

**LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA**

**CZĘŚĆ I: lista wg art. 8a ust 1 pkt 1:**

NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU	
<b>RODZINNE</b>							
1	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Hajnówce	Poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne, z zakresu pomocy społecznej, w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień, w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie, dla osób pokrzywdzonych przestępstwem	ul. Marsz. J. Piłsudskiego 10a, 17-200 Hajnówka	tel. 856825983; 856823642, (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	pn. -pt. w godz. 7 <sup>30</sup> do 15 <sup>30</sup>	<a href="http://bip.pccprh.wrotapodlasia.pl">bip.pccprh.wrotapodlasia.pl</a> <a href="mailto:pcpr@powiat.hajnowka.pl">pcpr@powiat.hajnowka.pl</a>	dzieci, kobiety, mężczyźni (niezależnie od kryterium dochodowego, osoby i rodziny potrzebujące wsparcia)
<b>PSYCHOLOGICZNE</b>							
2	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Hajnówce	Poradnictwo rodzinne, psychologiczne, pedagogiczne, logopedyczne, doradztwo zawodowe, w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie interwencja kryzysowa, profilaktyka uzależnień, prawa dziecka, zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży, wspomaganie szkół, przedszkoli i placówek oświatowych.	ul. Marsz. J. Piłsudskiego 10A 17-200 Hajnówka,	tel. 85 682 23 05 (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	pn. - pt. w godz. 7 <sup>30</sup> - 15 <sup>30</sup> Indywidualne porady pracowników pedagogicznych 8 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup>	<a href="http://www.poradniahajnowka.hekko.pl">www.poradniahajnowka.hekko.pl</a> <a href="mailto:poradnia@poradniahajnowka.hekko.pl">poradnia@poradniahajnowka.hekko.pl</a>	Dzieci od momentu urodzenia i młodzież ucząca się oraz rodzice, nauczyciele, wychowawcy, specjaliści szkół, przedszkoli, placówek oświatowych.
3	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	<a href="http://www.linia wsparcia.pl">www.linia wsparcia.pl</a> <a href="mailto:porady@linia wsparcia.pl">porady@linia wsparcia.pl</a>	Dla osób będących w kryzysie psychicznym
<b>PEDAGOGICZNE</b>							
4	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Hajnówce	Poradnictwo rodzinne, psychologiczne, pedagogiczne, logopedyczne, doradztwo zawodowe, w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie interwencja kryzysowa, profilaktyka uzależnień, prawa dziecka, zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży, wspomaganie szkół, przedszkoli i placówek oświatowych.	ul. Marsz. J. Piłsudskiego 10A 17-200 Hajnówka,	tel. 85 682 23 05 (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	pn. - pt. w godz. 7 <sup>30</sup> - 15 <sup>30</sup> Indywidualne porady pracowników pedagogicznych 8 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup>	<a href="http://www.poradniahajnowka.hekko.pl">www.poradniahajnowka.hekko.pl</a> <a href="mailto:poradnia@poradniahajnowka.hekko.pl">poradnia@poradniahajnowka.hekko.pl</a>	Dzieci od momentu urodzenia i młodzież ucząca się oraz rodzice, nauczyciele, wychowawcy, specjaliści szkół, przedszkoli, placówek oświatowych.
<b>POMOC SPOŁECZNA</b>							
5	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Hajnówce	Poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne, z zakresu pomocy społecznej, w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień, w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie, dla osób pokrzywdzonych przestępstwem	ul. Marsz. J. Piłsudskiego 10a, 17-200 Hajnówka	tel. 856825983; 856823642, (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	pn. - pt. w godz. 7 <sup>30</sup> do 15 <sup>30</sup>	<a href="http://bip.pccprh.wrotapodlasia.pl">bip.pccprh.wrotapodlasia.pl</a> <a href="mailto:pcpr@powiat.hajnowka.pl">pcpr@powiat.hajnowka.pl</a>	dzieci, kobiety, mężczyźni (niezależnie od kryterium dochodowego, osoby i rodziny potrzebujące wsparcia)
6	Gminny Ośrodek	Poradnictwo z zakresu pomocy	ul. A. Zina 1	Tel. 856823195	pn. - pt.	<a href="http://www.gops.ug.hajn">www.gops.ug.hajn</a>	Osoby korzystające ze

	Pomocy Społecznej w Hajnówce	społecznej, w sprawach przeciwdziałania przemocy w rodzinie, w sprawach rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień, poradnictwo socjalne	17-200 Hajnówka	(koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	w godz. 7 <sup>30</sup> – 15 <sup>30</sup>	owka.wrotapodlasi a.pl	świadceń pomocy społecznej, mieszkańcy gminy
7	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Narewce	Poradnictwo rodzinne, w zakresie pomocy społecznej, w sprawie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień, w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie, w ramach interwencji kryzysowej, dla bezrobotnych, dla osób pokrzywdzonych przestępstwem, z zakresu praw konsumentów, praw dziecka,	ul. Białowieska 1 17-220 Narewka	tel. 85 682 98 80 (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	każdy czwartek w godz. 10 <sup>00</sup> – 11 <sup>00</sup>	www.narewka.pl	mieszkańcy Gminy Narewka
<b>ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ</b>							
8	Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Hajnówce	Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych realizuje zadania zawarte w ustawie o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi, inicjuje działania związane z profilaktyką i rozwiązywaniem problemów alkoholowych oraz integracją społeczną osób uzależnionych od alkoholu. Podejmuje także czynności zmierzające do orzeczenia o zastosowaniu wobec osoby uzależnionej od alkoholu, obowiązku poddania się leczeniu w zakładzie leczenia odwykowego	Hajnówka, ul. A. Zina 1 pok. 14	tel. 85 682 64 40 (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	pn. – pt. 7.30-15.30		Mieszkańcy miasta Hajnówka
<b>PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ</b>							
9	Punkt Konsultacyjny dla osób doświadczających przemocy domowej, poradnictwo, wsparcie, współpraca z innymi instytucjami.	Pomoc osobom i rodzinom, w której występuje przemoc	Hajnówka, ul. A. Zina 1 pok. 14 <b>HAJNOWSKIE STOWARZYSZENIE ABSTYNETÓW I RODZIN KLUB ABSTYNENTA „DĄB”</b> ul. Ks. Wierobieja 18 (2 piętro) 17-200 Hajnówka	tel. 85 682 64 40 (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)			Mieszkańcy miasta Hajnówka
10	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	pn. – sob. godz. 08.00–22.00 ndz. i święta godz. 08.00–16.00	www.niebieskalinia.info  biuro@niebieskalinia	Dla osób doświadczających przemocy domowej
<b>INTERWENCJA KRYZYSOWA</b>							

11	Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego w Hajnówce	Monitorowanie bezpieczeństwa	Powiatowe Centrum Zarządzania Kryzysowego w Hajnówce ul. 11 Listopada 4 17-200 Hajnówka	tel. 85 682 95 91	24 godzina na dobę przez 7 dni w tygodniu	kppspha@straz.bialystok.pl	Świadek zagrożenia kryzysowego
12	Centralne Zarządzenie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Rakowiecka 2A 00-993 Warszawa	Całodobowy dyżur: (22) 361 69 00 (22) 785 700 177 e-mail: dyzurny@rcb.gov.p	24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu	<a href="http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/poczta@rcb.gov.pl">http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/poczta@rcb.gov.pl</a>	Świadek zagrożenia kryzysowego Osoba poszukująca informacji na temat zarządzania kryzysowego

#### DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

13	Powiatowy Urząd Pracy w Hajnówce	Poradnictwo zawodowe i informacja zawodowa ustawy z dnia 20 kwietnia 2004 r. o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy (Dz. U. z 2018 r. poz. 1265 i 1149)	ul. Piłsudskiego 10A 17-200 Hajnówka	tel. 85 682 96 10 (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora) fax. 85 682 96 11	pn. – pt. w godz. od 8 <sup>00</sup> do 14 <sup>00</sup>	e-mail: biha@praca.gov.pl	Mogą korzystać: - zarejestrowani -poszukujący pracy - pracodawcy
14	Wojewódzki Urząd Pracy w Białymstoku	Udzielanie informacji o usługach urzędów pracy	Wojewódzki Urząd Pracy w Białymstoku ul. Pogodna 22 15-354 Białystok	85 749 72 00 (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	pn. 7.30 – 16.00 wt. – pt. 7.30 – 15.30	<a href="http://wupbialystok.praca.gov.pl">http://wupbialystok.praca.gov.pl</a> sekretariat@wup.wrotapodlasia.pl	Mogą korzystać: - zarejestrowani -poszukujący pracy - pracodawcy
15	Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia	Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy.	Urząd Pracy. Ciepła 20 . 15-472 Białystok.	19 524 (z Polski) +48 22 19524 (z zagranicy) Koszt zgodnie z taryfą operatora.	pn.- pt. godz. 08.00-18.00	<a href="http://www.zielonalinia.gov.pl">www.zielonalinia.gov.pl</a> biuro@zielonalinia.gov.pl	Mogą korzystać: - zarejestrowani -poszukujący pracy - pracodawcy

#### DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

16	Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepiępstwem w Hajnówce	pomoc prawna pomoc psychologiczna	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Hajnówce ul. 11 Listopada 24	tel. 795 676 593 (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	pn. 13 <sup>00</sup> - 20 <sup>00</sup> wt. – pt. 9 <sup>00</sup> – 16 <sup>00</sup> so 8 <sup>00</sup> – 12 <sup>00</sup>	pokrzywdzeni.hajnówka@pryzmat.org.pl	osoby pokrzywdzone przestępstwem i członkowie ich rodzin
----	---	--------------------------------------	---	--	--	--------------------------------------	--

#### PRAWO KONSUMENCKIE

17	Powiatowy Rzecznik Konsumentów w Hajnówce	Ochrona praw konsumenckich	ul. A. Zina 1 17-200 Hajnówka	tel. 85 682 30 45 (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	pn. – pt. 8 <sup>00</sup> - 15 <sup>00</sup>	rzecznik@powiat.hajnówka.pl	Prawo konsumenckie
18	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. godz. 08.00-18.00	<a href="https://www.uokik.gov.pl/">https://www.uokik.gov.pl/</a> porady@dlakonsumentow.pl	Prawo konsumenckie

#### PRAWA PACJENTA

19	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Hajnówce	Prawa pacjenta	pełnomocnik ds. Praw Pacjenta SP ZOZ w Hajnówce, ul. Doc. Adama Dowgirda 9 tel. 85 682 90 42	tel. 85 682 90 42 (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	pn. i cz. 12 <sup>00</sup> do 14 <sup>00</sup>	idudar@spzoz.hajnówka.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
----	---	----------------	---	---	---	--------------------------	--

20	Narodowy Fundusz Zdrowia – Podlaski Oddział Wojewódzki 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 (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora)	pn.-pt. 8:00-16:00 (w poniedziałki sala obsługi interesanta czynna do godz. 17.00)	www.nfz-bialystok.pl  sekretariat@nfz-bialystok.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
21	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. godz. 08.00-20.00	https://www.bpp.gov.pl  kancelaria@rpp.gov.pl	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
22	Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala	Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: - prawa pacjenta -leczenie w kraju i poza granicami -kolejki do świadczeń	Narodowy Fundusz Zdrowia Grójecka 186 02-390 Warszawa	Infolinia Centralna 800 392 976 (*) 22 572 60 42 (**) (*) połączenia bezpłatne (**) koszt zgodnie z taryfą operatora Także każdy oddział NFZ posiada własną infolinię	pn.- pt. godz. 08.00-16.00	http://www.nfz.gov.pl  infolinia@nfz.gov.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
23	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. godz. 08.00-17.00	http://www.niepelnospawni.gov.pl  sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych
24	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania .	Ochrona praw dziecka	Biuro RPD Przemysłowa 30/32 00-450 Warszawa tel.: (22) 583 66 00 . fax.: (22) 583 66 96. pn.-pt. godz.08.15-16.15.	800 121 212 Bezpłatna infolinia	pn.- pt. godz. 08.15-20.00. (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią)	https://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**

25	Zakład Ubezpieczeń Społecznych Inspektorat w Hajnówce	Ubezpieczenia społeczne	ul. Armii Krajowej 16 17-200 Hajnówka	tel. 85 682 95 10	pn. 8 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup> wt. – pt. 8 <sup>00</sup> - 15 <sup>00</sup>	www.zus.pl	
26	Centrum Obsługi Telefonicznej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych	Zakres informacji: - pomoc techniczna - składki - renty - emerytury	Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w <u>Centrum Obsługi Telefonicznej</u> lub podczas wizyty osobistej w placówce	(22) 560 16 00 Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora.	pn. – pt. godz. 07.00 – 18.00	http://www.zus.pl /o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-cot@zus.pl	Adresaci porad: - ubezpieczeni - płatnicy - lekarze

			jak wyżej. Nr centrali : (22) 667 10 00.				
<b>PRAWO PRACY</b>							
27	Okręgowy Inspektorat Pracy w Białymstoku	Porady z zakresu prawa pracy	ul. Fabryczna 2 15-483 Białystok	85 678 57 00 (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora). <b>PORADY PRAWNE</b> z telefonów kom.: 459 599 000 z telefonów stac.: 801 002 006 w dni robocze w godz. 9.00-15.00 udzielane osobiście ul. Fabryczna 2, pok. 102, Białystok	pn. 8:00-17:00 wt.-pt. 8:00-15:10	<a href="https://bialystok.pip.gov.pl">https://bialystok.pip.gov.pl</a>  kancelaria@bialystok.pip.gov.pl	Porady z zakresu prawa pracy
28	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. stac.) 459 599 000 (dla tel. kom.) Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. <b>Uwaga!!!</b> naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie.		www.bip.pip.gov.pl,  kancelaria@gip.pip.gov.pl	Porady z zakresu prawa pracy
<b>PRAWO PODATKOWE</b>							
29	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. stac.) 22 330 03 30 (z tel. kom.) +48 (22) 33 00 330 z tel. zagr. Koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.- pt. godz. 07.00-18.00	<a href="http://www.kis.gov.pl">www.kis.gov.pl</a> <a href="https://poradnikprzedsiebiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa">https://poradnikprzedsiebiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa</a>	Z porad może skorzystać każdy podatnik
<b>DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO</b>							
30	Rzecznik Finansowy. (Ubezpieczonych)	Prawa ubezpieczonych	Biuro Rzecznika Finansowego Al. Jerozolimskie 87 02-001 Warszawa.	Ubezpieczenia gospodarcze (22) 333 73 28 <u>Ubezpieczenia Społeczne, OFE ZUS</u> (22) 333 73 26 lub (22) 333 73 27 Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego (22) 333 73 25	pn.-pt. godz. 08.00-18.00 pn.-pt. godz.11.00-15.00  pn.-pt. godz. 08.00-16.00	<b>Porady e-mail:</b> porady@rf.gov.pl (czas oczekiwania na odpowiedź e-mailową ok.2 tygodni) <a href="https://rf.gov.pl/kontakt">https://rf.gov.pl/kontakt</a> biuro@rf.gov.pl	Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń
<b>INNE</b>							
31	<a href="http://WWW.OBYWATEL.GOV.PL">WWW.OBYWATEL.GOV.PL</a>				Informacje i usługi przyjazne obywatelom portal Ministerstwa Cyfryzacji		
32	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. godz. 10.00-18.00 wt.- pt. godz. 08.00-16.00	<a href="https://www.rpo.gov.pl">https://www.rpo.gov.pl</a>  biurorzecznika@brpo.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: 85 682 48 36 w godz. 7.30 – 15.30.**

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.

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

<b>Lp.</b>	<b>Punkt</b>	<b>Adres</b>	<b>Dni i godziny</b>	<b>Forma dokonywania zgłoszeń</b>
1.	Punkt Adwokatów i Radców Prawnych	Zespół Szkół Ogólnokształcących w Hajnówce 17-200 Hajnówka, ul. Piłsudskiego 7, pokój 134	poniedziałek - piątek: 8 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	telefonicznie 85 682 48 36
2.	Punkt Stowarzyszenia Wsparcia Obywatelskiego w Krakowie	Zespół Szkół Ogólnokształcących w Hajnówce 17-200 Hajnówka, ul. Piłsudskiego 7, pokój 134	poniedziałek - piątek: 12 <sup>00</sup> - 16 <sup>00</sup>	lub osobiście w pok. Nr 9 Starostwa Powiatowego w Hajnówce