

**Rejestr jednostek specjalistycznego poradnictwa w województwie podlaskim - stan na 30.04.2021 r.**

Lp.	Nazwa jednostki	Podmiot prowadzący	Zasięg działania*	Dane teleadresowe jednostki	Charakterystyka pracy				Wsparcie w czasie trwania pandemii/ Poradnictwo z wykorzystaniem środków zdalnej komunikacji	Uwagi
					Rodzaj i formy świadczonego poradnictwa	Dni i godziny przyjęć interesantów, dyżury specjalistów	Adresaci pomocy**	Całodobowa		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
<b>Miasto Białystok</b>										
1	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Białymstoku Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Miasto Białystok	P	Włókiennicza 7 15-464 Białystok tel. 85/ 744 50 27, 85/ 744 50 28 oik@mopr.bialystok.pl www.mopr.bialystok.pl	Interwencja kryzysowa, specjalistyczna pomoc psychologiczna oraz poradnictwo prawne, socjalne, pedagogiczne i rodzinne, krótkoterminowa terapia indywidualna oraz małżeństw/par, poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie, wsparcie grupowe dla osób dorosłych, dzieci i młodzieży, w sytuacji kryzysowej schronienie dla kobiet, w tym matek z dziećmi, realizacja programów korekcyjno-edukacyjnych oraz psychologiczno-terapeutycznych dla sprawców przemocy w rodzinie	7 dni w tygodniu, całodobowo - psycholog, prawnik, pedagog, terapeuta, specjalista pracy socjalnej, specjalista pracy z rodziną	K, M, Dz	TAK	TAK specjalistyczna pomoc psychologiczna oraz poradnictwo prawne, socjalne, pedagogiczne i rodzinne, poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie, okresowo wsparcie grupowe zdalnie tel. 85/ 744 50 27, 85/ 744 50 28, email oraz Skype: <a href="https://join.skype.com/invite/iPaZa0CchVHE">https://join.skype.com/invite/iPaZa0CchVHE</a>	
2	Polskie Stowarzyszenie Pedagogów i Animatorów KLANZA Centrum Pomocy Dzieciom	Polskie Stowarzyszenie Pedagogów i Animatorów KLANZA	W	Gen. F. Kleeberga 8 15-691 Białystok 85 652 54 94 codir@wp.pl www.codir.bialystok.pl	Poradnictwo: psychologiczne, terapeutyczna, psychiatryczne, prawne, pedagogiczne, terapia rodzinna, oddziaływania korekcyjno-edukacyjne, grupy rodzicielskie Prowadzenie 4 mieszkań terapeutyczno-interwencyjnych dla rodzin z dziećmi doświadczających przemocy w rodzinie	poniedziałek-czwartek 8.00 - 19.00, w piątki 8.00-16.00	Dz, M, K	NIE	TAK główny numer komórkowy Centrum Pomocy Dzieciom - 690 955 000 potem przekierowanie na numery telefonów komórkowych poszczególnych terapeutów - zgodnie z potrzebami, Skype, WhatsApp, platforma Zoom	
<b>Miasto Łomża</b>										
3	Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Łomży	Miasto Łomża	P	Wojska Polskiego 161 18-400 Łomża 86 216 98 20 www.oik.lomza.pl pomoc@oik.lomza.pl	całodobowe schronienie; interwencja kryzysowa, specjalistyczne poradnictwo socjalne, psychologiczne, prawne, warsztaty umiejętności wychowawczych dla rodziców, grupa wsparcia dla kobiet z problemem przemocy domowej, warsztaty umiejętności społecznych	od poniedziałku do piątku 8.00 - 18.00	K, M, Dz	TAK, w przypadku konieczności zapewnienia schronienia	TAK kontakt telefoniczny, email	
4	Stowarzyszenie Wspierania Poradnictwa Obywatelskiego Biuro Porad Obywatelskich w Łomży	Miasto Łomża	P	Szosa Zambrowska 1/27 (pok. 215) 18-400 Łomża 86 216 48 79 www.bpolomza.pl bpo.lomza@wp.pl bpolomza@o2.pl	poradnictwo prawne	Po wcześniejszym kontakcie telefonicznym i ustaleniu terminu wizyty	K, M, Dz	NIE	TAK kontakt telefoniczny, email	
<b>Miasto Suwałki</b>										

5	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach - Dział Pomocy Kryzysowej	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach	P	Filipowska 20 16-400 Suwałki tel. 87 565 28 91 fax. 87 562 89 71 dpk@mopr.suwalki.pl www.mops.suwalki.pl	całodobowe schronienie; poradnictwo specjalistyczne: socjalne, prawne, psychologiczne; terapia interwencyjna, całodobowa pomoc psychologiczna w sytuacji kryzysowej występującej na skalę masową, pomoc finansowa i rzeczowa, grupa wsparcia dla osób uwikłanych w przemoc, zajęcia dla dzieci młodzieży; realizacja programów: korekcyjno-edukacyjnego i psychologiczno-terapeutycznego dla sprawców przemocy w rodzinie	Placówka funkcjonuje w dni robocze w godz. 7.30-15.30. Pracownicy pełnią dyżury telefoniczne całodobowo na wypadek przyjęcia do hostelu osób znajdujących się w sytuacji kryzysowej. W okresie zakwaterowania osób, hostel czynny jest całodobowo.  Poradnictwo specjalistyczne: Poradnictwo socjalne: pon. - pt. 7.30-15.30 Poradnictwo, konsultacje psychologiczne oraz terapia interwencyjna: poniedziałek 7.30.-15.30, wtorek - 11.30-15.30, 16.00-20.00 środa- 11.30-15.30, czwartek- 11.30-15.30, piątek 7.30-15.30 Poradnictwo prawne: wtorek 15.30- 17.30, czwartek 15.30- 17.30  Grupa wsparcia dla osób uwikłanych w problemy przemocy w rodzinie: wtorek 17.00-19.00	K, M, Dz	TAK	TAK 87 565 28 91 dpk@mopr.suwalki.pl	
<b>Powiat Augustowski</b>										
6	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Augustowie	Gmina Miasto Augustów	G	Wojska Polskiego 1 16-300 Augustów tel. 87 643 37 65, fax. 87 644 54 30 mops@urząd.augustow.pl	1. poradnictwo psychologiczne 2. przeciwdziałanie przemocy	1. środa, piątek 7.00-15.00 2. poniedziałek - piątek 7.00 - 15.00	K, M	NIE	TAK kontakt telefoniczny 87 643 37 65	
7	Punkt Konsultacyjny w Augustowie	Renata Szyszkiewicz-Dobrowolska	G, P	Kilińskiego 8A 16-300 Augustów 600 003 929 606 272 590 505 024 679 601 195 428	pomoc psychologiczna, terapeutyczna, przemoc domowa, terapia uzależnień	środa: 16:00 - 19:00 środa: 9:00- 12:00; 13:00 - 15:00 sobota: 10:00 - 16:00	K, M, Dz	NIE	TAK kontakt telefoniczny	
8	NZOZ "Poradnia Zdrowia Psychicznego Poradnia Terapii Uzależnień i Współuzależnienia"	NZOZ "Poradnia Zdrowia Psychicznego Poradnia Terapii Uzależnień i Współuzależnienia"	G, P	Szpitalna 12a 16-300 Augustów tel./fax 87 643 28 16 las69@op.pl	Leczenie osób uzależnionych od alkoholu, narkotyków oraz innych środków psychoaktywnych zmieniających świadomość, zaburzenia psychiczne, depresja, stres, trudności dnia codziennego. Diagnostowanie, terapia, psychoterapia indywidualna i grupowa, pomoc psychoterapeutyczna terapia dla członków rodzin osób Uzależnionych Współuzależnionych, DDA-psychoterapia, edukacji terapeutycznej, grupy nawrotowe, maratony terapeutyczne. Kierowanie do innych placówek leczenia uzależnień. Pomoc psychologiczna, lekarska, prawna. Terapia dla sprawców przemocy. Konsultacja z księdzem koordynatorem ds. trzeźwości.	Poniedziałek- Piątek 8:00-18:00 Sobota 8:00-12:00 Tomaszewski Tomasz środa godz. 15:30-18:00 Kamionowski Marek I sobota miesiąca 8:00-14:00 Wronowska Bogusława I i II piątek miesiąca 8:00-10:00	K, M, Dz	NIE	TAK kontakt telefoniczny, email	

9	Gabinet Psychoterapii Justyna Paszkiewicz	Gabinet Psychoterapii Justyna Paszkiewicz	G, P	Mostowa 12 G 16-300 Augustów tel. 513 646 040	Terapia osób z kręgu zagrożenia alkoholowego	poniedziałki i wtorki po uprzednim umówieniu telefonicznym psycholog, psychotraumatolog, psychoterapeuta CBT Terapeuta EMDR	K, M, Dz	NIE	TAK kontakt telefoniczny, email	
10	Zespół Powiatowego Ośrodka Interwencji Kryzysowej	Powiat Augustowski	P	Młyńska 52 16-300 Augustów 87 643 20 71 pcpr@st.augustow.wrotapodlasi.a.pl	poradnictwo prawne, psychologiczne i rodzinne	Psycholog: środa i piątek w godzinach 16.00 - 18.00; prawnik: poniedziałek 13.00 - 15.00; poradnictwo rodzinne: codziennie 7.30 - 15.30	K, M, Dz	NIE	TAK Prawne, psychologiczne i rodzinne, poprzez kontakt telefoniczny pod numerem: 876432071 i 508547681 i e-mail: pcpr@st.augustow.wrotapodlasi.pl	
11	Miejsko - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Lipsku	Gmina Lipsk	G	Kościelna 3 16-315 Lipsk 87 64 22 231 mgops_lipsk@op.pl	socjalne	w dni robocze od poniedziałku do piątku godz. 7.30 - 15.00	K, M, Dz	NIE	TAK kontakt telefoniczny i e-mail	
<b>Powiat Białostocki</b>										
12	Mobilny Punkt Wsparcia Projekt "Razem możemy więcej"	Stowarzyszenie Klanza Białystok	G	Mickiewicza 5 16-060 Zabłudów 690 089 147	psycholog, terapeuta, terapia indywidualna i rodzinna	opiera się na umówionych wcześniej spotkaniach	K, M	NIE	TAK kontakt telefoniczny: 690 089 147	oferta kierowana do rodziców przeżywających
13	Miejsko Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Michałowie	Miejsko Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Michałowie	G	Białostocka 11 16-050 Michałowo 85 713 17 72 gopsmich@michalowo.eu pomoc@michalowo.eu	poradnictwo psychologiczne, praca socjalna	poniedziałek - piątek 7.15 - 15.15	K, M, Dz	NIE	TAK pomoc psychologiczna - 85 713 17 72; praca socjalna - 85 713 17 80	
14	Urząd Miejski w Wasilkowie	Gmina Wasilków	G	Suprańska 21 16-010 Wasilków 504 996 875	poradnictwo psychologiczne	Dyżury zdalne: poniedziałki i środy w godz. 17.00-19.00. Dyżury stacjonarne: wtorki w godz. 15.00-17.00	K, M	NIE	TAK nr telefonu: 504 996 875 SKYPE:Psycholog Wasilkow2020	Wymagane jest telefoniczne umówienie się na spotkanie
15	Starostwo Powiatowe w Białymstoku	Starostwo Powiatowe w Białymstoku	P	Borsucza 2 15-569 Białystok 519 314 080	poradnictwo prawne	Dyżury stacjonarne: poniedziałek 8.00-12.00, czwartek 8.00-12.00	K, M	NIE	TAK 519 314 080	Wymagane jest telefoniczne umówienie się na spotkanie
16	Punkt Konsultacyjno-Informacyjny w Juchnowcu Kościelnym	Urząd Gminy Juchnowiec Kościelny Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Narkomanii	G	Księżyno ul. Alberta 2 16-001 Kleosin	Porady psychologa: osobom uzależnionym (od alkoholu, narkotyków), osobom współuzależnionym (członkom rodzin), DDA, pijącym nastolatkom oraz kobietom w ciąży z zespołem FAS, udzielanie wsparcia po zakończeniu leczenia odwykowego, porady w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	środa 15.00 - 18.00	K, M, Dz	NIE	NIE	Od X 2020 r. do połowy III 2021 r. poradnictwa było zawieszona w związku z panującą sytuacją epidemiczną. Od połowy III 2021 r. działalność Punktu została wznowiona
17	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łapach	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łapach	G	Główna 50 18-100 Łapy 85 715 25 50 kontakt@cuslapy.pl	psychologiczne poradnictwo i wsparcie	codziennie w dni robocze po wcześniejszym umówieniu	K, M, Dz	NIE	NIE	
18	Punkt konsultacyjny przy Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Gródku	Gmina Gródek	G	Fabryczna 8 lok. 2 16-040 Gródek 85 718 01 27 gops@grodek.pl www.grodek.pl/profilaktyka www.gopsgródek.naszops.pl	poradnictwo dla osób uzależnionych i ich rodzin	co drugi wtorek miesiąca 12.00 - 15.00	K, M, Dz	NIE	NIE	

19	Ośrodek Interwencji Kryzysowej funkcjonujący w ramach Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Białymstoku	Powiat Białostocki	P	Słonimska 15/1 15-028 Białystok 85 732 17 72 w. 4 pcpr@st.bialystok.wrotapodlasi a.pl www.powiatbialostocki.pl	poradnictwo psychologiczne, poradnictwo pracownika socjalnego	poradnictwo pracownika socjalnego w godzinach pracy PCPR w dni robocze 7.30 - 15.30. Poradnictwo psychologiczne telefonicznie lub w siedzibie Centrum po uprzednim ustaleniu terminu spotkania - środy 16.00 - 18.00	K, M, Dz	NIE	TAK poradnictwo psychologiczne i socjalne - telefonicznie: 85 732 17 72 w. 4, 508 419 106, e-mail: pcpr@st.bialystok.wrotapodlasia.pl	
<b>Powiat Bielski</b>										
20	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Bielsku Podlaskim	Powiat Bielski	P	3 Maja 17 17-100 Bielsk Podlaski 85 833 26 76 centrum3maja@poczta.onet.pl www.pcprbielskpodlaski.pl	poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne, prawne, rodzinne, poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie oraz w innych sytuacjach kryzysowych	w godzinach pracy urzędu poniedziałek - piątek 7.30 - 15.30	K, M, Dz	NIE	TAK 858332676, e-mail: centrum3maja@poczta.onet.pl, wideokonferencje	
21	Poradnia Rodzinna (konsultacyjna) przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Bielsku Podlaskim	Gmina Miejska Bielsk Podlaski	G	Kazimierzowska 18/3 17-100 Bielsk Podlaski 85 730 20 06 mops_bielsk_podlaski@op.pl www.mopsbielskpodlaski.pl	poradnictwo prawne	2 dni w tygodniu w godz. 9.00 - 14.00 (szczegółowy harmonogram na stronie internetowej MOPS)	K, M	NIE	TAK poradnictwo prawne 85 730 20 06 mops_bielsk_podlaski@op.pl	
22	Punkt Informacyjny ds. przeciwdziałania uzależnieniom przy Urzędzie Miasta Bielsk Podlaski	Gmina Miejska Bielsk Podlaski	G	Kopernika 1 17-100 Bielsk Podlaski 85 730 43 50 tel./ fax. 85 731 81 40 mkrpa@wp.pl	udzielanie informacji o dostępnych miejscach i formach pomocy	poniedziałek 8.00 - 16.00, wtorek - czwartek 7.30 - 15.30	K, M, Dz	NIE	TAK 85 730 43 50 690 608 198 mkrpa@wp.pl	
23	Punkt Informacyjny ds. przeciwdziałania uzależnieniom i przemocy w rodzinie	Gmina Miejska Bielsk Podlaski	G	Sienkiewicza 11A 17-100 Bielsk Podlaski 690 608 198 - specjalista terapii uzależnień, 572 183 266 - specjalista ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie	poradnictwo dla osób z problemem uzależnień i przemocy w rodzinie; działania: terapia indywidualna, rodzinna, konsultacje, mediacje	terapia uzależnień: poniedziałek 15.00 - 20.00 (kontakt w sprawie ustalenia terminu konsultacji ze specjalistą terapii uzależnień od pon. - pt. w godz. 7.30 - 15.30 pod nr tel. 690 608 198); specjalista przeciwdziałania przemocy w rodzinie: tel. 572 183 266, środa 15.00 - 20.00, sobota 15.00 - 18.00	K, M, Dz,	NIE	TAK kontakt telefoniczny: terapia uzależnień 690 608 198; specjalista przeciwdziałania przemocy w rodzinie: tel. 572 183 266	
24	Punkt konsultacyjny	Gmina Brańsk	G	Rynek 8 17-120 Brańsk 534 686 444	indywidualna porada psychologiczna	II i IV środa miesiąca w godz. od 16-18	K, M	NIE	TAK telefon 534 686 444	umowa zlecenie
<b>Powiat Grajewski</b>										
25	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Grajewie	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Grajewie	G	Komunalna 6 19-200 Grajewo 86 272 22 60 gops@uggrajewo.pl	porady psychologiczne	w godz. 12.00 - 15.00, w dniach: 27.05.2021 r., 24.06.2021 r., 29.07.2021 r., 26.08.2021 r., 30.09.2021 r., 28.10.2021 r., 25.11.2021 r., 16.12.2021 r.	K, M	NIE	TAK kontakt telefoniczny: 86 272 22 60	
26	Punkt Konsultacyjny	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Szczuczynie	G	Łomżyńska 11 19-230 Szczuczyn 86 262 10 36 mdkszczuczyn@poczta.onet.pl	bezpłatne porady psychologa	dyżur psychologa w każdą środę od 17.00	K, M, Dz	NIE	TAK tel. 608 029 350, tel. 86 262 10 36, e-mail: bozena.perkowska@gmail.com	

27	Ośrodek Pomocy Społecznej w Rajgrodzie	Gmina Rajgród	G	Warszawska 9 19-206 Rajgród 86 272 18 45 ops@um.rajgrad.wrotapodlasia.pl	<p>Udzielanie informacji, wskazówek i pomocy w zakresie rozwiązywania spraw życiowych osób i rodzin. Wsparcie w uzyskaniu pomocy ze strony właściwych instytucji państwowych, samorządowych i organizacji pozarządowych oraz wspieranie w ubieganiu się o taką pomoc.</p> <p>Udzielanie zainteresowanym informacji o przysługujących im prawach i uprawnieniach.</p> <p>Pomoc w kompletowaniu dokumentów niezbędnych do uzyskania świadczeń z innych systemów zabezpieczenia społecznego. Pomoc w uzyskaniu wsparcia psychologicznego, prawnego i innych form pomocy. Pomoc w staraniach o ustalenie stopnia niepełnosprawności. Udzielanie porad w samodzielnym rozwiązywaniu problemów.</p> <p>Informowanie osób dotkniętych przemocą w rodzinie o przysługujących im prawach i formach pomocy. Wsparcie w sytuacjach związanych z problemami w wypełnianiu funkcji opiekuńczo-wychowawczych</p>	poniedziałek - piątek 7 - 15	K, M	NIE	TAK	
28	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Grajewie	Powiat Grajewski	P	Wojska Polskiego 74C 19-200 Grajewo tel./ fax 86 273 87 09 pcprgrajewo@wp.pl, www.pcpr.grajewo.pl	poradnictwo prawne, psychologiczne	poradnictwo prawne w każdy czwartek 16.00 - 18.00; poradnictwo psychologiczne w każdy czwartek 16.15 - 18.15 Zapisy/zgłoszenia osobiste lub telefoniczne	K, M, Dz	NIE	TAK poradnictwo prawne i psychologiczne - kontakt telefoniczny 86 273 87 09	
29	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej	Powiat Grajewski	P	Strażacka 6B 19-200 Grajewo 86 273 84 60, 86 273 84 62 powiat@starostwograjewo.pl, www.starostwograjewo.pl	poradnictwo prawne - nieodpłatna pomoc prawna i nieodpłatne poradnictwo obywatelskie przysługują osobie uprawnionej, która w myśl art. 4 ust. 2 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej podpisze i dostarczy do siedziby starostwa oświadczenie, że nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej	nieodpłatna pomoc prawna jest udzielana za pomocą środków komunikacji zdalnej (telefonicznie lub w trybie korespondencyjnym)	K, M, Dz	NIE	TAK W celu uzyskania pomocy prawnej należy dokonać zgłoszenia pod nr telefonu 86 273 84 60, e-mail: npp@starostwograjewo.pl lub drogą pocztową na adres: Starostwo Powiatowe w Grajewie, 19-200 Grajewo, ul. Strażacka 6B	
<b>Powiat Hajnowski</b>										
30	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Hajnówce	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Hajnówce	G	Aleksego Zina 1 17-200 Hajnówka 85 682 31 95 gops@gmina-hajnowka.pl	socialne, psychologiczne, rodzinne	7.30-15.30	K, M	NIE	TAK por. socialne, rodzinne; kontakt telefoniczny 85 682 31 95, e-mail: gops@gmina-hajnowka.pl	
31	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Hajnówce	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Hajnówce	P	Marszałka Józefa Piłsudskiego 10A 17-200 Hajnówka tel. 85 682 36 42, 85 876 74 78 fax: 85 682 36 42 pcpr@powiat.hajnowka.pl	poradnictwo psychologiczne, rodzinne, praca socialna	zapisy, zgłoszenia osobiście lub telefonicznie poniedziałek - piątek 7.30 - 15.30	K, M, Dz	NIE	TAK poradnictwo psychologiczne, rodzinne, praca socialna, kontakt telefoniczny: 85 682 36 42, 85 876 74 78, email: pcpr@powiat.hajnowka.pl	

32	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Narewce	Gmina Narewka	G	Białowieśka 5 17-220 Narewka 85 730 94 63 85 655 49 70 85 655 49 87 gops@ug.narewka.wrotapodlasi a.pl	poradnictwo socjalne, poradnictwo rodzinne, profilaktyka uzależnień	od poniedziałku do piątku od 7.30 - 15.30	K, M, Dz	NIE	TAK poradnictwo socjalne, poradnictwo rodzinne, profilaktyka uzależnień	
33	Punkt konsultacyjny	Urząd Gminy Narew	G	Mickiewiczza 101 17-210 Narew 85 681 60 86 gops@narew.gmina.pl	Wsparcie rodziny, pomoc terapeutyczna, psychologiczna, konsultacje	środa 16.00 - 17.30	K, M, Dz	NIE	NIE	
<b>Powiat Kolneński</b>										
34	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Kolnie - Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie	Powiat Kolneński	W	Wojska Polskiego 69 D 18-500 Kolno 86 278 12 99 tel./fax 86 278 13 34 pcpr@powiatkolno.pl	Poradnictwo: prawne, psychologiczne, socjalne, pedagogiczne, terapeuty ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie. Interwencja oraz całodobowe schronienie.	Pracownik socjalny, pedagog, terapeuta - wg ustalonego harmonogramu pracy, psycholog - każda środa godz. 14.00 - 20.00 oraz według harmonogramu pracy, prawnik - każdy wtorek 15.30-16.30, każdy piątek 9.30-12.30	K, M, Dz	TAK	TAK interwencja kryzysowa dla osób doznających przemocy, całodobowe schronienie poradnictwo specjalistyczne prawne, psychologiczne, terapeutyczne, socjalne, pedagogiczne tel. 86 278 12 99, 86 278 13 34, e-mail: pcpr@powiatkolno.pl	
35	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Kolnie	Powiat Kolneński	W	Wojska Polskiego 69 D 18-500 Kolno tel./fax. 86 278 13 34 pcpr@powiatkolno.pl www.pcprkolno.pl	Poradnictwo psychologiczne, interwencja kryzysowa	wtorek, piątek 7.30-9.30	K, M, Dz	NIE	TAK poradnictwo prawne, psychologiczne, terapeutyczne, socjalne, pedagogiczne tel.86278 12 99, 86 278 13 34, e-mail: pcpr@powiatkolno.pl	
<b>Powiat Łomżyński</b>										
36	Punkt Konsultacyjny dla osób uzależnionych od alkoholu i ich rodzin	Gmina Jedwabne	G	Jedwabne 18-420 Jedwabne 86 211 65 75 ops@jedwabne.pl	poradnictwo; rozmowa z osobami uzależnionymi oraz członkami rodzin; wspieranie, informowanie, motywowanie	w każdy I i III piątek miesiąca 14.00 - 16.00	K, M	NIE	TAK telefon komórkowy 668 032 950	
37	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Łomży	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Łomży	P	Szosa Zambrowska 1/27 18-400 Łomża 86 215 69 42 86 215 69 70 pcprlomza@wp.pl	poradnictwo psychologiczne i prawne	po umówieniu telefonicznym (pon. - pt. w godzinach 7.30 - 15.30)	K, M, Dz	NIE	TAK poradnictwo prawne i psychologiczne / konsultacje telefoniczne oraz zdalne spotkania na platformie ZOOM/	
38	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Łomży	Powiat Łomżyński	P	Szosa Zambrowska 1/27 18-400 Łomża 86 215 69 42 pcprlomza@wp.pl	poradnictwo psychologiczne i prawne	po telefonicznym umówieniu pon. - pt. 7.30 - 15.30	K, M, Dz	NIE	TAK pcprlomza@wp.pl	
<b>Powiat Moniecki</b>										
39	Punkt Konsultacyjny	Urząd Gminy Jasionówka	G	Knyszyńska 21 A 19-122 Jasionówka 85 727 8 044 gops@jasionowka.pl	Porady w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie. Poradnictwo osobom uzależnionym i współuzależnionym	każdy wtorek miesiąca w godz. 16-18	K, M, Dz	NIE	TAK kontakt telefoniczny: 510 447 366	

40	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Krypnie	Gmina Krypno	G	Krypno Kościelne 23B 19-111 Krypno Kościelne 85 716 91 40 85 716 91 10 519 435 015 fax 85 716 90 35 gopskrypno@podlaskie.pl bip.gops.ug.krypno.wrotapodlasi.a.pl/	poradnictwo rodzinne, socjalne	poniedziałek - piątek 7.30 - 15.30	K, M, Dz	NIE	TAK poradnictwo rodzinne, poradnictwo socjalne 85 716 91 40 85 716 91 10 519 435 015 gopskrypno@podlaskie.pl
41	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Mońkach	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Mońkach	P	Al. Niepodległości 3 19 - 100 Mońki tel./ fax 85 716 61 00 pcpr_monki@wp.p	poradnictwo psychologiczne, rodzinne i praca socjalna	przyjęcie i zapisy interesantów po wcześniejszym uzgodnieniu telefonicznym od poniedziałku do piątku	K, M, Dz	NIE	NIE
42	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Krypnie	Gmina Krypno	G	Krypno Kościelne 23B 19-111 Krypno Kościelne 85 716 91 10 519 435 015 fax 85 716 90 35 gopskrypno@podlaskie.pl	Poradnictwo prawne, psychologiczne, rodzinne. Dyżur terapeuty uzależnień. Poradnictwo w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych i innych uzależnień, wsparcie osób współuzależnionych	poniedziałek - piątek 7.30 - 15.30 Dyżur terapeuty - środa godz. 15.45 - 18.45	K, M	NIE	TAK poradnictwo prawne, psychologiczne, rodzinne 85 716 91 10 519 435 015
43	Zespół Interdyscyplinarny ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie	Gmina Krypno	G	Krypno Kościelne 23B 19-111 Krypno Kościelne 85 716 91 10 519 435 015 fax 85 716 90 35 gopskrypno@podlaskie.pl	Poradnictwo prawne, psychologiczne, rodzinne	poniedziałek - piątek 7.30 - 15.30	K, M, Dz	NIE	TAK Poradnictwo prawne, psychologiczne, rodzinne 85 716 91 10 519 435 015

**Powiat Sejneński**

44	Punkt Konsultacyjny dla Osób w Kryzysie	Gmina Puńsk	G	Szkolna 26 16-515 Puńsk 87 516 14 09 swiadczenia@gops-punsk.pl	poradnictwo pedagogiczne, psychologiczne, prawne, rodzinne, socjalne oraz w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie	I i II środa miesiąca 13.30 - 15.30	K, M, Dz	NIE	TAK kontakt telefoniczny: 87 516 14 09, e-mail: swiadczenia@gops-punsk.pl
45	Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Sejnach	Miasto Sejny	G	Wileńska 10 16-500 Sejny 87 516 20 55 <a href="http://www.um.sejny.pl/moje-miasto/miejska-komisja-rozwazywania-problemow-alkoholowych-w-sejnach">http://www.um.sejny.pl/moje-miasto/miejska-komisja-rozwazywania-problemow-alkoholowych-w-sejnach</a>	profilaktyka uzależnień, poradnictwo psychologiczne, grupy wsparcia	Porady, konsultacje środy 16.00-18.00, poradnictwo psychologiczne czwartki 15.00- 16.30, grupy wsparcia poniedziałki, wtorki, soboty 18.00-20.00	K, M	NIE	TAK Dyżur telefoniczny: 87 516 20 55
46	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sejnach	Powiat Sejneński	P, G	J. Piłsudskiego 34 16-500 Sejny 87 517 34 15 biuro@pcpr.sejny.pl www.pcpr.sejny.pl	poradnictwo rodzinne, prawne	poradnictwo rodzinne poniedziałki i piątki 7.30- 15.30 poradnictwo prawne poniedziałki, środy, piątki 8.00- 12.00, wtorki, czwartki 12.00- 16.00	K, M, Dz	NIE	TAK Dyżur telefoniczny: 87 517 34 15
47	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Sejnach	Powiat Sejneński	P	Łąkowa 1 16-500 Sejny 87 516 22 56 pppsejny@wp.pl www.pppsejny.szkolna.strona.pl	poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne w sprawach uzależnień, diagnoza indywidualna ucznia	od poniedziałku do piątku 7.00 - 15.00 poradnictwo psychologiczne: poniedziałki, wtorki, środy 7.30-13.30 środy 10.00-14.00 czwartki 8.00-12.00 piątki 8.00-12.30	K, M, Dz	NIE	TAK dyżury telefoniczne poszczególnych pracowników tel. 727 797 189 oraz 87 516 22 56
48	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sejnach	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sejnach	P	Piłsudskiego 34 16-500 Sejny 87 517 34 15 biuro@pcpr.sejny.pl www.pcpr.sejny.pl	poradnictwo rodzinne, poradnictwo psychologiczne	od poniedziałku do piątku 7.30 - 15.30, po wcześniejszym umówieniu telefonicznym	K, M, Dz	NIE	TAK poradnictwo rodzinne poradnictwo psychologiczne biuro@pcpr.sejny.pl 87 517 34 15

**Powiat siemiatycki**

49	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Siemiatyczach	Miasto Siemiatycze	G	11 Listopada 35 A 17-300 Siemiatycze 85 656 12 26 mops@siemiatycze.eu	poradnictwo socjalne Poradnictwo psychologiczne	poniedziałek 9.00 - 16.00, wtorek - piątek 7.30 - 15.30; psycholog w każdy wtorek 17.00 - 19.00	K, M, Dz	NIE	TAK kontakt telefoniczny, e-mail	
50	Punkt Konsultacyjno - Terapeutyczny ds. Uzależnień w Siemiatyczach	Miasto Siemiatycze	G	Legionów Piłsudskiego 1 17-300 Siemiatycze 85 655 55 75 lub 85 730 91 95 joanna.balejko@siemiatycze.eu	terapia rodzinna	piątek 9.00 - 19.00	K, M, Dz	NIE	NIE	
51	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Siemiatyczach	Powiat Siemiatycki	P	Legionów Piłsudskiego 3 17-300 Siemiatycze 85 730 05 07, 517 215 760 kontakt@pcprsiemiatycze.pl www.pcprsiemiatycze.pl	1. poradnictwo prawne 2. poradnictwo psychologiczne	1. poniedziałki i środy w godz. 16.00- 19.00 2. poniedziałek lub środa w godz. 16.00-19.00 (po wcześniejszej umówionej telefonicznie wizycie)	K, M, Dz	NIE	TAK kontakt telefoniczny 517 215 760	
52	Punkt Informacyjno- Konsultacyjny w Mielniku przy Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Mielniku	Urząd Gminy Mielnik	G	Piaskowa 38 17-307 Mielnik 85 657 75 91 gops@mielnik.com.pl	terapeuta ds. uzależnień	terapeuta ds. uzależnień w II i IV środeń miesiąca w 8 - 14	K, M, Dz	NIE	TAK konsultacje z terapeutą ds. uzależnień nr tel. 693 570 205	
<b>Powiat Sokółski</b>										
53	Ośrodek Pomocy Społecznej w Sokółce	Gmina Sokółka	G	Dąbrowskiego 12 16-100 Sokółka 85 711 20 64 opssokolka.pl www.opssokolka.pl	praca socjalna, prawne, rodzinne	poniedziałek-piątek 7.00 -15.00	K, M, Dz	NIE	TAK 85 711 20 64 opssokolka.pl	
54	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Szudziałowie	Gmina Szudziałowo	G	Bankowa 1 16-113 Szudziałowo 85 722 17 94 gops@szudzialowo-gmina.pl	poradnictwo socjalne	od poniedziałku do piątku 7:30- 15:30	K, M, Dz	NIE	TAK telefonicznie 85 722 17 94; e-mail - gops@szudzialowo- gmina.pl	
55	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Powiat Sokółski	P	Marszałka J. Piłsudskiego 8 16-100 Sokółka 85 711 08 23, 85 711 08 43, tel./ fax 85 711 08 61 pcpr.sokolka@sokolka- powiat.pl	wsparcie socjalne, udzielanie informacji na temat praw oraz możliwych form pomocy (poradnictwo świadczone przez pracowników socjalnych PCPR w zakresie ich kompetencji)	poniedziałek - piątek 7.30 - 15.30	K, M, Dz	NIE	TAK Informacje o prawach i możliwych formach pomocy, świadczonych również przez inne podmioty, kontakt telefoniczny: 85 711 08 23, 85 711 08 61, e-mail: pcpr.sokolka@sokolka- powiat.pl	
56	Gminny Punkt Pomocy Psychologicznej	Gmina Kuźnica	G	Sokółska 5 16-123 Kuźnica 694 777 250, 85 722 92 81 sekretariat@kuznica.ug.gov.pl	pomoc psychologiczna dzieciom i młodzieży, osobom indywidualnym, rodzinom znajdującym się w trudnej sytuacji i wymagającym wsparcia w zakresie: problemów życia i rozwoju osobistego, problemów życia rodzinnego, trudności we wzajemnych relacjach, pomoc w rozwiązywaniu konfliktów	każdy czwartek 13.00 - 17.00	K, M, Dz	NIE	TAK 694 777 250	w okresie lipiec - sierpień punkt nieczynny
<b>Powiat Suwalski</b>										



57	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Bakalarzewie	Gmina Bakalarzewo	G	Rynek 3 16-423 Bakalarzewo 87 569 40 26 gops@bakalarzewo.pl	1. poradnictwo socjalne 2. porady psychologiczne, porady pedagogiczne	1. poniedziałek - piątek 7.00 - 15.00 2. I i IV środa miesiąca 10.00 - 12.00	1. K, M 2. K, M, Dz	NIE	TAK poradnictwo socjalne z wykorzystaniem środków zdalnej komunikacji (tel. 87 569 40 26, e-mail: gops@bakalarzewo.pl)	
58	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie w Suwałkach	Powiat Suwalski	W	Świerkowa 60 16-400 Suwałki 87 565 92 80 87 565 92 82 fax 87 565 92 84 pcpr@powiat.suwalski.pl www.pcpr.suwalski.pl	Poradnictwo specjalistyczne /z ustawy o pomocy społecznej, art. 46/ w szczególności prawne, psychologiczne i rodzinne, jest świadczone osobom i rodzinom, które mają trudności lub wykazują potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych, bez względu na posiadany dochód. Poradnictwo psychologiczne; prawne, rodzinne, pedagogiczne, konsultacje indywidualne, socjalne, terapii uzależnień. W RAMACH PORADNICTWA SPECJALISTYCZNEGO OFERUJEMY: terapię indywidualną, konsultacje wychowawcze, poradnictwo małżeńskie, mediacje rodzinne, warsztaty umiejętności rodzicielskich, Szkoła dla rodziców i wychowawców, Zamiast klapsa Jak z szacunkiem i miłością wyznaczać dziecku granice, warsztaty budowania relacji małżeńskiej, grupy wsparcia dla osób doświadczających przemocy, grupy korekcyjno-edukacyjne dla osób stosujących przemoc w rodzinie	poniedziałek - piątek 7:30 - 15:30	K, M, Dz	NIE	TAK tel. 87 565 92 82, kom. 508 467 037, 508 465 378, 508 464 029, email: interwencja@powiat.suwalski.pl, pcpr.dg@powiat.suwalski.pl, pcpr.wp@powiat.suwalski.pl, skype: PCPR DG SUWALSKI, PCPR WP SUWALSKI, interwencja@powiat.suwalski.pl	
59	Punkt Konsultacyjny Poradnictwa Specjalistycznego	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Przeroshi	G	Nowa Pawłówka 1 16-427 Przeroshi 87 5627244 505 024 679 gops_przerosi@op.pl	przeciwdziałanie przemocy, przeciwdziałanie uzależnieniom, problemy opiekuńczo-wychowawcze	zmiennie, uzależnione od potrzeb klientów	K, M, Dz	NIE	TAK kontakt telefoniczny	
<b>Powiat Wysokomazowiecki</b>										
60	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Urząd Miejski w Szepietowie	G	Główna 6 18-210 Szepietowo 86 3067300 694 476 878	poradnictwo psychologiczne	ostatni czwartek miesiąca	K, M, Dz	NIE	TAK kontakt telefoniczny	
61	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wysokiem Mazowieckiem	Powiat Wysokomazowiecki	P	Mickiewicza 1 18-200 Wysokie Mazowieckie 86 306 72 08, 502 153 040 fax : 86 306 72 12 sekretariat@pcprwysokiemazowieckie.pl www.pcprwysokiemazowieckie.pl	poradnictwo socjalne, psychologiczne oraz prawne	PCPR w poniedziałki od 8.00 - 16.00, wtorek - piątek 7.30 - 15.30 oraz w ramach działalności Lokalnego Punktu Pomocy Pokrzywdzonym Przystępstwem od wtorku do piątku 15.30 - 16.30	K, M, Dz	NIE	TAK tel. PCPR - 502 153 040 86 306 72 08 sekretariat@pcprwysokiemazowieckie.pl tel. Lokalnego Punktu Pomocy Pokrzywdzonym Przystępstwem w Wysokiem Mazowieckiem kom. 518 595 708 e-mail: pokrzywdzeni.wysokie@pryzmat.org.pl	przy Centrum działa Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przystępstwem

62	Punkt Konsultacyjny dla osób uzależnionych i ich rodzin	Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Wysokiem Mazowieckiem	G	Ludowa 15 18-200 Wysokie Mazowieckie 86 476 15 14 sekretariat@wysokiemazowieckie.pl	poradnictwo psychologiczne - konsultacje indywidualne w zakresie alkoholizmu, narkomanii, przemocy domowej	I i III poniedziałek miesiąca	K, M	NIE	TAK 86 476 15 14	
<b>Powiat Zambrowski</b>										
63	Punkt informacyjno - konsultacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zambrowie	P	Fabryczna 3 18-300 Zambrów tel./ fax 86 271 06 69 pcpr@powiatzambrowski.com <a href="https://pcpr.powiatzambrowski.com/">https://pcpr.powiatzambrowski.com/</a>	Porady prawne, psychologiczne, socjalne, pedagogiczne	Psycholog - 1 i 3 środa miesiąca 10.00 - 12.00 Radca Prawny - w każdą środę 14.00 - 15.30 Pracownik socjalny - od poniedziałku do piątku 7.00 - 15.00 Specjalista pracy z rodziną - od poniedziałku do piątku 7.00 - 15.00	K, M, Dz	NIE	TAK tel. 86 271 06 69 e-mail: pcpr@powiatzambrowski.com	

\* G- gminna, P - powiatowa, W - wojewódzka

\*\* K- kobiety, M - mężczyźni, Dz - dzieci