyżur specjalistyczny w każdy poniedziałek i czwartek	tak		
49.	Caritas Archidiecezji Białostockiej	Zabłudów ul. Mickiewicza 5 16-060 Zabłudów	Piątek: 8 ⁰⁰ – 12 ⁰⁰	Mediacja po wcześniejszym zgłoszeniu takiej potrzeby i w ustalonym terminie	tak		
		Michałow ul. Leśna 1 16-050 Michałow	Środa: 8 ⁰⁰ – 12 ⁰⁰				
		Supraśl ul. Piłsudskiego 17 16-030 Supraśl	Wtorek: 11 ⁰⁰ - 15 ⁰⁰ Czwartek: 10 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰				
		Dobrzyniewo Duże ul. Białostocka 25 16-002 Dobrzyniewo Duże	Poniedziałek : 9 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰				

NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE							
50.	Caritas Archidiecezji Białostockiej	Choroszcz ul. Sienkiewicza 42 16-070 Choroszcz	Poniedziałek - środa: 8 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ Czwartek - piątek: 12 ³⁰ - 16 ³⁰	Mediacja po wcześniejszym zgłoszeniu takiej potrzeby i w ustalonym terminie	tak	jw.	jw.
51.	Caritas Archidiecezji Białostockiej	Białystok ul. Słonimska 15/1, pok. 42 15-028 Białystok	Poniedziałek - Środa: 12 ³⁰ -16 ³⁰ Czwartek - Piątek: 8 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Mediacja po wcześniejszym zgłoszeniu takiej potrzeby i w ustalonym terminie	tak		

Udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadczenie nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego odbywa się według kolejności zgłoszeń, po umówieniu terminu wizyty. Z ważnych powodów dopuszcza się ustalenie innej kolejności udzielania nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadczenia nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego. Kobiecie, która jest w ciąży udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadczenie nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego odbywa się poza kolejnością.

Osobom ze znaczną niepełnosprawnością ruchową, które nie mogą stawić się w punkcie osobiście, oraz osobom doświadczającym trudności w komunikowaniu się, o których mowa w ustawie z dnia 19 sierpnia 2011 r. o języku migowym i innych środkach komunikowania się (Dz.U. z 2023 r. poz. 20 tj.) udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadczenie nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego, z wyłączeniem nieodpłatnej mediacji, może odbywać się także poza punktem, w miejscu zamieszkania tych osób lub w miejscu wyposażonym w urządzenie ułatwiające porozumiewanie się z osobami doświadczającymi trudności w komunikowaniu się lub w miejscu, w którym zapewnia się możliwość skorzystania z pomocy tłumacza języka migowego albo za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość po umówieniu terminu wizyty.

Osoby ze znaczną niepełnosprawnością ruchową, które nie mogą stawić się w punkcie osobiście oraz osoby doświadczające trudności w komunikowaniu się, które po umówieniu terminu wizyty zgłoszą uzasadnioną potrzebę komunikacji za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość, przed uzyskaniem nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego: składają staroście, w formie papierowej lub elektronicznej, oświadczenie, że nie są w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej, o którym mowa w art. 4 ust. 2 ustawy o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej (Dz.U. z 2021 r., poz. 945 j.t.) wraz ze wskazaniem okoliczności to uzasadniających oraz dostępnych tej osobie środków porozumiewania się na odległość. Osoba udzielająca nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadcząca nieodpłatne poradnictwo obywatelskie, po otrzymaniu od starosty drogą elektroniczną oświadczenia i danych kontaktowych osoby uprawnionej, porozumiewa się z nią w umówionym terminie.