**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** |
| **RODZINNE** | | | | | | | |
| 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. 730 do 1530 | bip.pcprh.wrotapodlasia.pl  [pcpr@powiat.hajnowka.pl](mailto:pcpr@powiat.hajnowka.pl) | dzieci, kobiety, mężczyźni (niezależnie od kryterium dochodowego, osoby i rodziny potrzebujące wsparcia) |
| **PSYCHOLOGICZNE** | | | | | | | |
| 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. 730 – 1530  Indywidualne porady pracowników pedagogicznych  800 –1800 | [www.poradniahajnowka.hekko.pl](http://www.poradniahajnowka.hekko.pl)  poradnia@poradniahajnowka.hekko.pl | 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 | www.liniawsparcia.pl  porady@liniawsparcia.pl | Dla osób będących w kryzysie  psychicznym |
| **PEDAGOGICZNE** | | | | | | | |
| 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. 730 – 1530  Indywidualne porady pracowników pedagogicznych  800 –1800 | [www.poradniahajnowka.hekko.pl](http://www.poradniahajnowka.hekko.pl)  poradnia@poradniahajnowka.hekko.pl | Dzieci od momentu urodzenia i młodzież ucząca się oraz rodzice,  nauczyciele, wychowawcy, specjaliści szkół, przedszkoli, placówek oświatowych. |
| **POMOC SPOŁECZNA** | | | | | | | |
| 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. 730 do 1530 | bip.pcprh.wrotapodlasia.pl  [pcpr@powiat.hajnowka.pl](mailto:pcpr@powiat.hajnowka.pl) | dzieci, kobiety, mężczyźni (niezależnie od kryterium dochodowego, osoby i rodziny potrzebujące wsparcia) |
| 6 | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej  w Hajnówce | Poradnictwo z zakresu pomocy społecznej, w sprawach przeciwdziałania przemocy w rodzinie,  w sprawach rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień, poradnictwo socjalne | ul. A. Zina 1  17-200 Hajnówka | Tel. 856823195  (koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora) | pn. – pt.  w godz. 730 – 1530 | www.gops.ug.hajnowka.wrotapodlasia.pl | Osoby korzystające ze świadczeń 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 00 – 11 00 | www.narewka.pl | mieszkańcy Gminy Narewka |
| **ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ** | | | | | | | |
| 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 lecznictwa 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 |
| **PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ** | | | | | | | |
| 9 | Punkt Konsultacyjny  dla osób doznających przemocy domowej, poradnictwo, wsparcie, współpraca z innymi instytucjami. | Pomoc osobom i rodzinom, w której występuje przemoc | Hajnówka, ul. A. Zina 1 pok. 14  HAJNOWSKIE STOWARZYSZENIE ABSTYNENTÓW I RODZIN KLUB ABSTYNENTA „DĄB"  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 |
| **INTERWENCJA KRYZYSOWA** | | | | | | | |
| 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 Zarządzanie Kryzysowe | Monitorowanie bezpieczeństwa | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa  Rakowiecka 2A  00-993 Warszawa | **Całodobowy dyżur:** [(22) 361 69 00](tel:222365900)  (22)  785 700 177  e-mail:  dyzurny@rcb.gov.p | **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** | | | | | | | |
| 13 | Powiatowy Urząd Pracyw 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 800 do 1400 | 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 | <http://wupbialystok.praca.gov.pl>  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 | www.zielonalinia.gov.pl  biuro@zielonalinia.gov.pl | Mogą korzystać:  - zarejestrowani  -poszukujący pracy  - pracodawcy |
| **DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM** | | | | | | | |
| 16 | Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przestępstwem 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 00 - 2000  wt. – pt. 9 00 – 16 00  so 800 – 1200 | pokrzywdzeni.hajnowka@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.  800 - 1500 | rzecznik@powiat.hajnowka.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 | https://www.uokik.gov.pl/  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.  1200 do 1400 | idudar@spzoz.hajnowka.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.niepelnosprawni.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. 800- 1800  wt. – pt. 800 - 1500 | www.zus.pl |  |
| 26 | Centrum Obsługi Telefonicznej  Zakładu Ubezpieczeń Społecznych | Zakres informacji:  - pomoc techniczna  - składki  - renty  - emerytury | **Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w**[Centrum Obsługi Telefonicznej](http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-)**lub podczas wizyty osobistej w placówce jak wyżej.**  Nr centrali :  (22) 667 10 00. | (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 |
| **PRAWO PRACY** | | | | | | | |
| 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). PORADY PRAWNE  z telefonów kom.: 459 599 000  z telefonów stacj.: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 | <https://bialystok.pip.gov.pl>  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. stacj.)  459 599 000 (dla tel. kom.)  Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. **Uwaga!!!** naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie. |  | www.bip.pip.gov.pl,  kancelaria@gip.pip.gov.pl | Porady z zakresu prawa pracy |
| **PRAWO PODATKOWE** | | | | | | | |
| 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. stacj.)  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 | [www.kis.gov.pl](http://www.kis.gov.pl)  https://poradnikprzedsiebiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa | Z porad może skorzystać każdy podatnik |
| **DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO** | | | | | | | |
| 30 | Rzecznik Finansowy.  (Ubezpieczonych) | Prawa ubezpieczonych | Biuro Rzecznika Finansowego  Al. Jerozolimskie 87  02-001 Warszawa. | **Ubezpieczenia**  **gospodarcze**  **(22) 333 73 28**  Ubezpieczenia  Społeczne, OFE ZUS  **(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** | **Porady** **e-mail:** porady@rf.gov.pl  (czas oczekiwania na odpowiedz  e-mailową ok.2 tygodni)  https://rf.gov.pl/kontakt  biuro@rf.gov.pl | Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń |
| **INNE** | | | | | | | |
| 31 | **WWW. OBYWATEL.GOV.PL** | | | | [Informacje i usługi przyjazne obywatelom](https://obywatel.gov.pl/)  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 | https://www.rpo.gov.pl  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.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Punkt** | **Adres** | **Dni i godziny** | **Forma dokonywania zgłoszeń** |
| 1. | Punkt Adwokatów i Radców Prawnych | Zespół Szkół Ogólnokształcących w Hajnówce  17-200 Hajnówka, ul. Piłsudskiego 7, pokój 134 | poniedziałek - piątek:  8 00 – 12 00 | telefonicznie  85 682 48 36  lub osobiście w pok. Nr 9 Starostwa Powiatowego w Hajnówce |
| 2. | Punkt Stowarzyszenia Wsparcia Obywatelskiego w Krakowie | Zespół Szkół Ogólnokształcących w Hajnówce  17-200 Hajnówka, ul. Piłsudskiego 7, pokój 134 | poniedziałek - piątek:  1200 - 1600 |