

CZĘŚĆ I: lista wg art. 8a ust 1 pkt 1 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej (t.j. Dz. U. z 2026 r. poz. 44)

LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

RODZINNE

L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
1.	Sokólski Fundusz Lokalny	Pomoc socjalna, finansowa.	ul. Grodzieńska 1 16-100 Sokółka	451 592 552 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 10.00-14.00	https://fundacjasfl.pl/ e-mail: fundacjasfl@gmail.com	Każdy mieszkaniec powiatu.
2.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sokółce	Pomoc społeczna, piecza zastępcza, wsparcie rodzin i niepełnosprawnych, przeciwdziałanie przemocy.	ul. Marsz. J. Piłsudskiego 8 16-100 Sokółka	85 711 08 23 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	https://sokolka-powiat.pl/pl/powiatowe-centrum-pomocy-rodzinie-w-sokolce/ e-mail: pcpr.sokolka@sokolka-powiat.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
3.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Sokółce	Pomoc dla rodzin z problemami: przemoc, alkohol. Profilaktyka i leczenie uzależnień.	ul. Plac Kościuszki 1 16-100 Sokółka	85 711 09 12 85 711 09 00 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	e-mail:kancelaria@sokolka.pl	Każdy mieszkaniec gminy Sokółka.
4.	Gminny Punkt Pomocy Rodzinie w Sokółce	Pomoc dla rodzin z problemami: psychologicznymi, opiekuńczymi, wychowawczymi, przemoc, uzależnienia	ul. Plac Kościuszki 26 16-100 Sokółka	784 750 896 koszt zgodnie z taryfą operatora	Porady ogólne i rodzinne: pn. 13:45-18:00 wt. 11:30-18:30 śr. 12:00-17:00 czw.12:15-18:00 pt. 16:00 -19:00	https://sokolka.pl/gppr/	Każdy mieszkaniec gminy Sokółka.
5.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Sokółce	Pomoc socjalna, finansowa.	ul. Generała Jana Henryka Dąbrowskiego 12 16-100 Sokółka	85 711 20 64 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.00-15.00	https://opssokolka.pl/ e-mail: sekretariat@opssokolka.pl	Każdy mieszkaniec gminy Sokółka.
6.	Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju Ziemi Sokólskiej „BARKA”	Wsparcie edukacyjne dzieci i młodzieży, pomoc rodzinom w trudnej sytuacji życiowej, przeciwdziałanie	ul. Adama Mickiewicza 2A, 16-100 Sokółka	85 711 21 34 691 393 550 koszt zgodnie z taryfą operatora	Po wcześniejszym kontakcie telefonicznym.	e-mail: barka-sokolka@wp.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.

		wykluczeniu społecznemu.					
7.	Stowarzyszenie na rzecz osób niepełnosprawnych „Razem”	Wspieranie rodzin i opiekunów osób niepełnosprawnych. Pomoc i edukacja osób niepełnosprawnych.	ul. Piłsudskiego 5, 16-100 Sokółka	85 711 85 08 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. -pt. 7:00-15:00	https://wtzsokolka.com.pl/ e-mail: wtzsokolka@gmail.com/ snron.razem@gmail.com	Każdy mieszkaniec powiatu.
8.	Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania Osób Niepełnosprawnych „Pod Skrzydłami”	Pomoc i edukacja osób niepełnosprawnych. Wspieranie rodzin i opiekunów osób niepełnosprawnych.	Os. Zielone 1A 16-100 Sokółka	85 711 26 78 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. -pt. 8:00-16:00	https://podskrzydlamisokolka.pl/ e-mail: pod.skrzydłami@o2.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
9.	Fundacja Biebrzańska	Rozwój lokalnych usług społecznych, wsparcie asystenckie i opiekuńcze rodzin, aktywizacja społeczna.	ul. Plac Kościuszki 21 16-150 Suchowola	85 712 83 07 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 8:00-16:00	https://biebrza-leader.pl/ e-mail: sekretariat@biebrza-leader.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
10.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii w Kuźnicy	Pomoc dla rodzin z problemami: uzależnienia, alkohol, narkomania, przemoc domowa.	Plac 1000-lecia P.P. 1 16-123 Kuźnica	85 722 92 96 85 722 92 81 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7:00-15:00	https://kuznica.ug.gov.pl/strona-3338-gminna-komisja-rozwiazywania-problemow.html e-mail: sekretariat@kuznica.ug.gov.pl	Każdy mieszkaniec gminy Kuźnica.
11.	Gminny Punkt Pomocy Psychologicznej w Kuźnicy	Pomoc psychologiczna: dzieciom, młodzieży, osobom indywidualnym, rodzinom.	ul. Sokóleńska 5 (stara szkoła, wejście obok „Caritas”) 16-123 Kuźnica	694 777 250 koszt zgodnie z taryfą operatora	czw. 13:00-17:00 (przerwa wakacyjna lipiec–sierpień)	https://kuznica.ug.gov.pl/aktualnosc-317-gminny-punkt-pomocy-psychologicznej-w.html e-mail: sekretariat@kuznica.ug.gov.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
12.	Stowarzyszenie „Placówka”	Pomoc dla osób starszych, niepełnosprawnych oraz wsparcie rodzin w trudnej sytuacji.	Bagny 17A 16-200 Dąbrowa Białostocka	85 712 91 84 koszt zgodnie z taryfą operatora	Po wcześniejszym kontakcie telefonicznym.	e-mail: bagnypsp@onet.pl https://bagny.edupage.org/	Każdy mieszkaniec powiatu.
13.	Stowarzyszenie na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Radość Życia”	Pomoc niepełnosprawnym i opieka. Warsztat dziennej terapii zajęciowej.	ul. Solidarności 1, 16-200 Dąbrowa Białostocka	siedziba: 85 712 02 85 663 784 302 Warsztat Terapii Zajęciowej:	pn.-pt. 7.00-16.00	https://www.stow-wtz.pl/ e-mail: stow.wtz.d@wp.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.

			adres do korespondencji: ul. Gen. N. Sulika 1, 16-200 Dąbrowa Białostocka	85 712 02 18, 502 243 292 koszt zgodnie z taryfą operatora			
14.	Fundacja „Gama”	Pomoc niepełnosprawnym, ochrona życia rodzinnego profilaktyka i edukacja.	ul. gen. N. Sulika 1 16-200 Dąbrowa Białostocka	85 712 02 85 510 568 007 koszt zgodnie z taryfą operatora	Nie ma godzin urzędowania. (zalecany kontakt telefoniczny)	https://www.fundacijagama.pl/ e-mail: fundacijagama@gmail.com	Każdy mieszkaniec powiatu.
15.	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Dąbrowie Białostockiej	Pomoc socjalna i finansowa.	ul. Solidarności 1, 16-200 Dąbrowa Białostocka	85 712 11 53 85 712 12 46 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	https://samorząd.gov.pl/web/mops-dabrowa-bialostocka e-mail: opsdbrowa@mopsdb.pl	Każdy mieszkaniec gminy Dąbrowa Białostocka.
16.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Szudziałowie	Pomoc socjalna i finansowa.	ul. Bankowa 1 16-113 Szudziałowo	85 722 17 94 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	https://szudzialowo-gmina.pl/strona-3418-jednostki_organizacyjne.html e-mail: gops@szudzialowo-gmina.pl	Każdy mieszkaniec gminy Szudziałowo.
17.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Janowie	Pomoc socjalna i finansowa.	ul. Parkowa 3 16-130 Janów	85 655 04 98 85 655 11 78 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	https://janow.com.pl/pl/kontakt-menu.html e-mail: gops@janow.com.pl	Każdy mieszkaniec gminy Janów.
18.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowym Dworze	Pomoc socjalna i finansowa.	ul. Wesoła 2 16-205 Nowy Dwór	85 722 65 49 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	https://www.gminanowydwor.pl/gminny-osrodek-pomocy-spoecznej/kontakt/ e-mail: gops@gminanowydwor.pl	Każdy mieszkaniec gminy Nowy Dwór.
19.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sidrze	Pomoc socjalna i finansowa.	ul. Rynek 5 16-124 Sidra	85 722 09 89 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.00-15.00	https://gmina-sidra.pl/jednostki-organizacyjne.html e-mail: gops@gmina-sidra.pl	Każdy mieszkaniec gminy Sidra.
20.	Miejsko - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Suchowoli	Pomoc socjalna i finansowa.	Plac Kościuszki 5 16-150 Suchowola	85 722 94 17 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	https://suchowola.naszops.pl/ e-mail: mgops@suchowola.pl	Każdy mieszkaniec gminy Suchowola.
21.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Kuźnicy	Pomoc socjalna i finansowa.	ul. 1000-lecia Państwa Polskiego 1 16-123 Kuźnica	85 722 92 96 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.00-15.00	https://gops.kuznica.ug.gov.pl/ e-mail: gops@kuznica.ug.gov.pl	Każdy mieszkaniec gminy Kuźnica.

22.	Miejsko – Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Krynkach	Pomoc socjalna i finansowa.	ul. Grabarska 16 16-120 Krynki	85 722 85 50 wew. 41 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	https://krynki.pl/strona-3813-mgops.html e-mail: mgops@krynki.pl	Każdy mieszkaniec gminy Krynki.
23.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Korycinie	Pomoc socjalna i finansowa.	ul. Knyszyńska 2 A 16-140 Korycin	85 722 91 90 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	http://gops.korycin.pl/ e-mail: gops@korycin.pl	Każdy mieszkaniec gminy Korycin.
PSYCHOLOGICZNE							
L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
24.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sokółce	Specjalistyczne poradnictwo psychologiczne, wsparcie w sytuacjach kryzysowych, poradnictwo dla rodzin naturalnych i zastępczych, pomoc psychologiczna dla osób niepełnosprawnych oraz wsparcie dla osób doznających przemocy domowej.	ul. Marsz. J. Piłsudskiego 8 16-100 Sokółka	85 711 08 23 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	https://sokolka-powiat.pl/powiatowe-centrum-pomocy-rodzinie-w-sokolce/ e-mail: pcpr.sokolka@sokolka-powiat.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
25.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Sokółce	Pomoc dla rodzin z problemami: uzależnienia, alkohol, narkomania, przemoc domowa.	Plac Kościuszki 1 16-100 Sokółka	85 711 09 00 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. 7:30 -15:30 wt. 8:00 -16:00 śr. - pt. 7:30 - 15:30	e-mail: kancelaria@sokolka.pl	Mieszkańcy gminy Sokółka.
26.	Gminny Punkt Pomocy Rodzinie w Sokółce	Pomoc rodzinom w kryzysie, wsparcie psychologiczne, pedagogiczne, mediacje rodzinne oraz doradztwo terapeuty uzależnień. Wsparcie w rozwiązywaniu problemów wychowawczych i przeciwdziałaniu przemocy domowej.	Plac Kościuszki 26 16-100 Sokółka	784 750 896 koszt zgodnie z taryfą operatora	Porady ogólne i rodzinne: pn. 13:45-18:00 wt. 11:30-18:30 śr. 12:00-17:00 czw. 12:15-18:00 pt. 16:00 -19:00	https://sokolka.pl/gppr/	Mieszkańcy gminy Sokółka.
27.	Gminny Punkt Pomocy	Bezpłatna pomoc psychologiczna dla	ul. Sokóleńska 5 16-123 Kuźnica	694 777 250 koszt zgodnie z	czw. 13.00-17.00	e-mail: sekretariat@kuznica.ug.gov.pl	Mieszkańcy gminy Kuźnica.

	Psychologicznej w Kuźnicy	dzieci, młodzieży, osób dorosłych oraz rodzin z terenu gminy. Wsparcie w sytuacjach kryzysowych, problemach wychowawczych oraz emocjonalnych.		taryfą operatora			
28.	Centrum Wsparcia dla osób dorosłych w kryzysie psychicznym (zlecenie NFZ)	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze	Fundacja ITAKA	800 70 2222 bezpłatna infolinia	24 godziny przez 7 dni w tygodniu	https://centrumwsparcia.pl/ e-mail: porady@centrumwsparcia.pl	Dla osób będących w kryzysie psychicznym
29.	Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży w Sokółce	Bezpłatne wsparcie psychologiczne, psychoterapeutyczne oraz pomoc terapeutyczną środowiskowego dla dzieci i młodzieży (do 21. roku życia w przypadku kontynuowania nauki) oraz ich rodzin. Pomoc w stanach lękowych, problemach emocjonalnych i trudnościach wychowawczych.	ul. Władysława Broniewskiego 2, 16-100 Sokółka.	508 280 237 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. i czw.: 11.00-20.00 wt., śr., pt.: 08.00-16.00 (lub 14.00 w wybrane dni).	http://spspoz.pl/osrodek-srodowiskowej-opieki-psychologicznej-i-psychoterapeutycznej-dla-dzieci-i-mlodziezy/ Kontakt również przez profil na Facebooku.	Dzieci i młodzież ucząca się oraz ich opiekunowie prawni z terenu powiatu. Nie wymagane skierowanie.
PEDAGOGICZNE							
L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
30.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna	Wspomaganie rozwoju i efektywności uczenia się dzieci i młodzieży, pomoc w wyborze kierunku kształcenia i zawodu, udzielanie pomocy psychologiczno-pedagogicznej oraz logopedycznej, pomoc rodzicom i nauczycielom w	Osiedle Zielone 1B, 16-100 Sokółka	85 711 32 91 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-czw. 7:30 - 15:30 pt. 7:30 - 15:00	https://www.ppp.sokolka.com/ E-mail: pppsokolka@interia.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.

		wychowaniu i kształceniu.					
31.	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Dąbrowie Białostockiej	Diagnozowanie dzieci i młodzieży, wydawanie opinii i orzeczeń, pomoc logopedyczna, psychologiczna, pedagogiczna oraz doradztwo zawodowe.	ul. Tysiąclecia Państwa Polskiego 24A, 16-200 Dąbrowa Białostocka	(85) 7121346 455 409 056 koszt zgodnie z taryfą operatora	sekretariat: pon. – pt. 7:30-15:30 ogólne godz. pracy placówki: pn.-wt. 7:30-17:30 śr. 7:30-17:00 czw.-pt. 7:30-18:00	http://www.pppdabrowa.webserwer.pl e-mail: pppdabrowabial@wp.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
POMOC SPOŁECZNA							
L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
32.	Fundacja „Sokółski Fundusz Lokalny”	Poradnictwo socjalne, wsparcie osób zagrożonych wykluczeniem społecznym, pomoc żywnościowa i rzeczowa dla osób w trudnej sytuacji materialnej, koordynacja lokalnych inicjatyw społecznych oraz wsparcie dla osób starszych i niepełnosprawnych.	Plac Kościuszki 9 16-100 Sokółka siedziba i biuro obsługi: ul. Grodzieńska 1, 16-100 Sokółka	85 711 57 00 451 592 552 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 8:00-16:00	https://fundacjasfl.pl/ e-mail: fundacjasfl@gmail.com	Każdy mieszkaniec powiatu.
33.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sokółce	Pomoc społeczna, organizowanie opieki w rodzinach zastępczych, pomoc usamodzielnianym wychowankom, rehabilitacja społeczna osób niepełnosprawnych, pomoc cudzoziemcom oraz poradnictwo specjalistyczne.	ul. Marsz. J. Piłsudskiego 8 16-100 Sokółka	85 711 08 23 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. - pt. 7:30-15:30	https://sokolka-powiat.pl/powiatowe-centrum-pomocy-rodzinie-w-sokolce/ e-mail: pcpr.sokolka@sokolka-powiat.pl	Mieszkańcy powiatu sokólskiego (osoby niepełnosprawne, rodziny zastępcze, osoby w kryzysie).
34.	Gminny Punkt Pomocy Rodzinie w Sokółce	Pomoc dla rodzin z problemami: rozwoju osobistego, opiekuńczymi, przemoc, uzależnienia.	Plac Kościuszki 26 16-100 Sokółka	784 750 896 koszt zgodnie z taryfą operatora	Porady ogólne i rodzinne: pn. 13:45-18:00 wt. 11:30-18:30 śr. 12:00-17:00	https://sokolka.pl/gppr/	Każdy mieszkaniec miasta i gminy Sokółka.

					czw.12:15-18:00 pt. 16:00 -19:00		
35.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Sokółce	Praca socjalna, wsparcie finansowe i niefinansowe, pomoc osobom starszym i niepełnosprawnym, przeciwdziałanie przemocy domowej i uzależnieniom.	ul. Generała Jana Henryka Dąbrowskiego 12 16-100 Sokółka	85 711 20 64 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.00-15.00 Wydział Świadczeń Rodzinnych pn.-pt. 7.30-15.30	https://opssokolka.pl/ e-mail: sekretariat@opssokolka.pl	Każdy mieszkaniec miasta i gminy Sokółka.
36.	Stowarzyszenie „Kładka”	Pomoc potrzebującym, prowadzenie stołówki socjalnej, wydawanie odzieży.	siedziba: ul. Szkolna 2, 16-100 Sokółka stołówka: Plac Kościuszki 9A, 16-100 Sokółka	85 711 21 36 koszt zgodnie z taryfą operatora	siedziba 8:00-15:30 stołówka pn.-sob. 11.00-14.00	-----	Każdy mieszkaniec powiatu.
37.	Miejsko - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Suchowoli	Pomoc socjalna. Pomoc finansowa.	Plac Kościuszki 5 16-150 Suchowola	85 722 94 17 85 722 94 18 85 722 94 09 85 722 94 19 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	https://suchowola.naszops.pl/http e-mail: mgops@suchowola.pl.	Każdy mieszkaniec miasta i gminy Suchowola.
38.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Korycinie	Pomoc socjalna. Pomoc finansowa.	ul. Knyszyńska 2 A 16-140 Korycin	85 722 91 90 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	http://gops.korycin.pl/ e-mail: gops@korycin.pl	Każdy mieszkaniec gminy Korycin.
39.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Kuźnicy	Pomoc socjalna. Pomoc finansowa.	ul. 1000-lecia Państwa Polskiego 1 16-123 Kuźnica	85 722 92 96 85 722 92 99 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.00-15.00	https://gops.kuznica.ug.gov.pl/ e-mail: gops@kuznica.ug.gov.pl.	Każdy mieszkaniec gminy Kuźnica.
40.	Miejsko – Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Krynkach	Pomoc socjalna. Pomoc finansowa.	ul. Grabarska 16 16-120 Krynki	85 722 85 50 wew. 41 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7:30–15:30.	https://krynki.pl/strona-3813-mgops.html e-mail: mgops@krynki.pl	Każdy mieszkaniec gminy Krynki.
41.	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Dąbrowie Białostockiej	Pomoc socjalna. Pomoc finansowa.	ul. Solidarności 1 16-200 Dąbrowa Białostocka	85 712 11 53 85 712 12 46 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	https://samorząd.gov.pl/web/mops-dabrowa-bialostocka e-mail: opsdabrowa@mopsdb.pl	Każdy mieszkaniec gminy Dąbrowa Białostocka.
42.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Szudziałowie	Pomoc socjalna. Pomoc finansowa.	ul. Bankowa 1 16-113 Szudziałowo	85 722 17 94 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	https://szudzialowo-gmina.pl/strona-3392-informacje_gops.html e-mail: gops@szudzialowo-gmina.pl	Każdy mieszkaniec gminy Szudziałowo.

43.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Janowie	Pomoc socjalna. Pomoc finansowa.	ul. Parkowa 3 16-130 Janów	85 655 11 78 85 655 04 98 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	https://www.janow.com.pl/pl/kontakt-menu.html e-mail: gops@janow.com.pl.	Mieszkańcy gminy Janów
44.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowym Dworze	Pomoc socjalna. Pomoc finansowa.	ul. Wesoła 2 16-205 Nowy Dwór	85 722 65 49 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7:30–15:30	https://www.gminanowydwor.pl/gminny-osrodek-pomocy-spoeczniej/kontakt/ e-mail: gops@gminanowydwor.pl.	Mieszkańcy gminy Nowy Dwór
45.	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sidrze	Pomoc socjalna. Pomoc finansowa.	ul. Rynek 5 16-124 Sidra	85 722 09 89 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7:00–15:00	https://gmina-sidra.pl/jednostki-organizacyjne.htm e-mail: gops@gmina-sidra.pl.	Mieszkańcy gminy Sidra.
46.	Powiatowy Zespół do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności w Sokółce	Wydawanie orzeczeń o niepełnosprawności dzieci i dorosłych, legitymacje, karty parkingowe.	ul. Marsz. J. Piłsudskiego 8 16-100 Sokółka 4a parter	85 7110863 85 7110863 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7:30-15:30	https://sokolka-powiat.pl/pl/wydzialy-starostwa/powiatowy-zespol-do-spraw-orzekania-o-niepelnosprawnosci-w-sokolce/	Każdy mieszkaniec gminy Sokółka.
ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ							
L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
47.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sokółce	Pomoc rodzinie, piecza zastępcza, wsparcie osób niepełnosprawnych oraz interwencja kryzysowa.	ul. Marsz. J. Piłsudskiego 8 16-100 Sokółka	85 711 08 23 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7:30-15:30	https://sokolka-powiat.pl/pl/powiatowe-centrum-pomocy-rodzinie-w-sokolce/ e-mail: pcpr.sokolka@sokolka-powiat.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
48.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Sokółce	Pomoc dla rodzin z problemami: uzależnienia, alkohol, narkomania, przemoc domowa.	Plac Kościuszki 1 16-100 Sokółka	85 711 09 00 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. 7:30-15:30 wt. 8:00-16:00 śr.-pt. 7:30-15:30	e-mail: kancelaria@sokolka.pl	Każdy mieszkaniec gminy Sokółka.
49.	Gminny Punkt Pomocy Rodzinie w Sokółce	Bezpłatna pomoc dla rodzin z problemami: rozwoju osobistego, opiekuńczymi, przemoc, uzależnienia.	Plac Kościuszki 26 16-100 Sokółka	784 750 896 koszt zgodnie z taryfą operatora	Porady ogólne i rodzinne: pn. 13:45-18:00 wt. 11:30-18:30 śr. 12:00-17:00 czw.12:15-18:00 pt. 16:00 -19:00	https://sokolka.pl/gppr/	Każdy mieszkaniec gminy Sokółka.
50.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Sokółce	Pomoc socjalna. Pomoc finansowa.	ul. Generała Jana Henryka Dąbrowskiego 12 16-100 Sokółka	85 711 20 64 58 555 81 22 koszt zgodnie z taryfą operatora	Pn.-pt. 7.00-15.00	https://opssokolka.pl/ e-mail: sekretariat@opssokolka.pl.	Mieszkańcy Gminy Sokółka w trudnej sytuacji życiowej

51.	Środowiskowy Dom Samopomocy Społecznej	Oparcie społeczne, treningi umiejętności życiowych oraz wsparcie psychologiczne dla osób z zaburzeniami psychicznymi i niepełnosprawnością intelektualną.	Osiedle Centrum 18 16-100 Sokółka	85 711 29 22 koszt zgodnie z taryfą operatora	Pn.-pt. 7.00-15.00	https://sdssokolka.prv.pl/kontakt e-mail: sdssokolka@o2.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
52.	Komenda Powiatowa Policji w Sokółce	Bezpieczeństwo publiczne, przeciwdziałanie przemocy domowej (procedura Niebieskiej Karty), prewencja kryminalna oraz pomoc ofiarom przestępstw.	ul. Białostocka 69b 16-100 Sokółka	47 712 32 12 112 koszt zgodnie z taryfą operatora	7 dni w tygodniu całą dobę	https://sokolka.policja.gov.pl/p13/ e-mail: komendant.kpp@sokolka.bk.policja.gov.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
53.	Prokuratura Rejonowa w Sokółce	Ściganie przestępstw, ochrona praworządności oraz wsparcie informacyjne dla pokrzywdzonych i świadków.	ul. Piłsudskiego 7 16-100 Sokółka	85 722 99 60 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.45-15.45	https://www.gov.pl/web/po-bialystok/prokuratura-rejonowa-w-sokolce e-mail: biuro.podawcze.prsok@prokuratura.gov.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
54.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii w Kuźnicy	Pomoc dla rodzin z problemami: uzależnienia, alkohol, narkomania, przemoc domowa.	Plac 1000-lecia P.P. 1 16-123 Kuźnica	85 722 92 81 85 722 92 96 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. - pt. 7:00 - 15:00	https://kuznica.ug.gov.pl/strona-3338-gminna-komisja-rozwiazywania-problemow.html e-mail: sekretariat@kuznica.ug.gov.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
55.	Gminny Punkt Pomocy Psychologicznej w Kuźnicy	Pomoc dla rodzin z problemami: uzależnienia, alkohol, narkomania, przemoc domowa.	ul. Sokóleńska 5 (stara szkoła, wejście obok „Caritas”) 16-123 Kuźnica	694 777 250	czw. 13.00-17.00 (przerwa wakacyjna lipiec-sierpień)	https://kuznica.ug.gov.pl/aktualnosc-317-gminny-punkt-pomocy-psychologicznej-w.html e-mail: sekretariat@kuznica.ug.gov.pl.	Każdy mieszkaniec powiatu.
56.	Gminna Komisja Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Suchowoli	Pomoc dla rodzin z problemami: uzależnienia, alkohol, narkomania, przemoc domowa.	Plac Kościuszki 5 16 150 Suchowola	85 722 94 18 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. - pt. 7:30 - 15:30	e-mail: mgops@suchowola.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.

[illegible]

L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
64.	Fundacja „Sokółski Fundusz Lokalny”	Wsparcie w zakresie programów stypendialnych dla młodzieży, pomoc w wypełnianiu wniosków grantowych oraz poradnictwo dotyczące inicjatyw społecznych i edukacyjnych.	Plac Kościuszki 9 16-100 Sokółka siedziba i biuro obsługi: ul. Grodzieńska 1, 16-100 Sokółka	85 711 57 00 451 592 552 koszt zgodnie z taryfą operatora	Pn. - Pt: 8:00 - 16:00	https://fundacjasfl.pl/ e-mail: fundacjasfl@gmail.com	Każdy mieszkaniec powiatu.
65.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sokółce	Praca socjalna, wspieranie rodziny i pieczy zastępczej, pomoc osobom z niepełnosprawnościami i (PFRON) oraz przeciwdziałanie przemocy domowej.	ul. Marsz. J. Piłsudskiego 8 16-100 Sokółka	85 711 08 23 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	https://sokolka-powiat.pl/pl/powiatowe-centrum-pomocy-rodzinie-w-sokolce/ e-mail: pcpr.sokolka@sokolka-powiat.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
66.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Sokółce	Działania w zakresie przeciwdziałania przemocy domowej (Niebieska Karta).	Plac Kościuszki 1 16-100 Sokółka	85 711 09 00 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. 7:30 - 15:30 wt. 8:00 -16:00 śr. - pt. 7:30 - 15:30	e-mail: kancelaria@sokolka.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
67.	Gminny Punkt Pomocy Rodzinie w Sokółce	pomoc w rozwiązywaniu konfliktów rodzinnych i przeciwdziałanie przemocy domowej.	Plac Kościuszki 26 16-100 Sokółka	784 750 896 koszt zgodnie z taryfą operatora	Porady ogólne i rodzinne: pn. 13:45-18:00 wt. 11:30-18:30 śr. 12:00-17:00 czw.12:15-18:00 pt. 16:00 -19:00	https://sokolka.pl/gppr/	Każdy mieszkaniec powiatu.
68.	Komenda Powiatowa Policji w Sokółce	Bezpieczeństwo publiczne, przeciwdziałanie przemocy domowej (procedura Niebieskiej Karty), prewencja kryminalna oraz wsparcie ofiar przestępstw.	ul. Białostocka 69b 16-100 Sokółka	47 712 32 12 112 koszt zgodnie z taryfą operatora	7 dni w tygodniu całą dobę	https://sokolka.policja.gov.pl/p13/ e-mail: komendant.kpp@sokolka.bk.policja.gov.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
69.	Prokuratura Rejonowa w Sokółce	Ściganie przestępstw, ochrona praworządności,	ul. Piłsudskiego 7 16-100 Sokółka	85 722 99 60 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.45-15.45	https://www.gov.pl/web/po-bialystok/prokuratura-rejonowa-w-sokolce	Każdy mieszkaniec powiatu.

		informowanie o uprawnieniach i obowiązkach pokrzywdzonych oraz świadków w procesie karnym.				e-mail: biuro.podawcze.prsok@prokuratura.gov.pl	
70.	Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży	Bezpłatne i anonimowe wsparcie psychologiczne dla dzieci i młodzieży w trudnych sytuacjach życiowych (problemy w domu, szkole, przemoc, depresja, myśli samobójcze).	Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę ul. Mazowiecka 12/25 00-048 Warszawa	116 111 Bezpłatna infolinia	Całodobowo (24h/7)	https://116111.pl/o-116111/	Każdy mieszkaniec powiatu.
71.	Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka	Bezpłatne wsparcie psychologiczne i prawne dla dzieci oraz ich opiekunów; pomoc w sprawach przemocy, problemów szkolnych, rodzinnych i rówieśniczych.	ul. Chocimska 6, 00-791 Warszawa	800 12 12 12 Bezpłatna infolinia	Całodobowo (24h/7)	https://brpd.gov.pl/	Dzieci, młodzież oraz dorośli dzwoniący w sprawach dzieci.
72.	Ogólnopolskie Pogotowie dla Osób Doznających Przemocy Domowej "Niebieska Linia"	Wsparcie psychologiczne, poradnictwo prawne oraz informacje o miejscach pomocy w lokalnej społeczności dla osób doznających przemocy i świadków przemocy domowej.	ul. Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa	800 120 002 Bezpłatna infolinia	Całodobowo (24h/7)	https://niebieskalinia.info/ e-mail: niebieskalinia@niebieskalinia.info	Osoby doznające przemocy domowej.
INTERWENCJA KRYZYSOWA							
L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
73.	Fundacja „Sokółski Fundusz Lokalny”	Informowanie o możliwościach uzyskania wsparcia finansowego (stypendia, granty) oraz doradztwo w zakresie pozyskiwania pomocy socjalnej i	Plac Kościuszki 9 16-100 Sokółka siedziba i biuro obsługi: ul. Grodzieńska 1, 16-100 Sokółka	85 711 57 00 451 592 552 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 8:00-16:00	https://fundacjasfl.pl/ e-mail: fundacjasfl@gmail.com	Każdy mieszkaniec powiatu.

		pisania wniosków o dofinansowanie inicjatyw lokalnych.					
74.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sokółce	Natychmiastowa pomoc psychologiczna i socjalna dla osób w stanie kryzysu (np. zdarzenia losowe, przemoc, strata), poradnictwo specjalistyczne oraz wsparcie w sytuacjach nagłych.	ul. Marsz. J. Piłsudskiego 8 16-100 Sokółka	85 711 08 23 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	https://sokolka-powiat.pl/pl/powiatowe-centrum-pomocy-rodzinie-w-sokolce/ e-mail: pcpr.sokolka@sokolka-powiat.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
75.	Ośrodek Pomocy Społecznej w Sokółce	Pomoc socjalna. Pomoc finansowa.	ul. Generała Jana Henryka Dąbrowskiego 12 16-100 Sokółka	85 711 20 64 58 555 81 22 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.00-15.00	https://opssokolka.pl/ e-mail: sekretariat@opssokolka.pl.	Każdy mieszkaniec powiatu.
76.	Stowarzyszenie „Kładka”	Osoby w trudnej sytuacji życiowej, opuszczające zakłady karne, uzależnione i ich bliscy, mieszkańcy powiatu sokólskiego.	siedziba: ul. Szkolna 2, 16-100 Sokółka stołówka: Plac Kościuszki 9A, 16-100 Sokółka	85 711 21 36 koszt zgodnie z taryfą operatora	siedziba 8:00-15:30 stołówka pn.-sob. 11.00-14.00	-----	Każdy mieszkaniec powiatu.
77.	Centralne Zarządzanie Kryzysowe	Monitorowanie bezpieczeństwa	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa Rakowiecka 2A 00-993 Warszawa	47 721 69 07 koszt zgodnie z taryfą operatora	Całodobowy Dyżur.	http://rcb.gov.pl e-mail: dyzurny@rcb.gov.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
DLA OSÓB BEZROBOTNYCH							
L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
78.	Powiatowy Urząd Pracy w Sokółce	Poradnictwo zawodowe, pomoc w poszukiwaniu pracy, wsparcie w zakresie instrumentów rynku pracy oraz informowanie o możliwościach podnoszenia	ul. Kryńska 40, 16-100 Sokółka	85 722 90 10 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	https://sokolka.praca.gov.pl/ e-mail: biso@praca.gov.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.

		kwalfikacji, poradnictwo dla pracodawców w zakresie zatrudniania cudzoziemców oraz tworzenia nowych miejsc pracy.					
79.	Powiatowy Urząd Pracy w Sokółce Filia w Dąbrowie Białostockiej	Poradnictwo zawodowe, pomoc w poszukiwaniu pracy, wsparcie w zakresie instrumentów rynku pracy oraz informowanie o możliwościach podnoszenia kwalifikacji.	ul. Gen. N. Sulika 4a 16-200 Dąbrowa Białostocka	85 712 66 40 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	strona www: sokolka.praca.gov.pl e- mail: biso@praca.gov.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
80.	Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia	Pod tym numerem udzielane są informacje o usługach urzędów pracy	Jednostka ogólnopolska (obsługiwana przez Centrum Informacyjno- Konsultacyjne Służb Zatrudnienia).	19 524 (z Polski) +48 22 19524 (z zagranicy) koszt zgodnie z taryfą operatora.	pn.-pt. 8.00-18.00	https://zielonalinia.gov.pl e-mail: kontakt@zielonalinia.gov.pl biuro@zielonalinia.gov.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM							
L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
81.	Lokalny Punkt Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przestępstwem w Sokółce	Bezpłatne poradnictwo prawne, wsparcie psychologiczne oraz pomoc materialna	TOWARZYSTW O AMICUS Punkt w Sokółce ul. Generała Henryka Jana Dąbrowskiego 12	667 684 321 koszt zgodnie z taryfą operatora	śr. 15:00-20:00 czw.15:00-20:00	https://www.towarzystwoamicus.pl/osr-odek-pomocy/2026.html e-mail: biuro@towarzystwoamicus.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
PRAWO KONSUMENCKIE							
L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
82.	Powiatowy Rzecznik Konsumentów	Udzielanie porad prawnych w sprawach ochrony interesów konsumentów.	ul. Marsz. J. Piłsudskiego 8, 16-100 Sokółka	85 711 08 53 pokój nr 73 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. 8:00-10:00 (po wcześniejszym umówieniu)	https://bip-stsokolka.podlaskie.eu/starostwopowiatowe/powiatowyrzecznikkonsumentow/2/podstawy-prawne-dzialania.html# e-mail: rzecznik@sokolka-powiat.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.

83.	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Prawo konsumenckie	Plac Powstańców Warszawy 1 00-950 Warszawa	22 556 08 00	pn.-pt. 8.15-16.15	https://uokik.gov.pl/ e-mail: uokik@uokik.gov.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
PRAWO DZIECKA							
L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
84.	Rzecznik Praw Dziecka	Ochrona praw dziecka.	ul. ul. Chocimska 6 00-791 Warszawa	22 583 66 00 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.- pt. 8.15-16.15	https://brpd.gov.pl/ e-mail: rpd@brpd.gov.pl.	Każdy mieszkaniec powiatu.
85.	Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka	Prawo dziecka.	ul. ul. Chocimska 6 00-791 Warszawa	800 121 212 Bezpłatna infolinia	Całodobowo (24h/7)	https://brpd.gov.pl/dzieciecy-telefon-zaufania-rzecznika-praw-dziecka/	Każdy mieszkaniec powiatu.
PRAWO PACJENTA							
L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
86.	Rzecznik Praw Pacjenta	Ochrona praw pacjenta	ul. Płocka 11/13 01-231 Warszawa	800 190 590 biuro: (22) 22 532 83 00 koszt zgodnie z taryfą operatora	Infolinia całodobowo (24h/7) Przyjęcia interesantów w biurze: pn. 8.00-18.00 wt.-pt. 8.00-16.00	https://www.gov.pl/web/rpp/rzecznik-praw-pacjenta e-mail: kancelaria@rpp.gov.pl.	Każdy mieszkaniec powiatu.
87.	Podlaski Oddział Wojewódzki Narodowego Funduszu Zdrowia	Informacje o prawie do świadczeń zdrowotnych, leczeniu w ramach NFZ, uzdrowiskach, refundacji leków oraz potwierdzanie zleceń na wyroby medyczne i wydawanie kart EKUZ.	ul. Pałacowa 3, 15-042 Białystok	800 190 590 telefoniczna informacja pacjenta; numer dla osób dzwoniących z zagranicy: (+48) 22 125 66 00 koszt zgodnie z taryfą operatora	Infolinia całodobowo (24h/7) Przyjęcia interesantów w biurze: pn. 8.00-18.00 wt.-pt. 8.00-16.00	https://www.nfz-bialystok.pl/ https://www.nfz.gov.pl/kontakt/telefoniczna-informacja-pacjenta/ e-mail: kancelaria@nfz-bialystok.pl	Każdy mieszkaniec powiatu. (ubezpieczeni lub zainteresowani ubezpieczeniem zdrowotnym)
88.	Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala	Nadzór nad realizacją świadczeń opieki zdrowotnej, rozpatrywanie skarg, informacje o czasie oczekiwania na świadczenia medyczne (kolejki), informacje o leczeniu poza	ul. Rakowiecka 26/30 02-528 Warszawa	800 190 590 telefoniczna informacja pacjenta; numer dla osób dzwoniących z zagranicy: (+48) 22 125 66 00 koszt zgodnie z taryfą operatora	Infolinia całodobowo (24h/7) Godziny pracy biura: pn.-pt. 8.00-16.00	https://www.nfz.gov.pl/ e-mail: KancelariaElektroniczna@nfz.gov.pl	Każdy mieszkaniec powiatu. (ubezpieczeni lub zainteresowani ubezpieczeniem zdrowotnym)

		granicami kraju oraz koordynacja ogólnopolskich programów profilaktycznych.					
89.	Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych	Ochrona praw osób niepełnosprawnych	siedziba: ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa korespondencja: ul. Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	538-117-590 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 8.15-16:15	https://niepelnosprawni.gov.pl/ e-mail: sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	Osoby z niepełnosprawnościami, ich opiekunowie i rodziny.
PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH							
L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
90.	ZUS Inspektorat w Sokółce	Obsługa świadczeń, emerytury, renty, zasiłki	ul. gen. Władysława Sikorskiego 38C 16-100 Sokółka	22 560 16 00 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. 8:00 - 17:00. wt.- pt. 8:00 - 15:00. infolinia (konsultanci): pon.-pt. 7:00 - 18:00.	https://www.cik.org.pl/zus/sokolka-1119 https://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-	Każdy mieszkaniec powiatu.
91.	Placówka Terenowa KRUS w Sokółce	Obsługa świadczeń, emerytury, renty, zasiłki	16-100 Sokółka ul. Miejska 8 (dojazd od ulicy Krzysztofa Jakuba Putry)	tel. 85 711 77 71, 85 711 77 72 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. 7:30 - 17:00 wt. – pt. 7:30 - 15:30	https://krus.info.pl/podlaskie/krus-sokolka/ e-mail: sokolka@krus.gov.pl	Mieszkańcy gminy Janów Krynki, Kuźnica, Sidra, Sokółka, Szudziałowo
PRAWO PRACY							
L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
92.	Okręgowy Inspektorat Pracy w Białymstoku	Bezpłatne porady z zakresu prawa pracy (m.in. umowy o pracę, wynagrodzenia, czas pracy, urlopy), legalności zatrudnienia oraz bezpieczeństwa i higieny pracy (BHP).	ul. Fabryczna 2 15-483 Białystok	85 678 57 00 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn.-pt. 7.30-15.30	https://bialystok.pip.gov.pl/ e-mail: kancelaria@bialystok.bip.gov.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
93.	Centrum Poradnictwa Państwowej Inspekcji Pracy (PIP)	Udzielanie bezpłatnych porad prawnych z zakresu	Główny Inspektorat Pracy, ul. Barska	22 391 82 15 koszt zgodnie z taryfą operatora	pon.-pt. 9:00-14:40	https://www.pip.gov.pl/kontakt/umow-telefoniczna-porade-prawna	Każdy mieszkaniec powiatu.

		prawa pracy, legalności zatrudnienia oraz bezpieczeństwa i higieny pracy. Wyjaśnianie przepisów dotyczących m.in. umów, wypowiedzeń, czasu pracy i urlopów.	28/30, 02-315 Warszawa				
PRAWO PODATKOWE							
L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
94.	Urząd Skarbowy w Sokółce	Informacje o przepisach prawa podatkowego (PIT, CIT, VAT, spadki i darowizny, PCC), obsługa deklaracji podatkowych, wydawanie zaświadczeń oraz wsparcie w obsłudze e-Urzędu Skarbowego.	ul. Białostocka 47 16-100 Sokółka	22 330 03 30 – z telefonów komórkowych 801 055 055 – z telefonów stacjonarnych +48 22 330 03 30 – z telefonów z zagranicy koszt zgodnie z taryfą operatora	Wizyta w urzędzie wymaga wcześniejszej rezerwacji terminu (telefonicznie lub przez stronę wizyta.podatki.gov.pl).	https://www.gov.pl/web/us-sokolka e-mail: us.sokolka@mf.gov.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.
95.	Krajowa Informacja Skarbowa	Udzielanie jednolitych informacji z zakresu prawa podatkowego oraz celnego. Pomoc w interpretacji przepisów dotyczących PIT, VAT, CIT, podatku od spadków i darowizn oraz akcyzy. Wsparcie techniczne przy korzystaniu z usługi Twój e-PIT i e-Urzędu Skarbowego.	ul. Warszawska 5, 43-300 Bielsko-Biała	22 330 03 30 (z telefonów komórkowych) 801 055 055 (z telefonów stacjonarnych) +48 22 330 03 30 (z zagranicy)	Infolinia pn.-pt. 8.00-18.00.	https://www.gov.pl/web/kas/krajowa-informacja-skarbowa	Każdy mieszkaniec powiatu.
DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO							
L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
96.	Rzecznik Finansowy	Poradnictwo dla osób będących w sporze z podmiotami rynku finansowego.	ul. Nowogrodzka 47A, 00-695 Warszawa	22 333 73 25-klienci podmiotów rynku bankowego i kapitałowego	pn., śr., pt. 10:00-14:00 (porady telefoniczne)	https://rf.gov.pl/ e-mail: biuro@rf.gov.pl	Każdy mieszkaniec powiatu.

				22 333 73 28-klienci podmiotów rynku ubezpieczeniowo-emerytalnego			
INNE							
L.p.	NAZWA JEDNOSTKI	ZAKRES PORADNICTWA	ADRES	TELEFON odpłatność połączeń	DOSTĘPNOŚĆ dni i godziny	WWW e-mail	KRYTERIA DOSTĘPU
97.	Rzecznik Praw Obywatelskich	Ochrona wolności oraz praw człowieka i obywatela określonych w Konstytucji oraz innych aktach normatywnych. Rzecznik bada, czy wskutek działania lub zaniechania organów władzy publicznej nie nastąpiło naruszenie prawa, a także zasad współżycia i sprawiedliwości społecznej	Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich al. Solidarności 77, 00-090 Warszawa.	800 676 676 Połączenie bezpłatne z telefonów stacjonarnych i komórkowych 22 551 77 91 koszt zgodnie z taryfą operatora	pn. 10:00-18:00, wt.-pt. 8:00-16:00	https://bip.brpo.gov.pl/pl	Każdy mieszkaniec powiatu.

CZĘŚĆ II: NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA, NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE I NIEODPŁATNA MEDIACJA (wg art. 8a ust. 1 pkt 2 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej, t.j. Dz. U. z 2026 r. poz. 44)

ZAPISY na wizyty pod numerem telefonu: 85 711 08 55.

Umawianie terminu udzielania nieodpłatnej pomocy prawnej osobom ze znaczną niepełnosprawnością ruchową, które nie mogą stawić się w punkcie osobiście, oraz osobom doświadczającym trudności w komunikowaniu się, o których mowa w art. 8 ust. 8 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej odbywa się:

- 1) telefonicznie pod nr: **85 711 08 55**,
- 2) drogą elektroniczną pod adresem e-mail: **npp@sokolka-powiat.pl**.
- 3) przez stronę Ministerstwa Sprawiedliwości: **<https://zapisy-np.ms.gov.pl/>**

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. Kobietom w ciąży udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej 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 (t.j. Dz. U. z 2023 r. poz. 20) udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej lub świadczenie nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego, odbywa się także poza punktem albo za pośrednictwem środków porozumienia się na odległość.

Osobom, o których mowa w art. 8 ust. 8 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej może być udzielona nieodpłatna pomoc prawna również poprzez:

- 4) zorganizowanie wizyty w miejscu zamieszkania tych osób lub w miejscu wyposażonym w urządzenie ułatwiające porozumiewanie się z osobami doświadczającymi trudności w komunikowaniu się lub
- 5) w miejscu, w którym zapewnia się możliwość skorzystania z pomocy tłumacza języka migowego lub

6) za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość.

Umawianie terminu udzielania nieodpłatnej pomocy prawnej osobom ze znaczną niepełnosprawnością ruchową, które nie mogą stawić się w punkcie osobiście oraz osobom doświadczającym trudności w komunikowaniu się, o których mowa w art. 8 ust. 8 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej odbywa się:

7) telefonicznie pod nr: **85 711 08 55**,

8) drogą elektroniczną pod adresem e-mail: npp@sokolka-powiat.pl.

9) przez stronę Ministerstwa Sprawiedliwości: <https://zapisy-np.ms.gov.pl/>

Osoby, o których mowa w art. 8 ust. 8 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej, które zgłoszą uzasadnioną potrzebę komunikacji za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość – pod numerem telefonu: **85 711 08 55** lub adresem e-mail: npp@sokolka-powiat.pl, przed uzyskaniem nieodpłatnej pomocy prawnej lub nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego, składają Staroście Sokólskiemu, w formie papierowej na adres: Starostwo Powiatowe w Sokółce, ul. Marsz. J. Piłsudskiego 8, 16-100 Sokółka lub elektronicznej: npp@sokolka-powiat.pl, oświadczenie, że nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej 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 Sokólskiego drogą elektroniczną oświadczenia i danych kontaktowych osoby uprawnionej porozumiewa się z nią w umówionym terminie.

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

L.p.	PROWADZĄCY	ADRESY DYŻURÓW	DNI I GODZINY	SPECJALIZACJA (o ile określono)	lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich	DANE KONTAKTOWE	WWW
98.	Punkt Radców Prawnych i Adwokatów	ul. Kryńska 40, 16-100 Sokółka (budynek Powiatowego Urzędu Pracy), pok. nr. 9	pon. 9:00-13:00 wt. 13:00-17:00 śr.-pt. 9:00-13:00	nieodpłatna pomoc prawna i mediacja	tak	INFORMACJE i ZAPISY: pon.-pt. w godz. 7.30-15.30 pod nr telefonu 85 711 08 55 e-mail: npp@sokolka-powiat.pl https://zapisy-np.ms.gov.pl/	https://bip-stsokolka.podlaskie.eu/starostwopowiatowe/nieodplatna_pomoc_prawna/
99.	Stowarzyszenie Sursum Corda (Punkt Radców Prawnych i Adwokatów)	ul. gen. N. Sulika 4A, 16-200 Dąbrowa Białostocka (zamiejscowy ośrodek Starostwa Powiatowego w Sokółce)	pon. 9:00-13:00 wt. 13:00-17:00 śr.-pt. 9:00-13:00	Nieodpłatna pomoc prawna i mediacja	tak	INFORMACJE i ZAPISY: pon.-pt. w godz. 7.30-15.30 pod nr telefonu 85 711 08 55 e-mail: npp@sokolka-powiat.pl https://zapisy-np.ms.gov.pl/	https://bip-stsokolka.podlaskie.eu/starostwopowiatowe/nieodplatna_pomoc_prawna/

