**INFORMATOR O PLACÓWKACH I ORGANIZACJACH WSPIERAJĄCYCH DZIECKO, RODZINĘ I SZKOŁĘ W WYBRANYCH POWIATACH WOJEWÓDZTWA PODLASKIEGO**

**Opracowanie: Anna Rutkowska /proedukacja.com/**

Spis treści

[Placówki prowadzące poradnictwo i terapię 3](#_Toc137980639)

[Placówki świadczące pomoc logopedyczną 17](#_Toc137980640)

[Poradnie zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży 22](#_Toc137980641)

[Poradnie neurologii dziecięcej 27](#_Toc137980642)

[Świetlice socjoterapeutyczne i środowiskowe 28](#_Toc137980643)

[Stacjonarne placówki opiekuńcze, wychowawcze, terapeutyczne 32](#_Toc137980644)

[Organizacje pozarządowe wspierające dziecko, rodzinę 35](#_Toc137980645)

[Ogólnopolskie infolinie i pomocowe strony internetowe. 40](#_Toc137980646)

„Życie nie jest problemem do rozwiązania, tylko rzeczywistością do doświadczenia.”

Søren Kierkegaard

W ramach realizacji projektu „Szkolenia i doradztwo dla kadr poradnictwa psychologiczno-pedagogicznego w województwie podlaskim”, którego celem było wsparcie merytoryczne pracowników poradni psychologiczno-pedagogicznych z województwa podlaskiego w zakresie potrzeby uzyskania wsparcia w prowadzeniu oceny funkcjonalnej i wdrażania działań postdiagnostycznych powstał informator o ośrodkach i organizacjach wspierających dziecko i rodzinę.

W niniejszym opracowaniu znajdziecie Państwo placówki z wybranych powiatów, z których poradnie psychologiczno-pedagogiczne brały udział w projekcie. Ujęte w opracowaniu placówki, ośrodki wsparcia dziecka i rodziny zostały wskazane przez poradnie. W związku z tym katalog ma formą otwartą, w tym sensie, że nie stanowi wykazu wszystkich miejsc wsparcia.

Ponad to opracowanie uwzględnia również ogólnopolskie infolinie i pomocowe strony internetowe.

Placówki prowadzące poradnictwo i terapię   
*świadczą specjalistyczną pomoc dzieciom i ich rodzinom w zakresie trudności szkolnych, emocjonalnych, psychicznych, rodzinnych (poradnictwo, diagnoza, terapia)*

**Powiat: Białystok**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 1 w Białymstoku | ul. Piotrkowska 2A  15-439 Białystok  tel. 85 744 53 50  www.poradnia.bialystok.pl  email:ppp1@um.bialystok.pl | Oferuje pomoc profilaktyczną, diagnostyczną i terapeutyczną dzieciom i młodzieży z odchyleniami i zaburzeniami rozwojowymi. Udziela porad i indywidualnych konsultacji w zakresie rozwiązywania problemów wychowawczych i emocjonalnych. Prowadzi zajęcia profilaktyczne, socjoterapeutyczne i psychoedukacyjne w grupach i klasach, terapię logopedyczną, zajęcia edukacyjne dla rodziców i nauczycieli oraz doradztwo zawodowe dla młodzieży. Prowadzi terapię biofeedback. |
|  | Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 2 w Białymstoku | ul. Mazowiecka 35  15-301 Białystok  tel. 85 742 34 34  www.ppp2.eu  email: sekretariat@ppp2.eu | Pomaga dzieciom i młodzieży, ich rodzicom i nauczycielom w rozwiązywaniu problemów dotyczących zaburzeń rozwojowych, trudności w nauce, trudności wychowawczych, emocjonalnych, zaburzeń w zachowaniu. Prowadzi porady psychologiczne, pedagogiczne i logopedyczne, diagnozę, konsultacje, zajęcia rozwojowo-terapeutyczne, zajęcia dla dzieci i młodzieży szczególnie uzdolnionej, spotkania psychoedukacyjne, terapię rodzinną, grupy wsparcia i prelekcje dla rodziców, warsztaty dla nauczycieli oraz doradztwo zawodowe dla młodzieży. |
|  | Powiatowa Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Białymstoku | ul. Słonimska 15/1  15-028 Białystok  tel. 85 741 62 35  pppp.bialystok.pl  email:kontakt@pppp.bialystok.pl | Obejmuje placówki oświatowe znajdujące się na terenie powiatu białostockiego. Podejmuje wczesne wykrywanie u dzieci zaburzeń rozwojowych, diagnozowanie przyczyn i trudności w nauce, trudności w zachowaniu, diagnozowanie i wspieranie dzieci i młodzieży szczególnie uzdolnionej, realizacją programów profilaktycznych. Oferuje poradnictwo zawodowe, mediacje i interwencje kryzysowe. Prowadzi zajęcia o charakterze korekcyjnym, indywidualną terapię psychologiczną uczniów, terapię rodzin, terapię pedagogiczną i logopedyczną, treningi umiejętności wychowawczych dla rodziców i nauczycieli. |
|  | Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna dla Dzieci i Młodzieży z Zaburzeniami Emocjonalnymi w Białymstoku | ul. Mickiewicza 31/2  15-214 Białystok  tel. 85 732 86 66  sppp.bialystok.pl | Formy pomocy oferowanej w stosunku do pacjentów w określonym wieku: oferuje konsultacje dla rodziców dzieci do 5 roku życia, prowadzimy grupy terapeutyczne dla dzieci 5-6 letnich, 7-8 letnich, 9-10 letnich, młodzieży szkół ponadgimnazjalnych proponujemy grupę terapeutyczno-rozwojową, grupa terapeutyczno-rozwojowa dla młodzieży szkół ponadgimnazjalnych, prowadzimy także terapię rodzinną i warsztaty dla rodziców dzieci i młodzieży w wieku od 5 do 19 lat (do ukończenia szkoły średniej) Terapia pedagogiczna Konsultacje dla rodziców i nauczycieli Warsztaty dla rodziców i nauczycieli Pedagogizacja rodziców. |
|  | Młodzieżowy Ośrodek Konsultacji i Terapii przy Dziennym Domu Pomocy Społecznej w Białymstoku | ul. Orla 6b  15 – 021 Białystok  tel. 85 746 06 23  email: mokit@ddps.bialystok.pl  www.ddps.rsi.com.pl | Młodzieżowy Ośrodek Konsultacji i Terapii – MOKiT udziela pomocy: rodzinom z problemem alkoholowym dzieciom i młodzieży z rodzin dysfunkcyjnych osobom z problemem współuzależnienia, dorosłym dzieciom alkoholików (DDA), rodzinom z problemem przemocy, rodzicom dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniem. |
|  | ETAP Ośrodek Profilaktyki i Terapii dla Młodzieży i Dorosłych Stowarzyszenia „DROGA” | ul. Włókiennicza 7  15-464 Białystok  tel./fax 85 744 52 24,  85 744 50 26 www.stowarzyszeniedroga.pl  email: etap@stowarzyszeniedroga.pl | Udziela wszechstronnej pomocy osobom z grup ryzyka, eksperymentującym i uzależnionym od środków psychoaktywnych oraz ich rodzinom. |
|  | Ośrodek Profilaktyki  i Interwencji Społecznej Ośrodek Szkolenia i Wychowania OHP | ul. Supraślska21,  16-010 Wasilków  tel./fax. 85 718 54 20  e-mail: osiw.wasilkow@ohp.pl | Ośrodek proponuje indywidualne konsultacje i porady dla młodzieży oraz rodziców w zakresie rozwiązywania problemów wychowawczych i rodzinnych. Prowadzi grupowe zajęcia psychoedukacyjne oraz profilaktyczne dla młodzieży, a także zajęcia z zakresu edukacji społeczno-prawnej dla młodzieży i rodziców. |
|  | Ośrodek Interwencji Kryzysowej Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie  w Białymstoku | ul. Włókiennicza 7  15-464 Białystok  Całodobowe numery  interwencyjne:  85 879 79 46  85 879 79 47  85 879 79 48  oik@mopr.bialystok.pl  www.mopr.bialystok.pl | Ośrodek prowadzi:   * interwencja kryzysowa – rozpoznanie sytuacji kryzysowej, jej charakteru, specyfiki oraz związanych z tym ewentualnych zagrożeń, * krótkoterminowa terapia – poprzez krótkotrwałe oddziaływania ukierunkowane na poprawę funkcjonowania osób w kryzysie, * schronienie – zabezpieczenie schronienia kobietom oraz kobietom z dziećmi w nagłych sytuacjach kryzysowych, w tym doświadczających przemocy w rodzinie.   POMOC DZIECIOM I MŁODZIEŻY:   * Konsultacje indywidualne z psychologiem * Konsultacje indywidualne z pedagogiem * Konsultacje indywidualne dla rodziców z psychologiem/pedagogiem   POMOC OSOBOM DOROSŁYM:  1. Całodobowe dyżury interwencyjne  2. Całodobowe poradnictwo telefoniczne  3. Poradnictwo:   * Psychologiczne * Pedagogiczne * Prawne * Rodzinne * Socjalne   4. Udział pracowników OIK na miejscu wydarzeń traumatycznych - pierwsza pomoc psychologiczna/emocjonalna na miejscu zdarzenia (traumy masowe i indywidulane  np. nagła śmierć, samobójstwo, wypadki komunikacyjne)  5. Interwencyjna pomoc w środowisku/miejscu zamieszkania potrzebującej osoby/rodziny  6. Terapia osób w kryzysie (możliwość terapii w miejscu zamieszkania osoby niepełnosprawnej ruchowo)  7. Terapia par  8. Konsultacje indywidualne dla rodziców w trakcie rozwodu dotyczące relacji z dziećmi.  9. Wsparcie psychologiczne i konsultacje dla przedstawicieli służb społecznych szczególnie  narażonych na stres zawodowy: pedagodzy, kuratorzy społeczni, służby emergencyjne i  interwencyjne (służba zdrowia, Policja, Straż Miejska). |

**Powiat: białostocki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Powiatowa Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna  w Białymstoku | ul. Słonimska 15/1  15-028 Białystok  (85) 741-62-35  www.pppp.bialystok.pl  kontakt@pppp.bialystok.pl | Dzieci i młodzież, ich rodzice i nauczyciele przedszkoli, szkół  i placówek z terenu powiatu białostockiego  udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej, |
|  | Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna  w Łapach | ul. Boh. Westerplatte 8  18-100 Łapy  (85) 715-23-34  www.ppp.lapy.pl  kontakt@ppp.lapy.pl | Dzieci i młodzież, ich rodzice i nauczyciele przedszkoli, szkół  i placówek z terenu powiatu białostockiego  udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej, |
|  | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie | ul. Słonimska 15/1  15-028 Białystok  (85) 732-17-72, 732-27-32  732-27-33, 732-24-46  www.pcrb.st.bialystok.wrotapodlasia.pl  pcpr@st.bialystok.wrotapodlasia.pl | Poradnictwo rodzinne i psychologiczne  Mieszkańcy powiatu białostockiego |
|  | MOPS w Łapach | ul. Główna 50,  18 – 100 Łapy  (85) 715-25-50, 715-27-18  [www.mopslapy.pl](http://www.mopslapy.pl)  kontakt@cuslapy.pl | Poradnictwo psychologiczne z zakresu pomocy społecznej,  rozwiązywania problemów alkoholowych, przemocy w rodzinnie |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w  Choroszczy | ul. Dominikańska 2  16 – 070 Choroszcz  (85) 713-22 -23  www.mgops.choroszcz.pl  mgops@choroszcz.pl | Poradnictwo psychologiczne z zakresu pomocy społecznej,  rozwiązywania problemów alkoholowych, przemocy w rodzinnie |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Czarnej Białostockiej | ul. Torowa 14a  16-020 Czarna Białostocka  (85) 714-61-30  www.m-gops.pl  sekretariat@m-gops.pl | Poradnictwo psychologiczne z zakresu pomocy społecznej,  rozwiązywania problemów alkoholowych, przemocy w rodzinnie |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Dobrzyniewie Dużym | ul. Białostocka 23  16-002 Dobrzyniewo Duże  (85) 663-32-56  <http://dobrzyniewo.pl/index.php?id=116>  **gops@dobrzyniewo.pl** | Poradnictwo psychologiczne z zakresu pomocy społecznej,  rozwiązywania problemów alkoholowych, przemocy w rodzinnie |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w  Gródku | ul. Fabryczna 8 lok. 2  16-040 Gródek (85) 718 -01 -27  www.gopsgrodek.naszops.pl  gops@grodek.pl | Poradnictwo psychologiczne z zakresu pomocy społecznej,  rozwiązywania problemów alkoholowych, przemocy w rodzinnie |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w  Juchnowcu Kościelnym | Księżyno ul. Alberta 2  16-001 Kleosin (85) 663 11 17  www.gops.juchnowiec.gmina.pl  gopsjuchnowiec@wp.pl | Poradnictwo psychologiczne z zakresu pomocy społecznej,  rozwiązywania problemów alkoholowych, przemocy w rodzinnie |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w  Michałowie | ul. Białostocka 11  16-050 Michałowo  (85) 713-17-82, 713-17-80, 713-17-72  www.mgops.michalowo.eu  gopsmich@michalowo.eu | Poradnictwo psychologiczne z zakresu pomocy społecznej,  rozwiązywania problemów alkoholowych, przemocy w rodzinnie |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w  Poświętnem | Poświętne 21  18-112 Poświętne  (85) 650-13-10  www.gminaposwietne.vipserv.org  gops.poswietne@gmail.com | Poradnictwo psychologiczne z zakresu pomocy społecznej,  rozwiązywania problemów alkoholowych, przemocy w rodzinnie |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w  Supraślu | ul. Piłsudskiego 17  16-030 Supraśl  (85) 713 27 65  http://www.suprasl.pl/index.php/administracja/miejski-osrodek-pomocy-spolecznej/swiadczenia-z-pomocy-spolecznej | Poradnictwo psychologiczne z zakresu pomocy społecznej,  rozwiązywania problemów alkoholowych, przemocy w rodzinnie |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w  Surażu | ul. 11 Listopada 16  18-105 Suraż  (85) 650-31-94  www.suraz.pl/asp/pl\_start.asp?typ=14&sub=46&menu=50&strona=1  mgops@suraz.pl | Poradnictwo psychologiczne z zakresu pomocy społecznej,  rozwiązywania problemów alkoholowych, przemocy w rodzinnie |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w  Turośni Kościelnej | ul. Białostocka 5  18-106 Turośń Kościelna  (85) 715-80-18  www.gops.turosn.pl  gops@turosn.pl | Poradnictwo psychologiczne z zakresu pomocy społecznej,  rozwiązywania problemów alkoholowych, przemocy w rodzinnie |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w  Tykocinie | ul. Białostocka 5  18-106 Turośń Kościelna  (85) 715-80-18  www.gops.turosn.pl  gops@turosn.pl | Poradnictwo psychologiczne z zakresu pomocy społecznej,  rozwiązywania problemów alkoholowych, przemocy w rodzinnie |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w  Wasilkowie | ul. Supraślska 21  16-010 Wasilków  (85) 718 52 57  www.mops.wasilkow.pl  sekretariat@mops.wasilkow.pl | Poradnictwo psychologiczne z zakresu pomocy społecznej,  rozwiązywania problemów alkoholowych, przemocy w rodzinnie |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w  Zabłudowie | ul. Adama Mickiewicza 5  16-060 Zabłudów  (85) 663 06 44, 674 36 40 do 43  Tel/fax : (85) 663 06 44 wewn. 27  www.mops-zabludow.pl  biuro@mops-zabludow.pl | Poradnictwo psychologiczne z zakresu pomocy społecznej,  rozwiązywania problemów alkoholowych, przemocy w rodzinnie |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w  Zawadach | Plac Wolności 12  16-075 Zawady  (85) 714-01-16  http://gminazawady.pl/osrodek-pomocy-spolecznej/  gops@gminazawady.pl | Poradnictwo psychologiczne z zakresu pomocy społecznej,  rozwiązywania problemów alkoholowych, przemocy w rodzinnie |

**Powiat: grajewski**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Grajewie | ul. Mickiewicza 3,  19-200 Grajewo,  tel./fax 86 2723587, [www.ppp.grajewo.com](http://www.ppp.grajewo.com),  e-mail: pppgrajewo@wp.pl, | * pomoc psychologiczno-pedagogiczna dzieciom i młodzieży z grup ryzyka, * terapia zaburzeń rozwojowych i zachowań dysfunkcyjnych, * pomoc uczniom w dokonywaniu wyboru kierunku kształcenia, zawodu i planowania kariery zawodowej, * pomoc rodzicom i nauczycielom w diagnozowaniu i rozwijaniu potencjalnych możliwości oraz mocnych stron uczniów, * wspomaganie wychowawczej i edukacyjnej funkcji rodziny, * wspomaganie wychowawczej i edukacyjnej funkcji szkoły. |
|  | Poradnia Psychologiczna dla Dzieci i Młodzieży z siedzibą w Szpitalu Ogólnym im dr. Witolda Ginela w Grajewie w Grajewie | ul. Konstytucji 3 Maja 34,  19-200 Grajewo,  tel. do rejestracji 86 2119117, 86 2119113, 86 2723131. | Udziela świadczeń ambulatoryjnych, środowiskowych oraz w formie teleporad,  świadczenia opieki zdrowotnej udzielane w warunkach ambulatoryjnych obejmują:   * porady psychologiczne, * porady psychologiczne diagnostyczne, * sesje psychoterapii indywidualnej, * sesje psychoterapii rodzinnej, * sesje psychoterapii grupowej, * sesje wsparcia psychospołecznego, * wizyty środowiskowe, |
|  | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Grajewie | ul. Strażacka 6, 19-200 Grajewo,  tel. 86 2730860, fax 86 2730861, www.mops.grajewo.pl, e-mail: mops@mops.grajewo.pl | Celem Ośrodków jest organizacja na obszarze swojego działania – w porozumieniu z zakładami psychiatrycznej opieki zdrowotnej – oparcia społecznego dla osób, które z powodu choroby psychicznej lub upośledzenia umysłowego mają poważne trudności w życiu codziennym, zwłaszcza w kształtowaniu swoich stosunków z otoczeniem w zakresie edukacji, zatrudnienia oraz w sprawach bytowych.  Do zadań tych ośrodków należy więc m. in.:   * podtrzymywanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych do samodzielnego, aktywnego życia, * organizowanie w środowisku społecznym pomocy ze strony rodziny, innych osób, grup, organizacji społecznych i instytucji, * udzielanie pomocy finansowej, rzeczowej oraz innych świadczeń na zasadach określonych w ustawie z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz. U. z 2021 r. poz. 2268z późn. zm.) |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Grajewie | ul. Komunalna 6, 19-200 Grajewo,  tel. 86 2722260, [www.gopsgrajewo.naszops.pl](http://www.gopsgrajewo.naszops.pl),  e-mail: gops@uggrajewo.pl, |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Radziłowie | Pl. 500-lecia 15, 19-213 Radziłów,  tel. 86 2736872, fax 86 2737111 [www.radzilow.pl](http://www.radzilow.pl),  e-mail: gops@gminaradzilow.pl |
|  | Ośrodek Pomocy Społecznej  w Rajgrodzie | ul. Warszawska 9, 19-206 Rajgród,  tel. 86 2721845, fax 86 2721830, [www.opsrajgrod.cba.pl](http://www.opsrajgrod.cba.pl),  e-mail: ops@um.rajgrod.wrotapodlasia.pl |
|  | Ośrodek Pomocy Społecznej w Szczuczynie | Pl. 1000-lecia 23, 19-230 Szczuczyn,  tel. 86 2735081, fax 86 2735080,  [www.um.szczuczyn.pl](http://www.um.szczuczyn.pl)  e-mail: ops@szczuczyn.pl |
|  | Ośrodek Pomocy Społecznej w Wąsoszu | Pl. Rzędziana 8, 19-222 Wąsosz,  tel. 86 2731001 wewn.24, 25, fax 86 2731001, e-mail: ops@gminawasosz.pl |
|  | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie  w Grajewie | ul. Wojska Polskiego 74c,  19-200 Grajewo,  tel./fax 86 2738709,  www.pcpr.grajewo.pl,  e -mail: pcprgrajewo@wp.pl | Celem centrum jest realizacja zadań w sferze pomocy społecznej określonych w ustawie z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej, w ustawie z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (Dz. U. z 2021r. poz. 573z późn. zm.), a także w ustawie z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz. U. z 2022r. poz. 2123) – są to zadania własne powiatu oraz zadania z zakresu administracji rządowej zlecone powiatowi na mocy przepisów ustawowych. Jednym z zadań Centrum jest dofinansowanie ze środków, pochodzących z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych –rehabilitacji społecznej osób niepełnosprawnych (w tym osób z zaburzeniami psychicznymi i upośledzonych umysłowo), w tym:   * dofinansowanie turnusów rehabilitacyjnych, * dofinansowanie sportu, kultury, rekreacji i turystyki, * dofinansowanie zaopatrzenia w sprzęt rehabilitacyjny, przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze, * dofinansowanie kosztów działania warsztatów terapii zajęciowej, * wydaje decyzje o umieszczeniu w Domu Pomocy Społecznej w Grajewie |
|  | Środowiskowy Dom Samopomocy w Grajewie  „Pomocna dłoń” | ul. Konstytucji 3 Maja 2B,  19-200 Grajewo,  tel. 86 211 90 21  e-mail:  sds.grajewo@gmail.com,  www.sds.grajewo.p | Świadczone przez Dom Samopomocy usługi obejmują różne formy terapii indywidualnej i grupowej prowadzone z uwzględnieniem potrzeb i możliwości uczestników, w tym:   * trening funkcjonowania w życiu codziennym: odbałość o wygląd zewnętrzny, nauka higieny, trening kulinarny, umiejętności praktyczne, gospodarowanie własnymi środkami finansowymi ,trening budżetowy, * trening umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, * trening umiejętności spędzania wolnego czasu, * trening plastyczny, * muzykoterapia grupowa i indywidualne, * terapia ruchowa, * terapia komputerowa, * poradnictwo pielęgniarskie, * poradnictwo psychologiczne, * współpraca z rodziną/opiekunem, * pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, * pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych |

**Powiat: moniecki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Mońkach | ul. Tysiąclecia 15,  19-100 Mońki  tel. (85) 716 25 44 | Udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej. |
|  | Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży w Mońkach | ul. Wojska Polskiego 56 A,  19-100 Mońki tel.  Tel. [533 810 201](tel:533810201) | Udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej. |
|  | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Mońkach | Al. Niepodległości 3,  19-100 Mońki  tel. (85) 7166100 | Poradnictwo rodzinne i psychologiczne. |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Jasionówce | ul. Rynek 19,  19-122 Jasionówka tel.  tel. (85) 7278044,  (85) 7278042 | Poradnictwo psychologiczne. |
|  | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Goniądzu | ul. Kościuszki 21,  19-110 Goniądz  tel. (85) 7380054 | Poradnictwo rodzinne i socjalne. |
|  | Zespół Szkolno-Przedszkolny w Krypnie | Krypno Kościelne 48,  19-111 Krypno,  tel.(85) 7169110 | Poradnictwo rodzinne. |

**Powiat: siemiatycki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Powiatowa Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Siemiatyczach | ul. Kościuszki 43a  17-300 Siemiatycze | Poradnictwo, diagnoza, terapia |
|  | In Progres Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Siemiatyczach | Ciechanowiecka 19E  17-300 Siemiatycze |
|  | Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna AB-BA | ul. 11 Listopada 73  17-300 Siemiatycze |
|  | EZRA UKSW | ul. 11 Listopada 73  17-300 Siemiatycze |
|  | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie | ul. Leg. Piłsudskiego 3  17-300 Siemiatycze |

**Powiat: sokólski**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Sokółce | ul. Os. Zielone 1b  16-100 Sokółka  tel. 85 711 32 91  [pppsokolka@interia.pl](mailto:pppsokolka@interia.pl) | * diagnoza psychologiczna, pedagogiczna i logopedyczna * prowadzenie terapii dzieci i młodzieży, * prowadzenie zajęć wczesnego wspomagania rozwoju dziecka * udzielanie wsparcia dzieciom i młodzieży wymagającym pomocy psychologiczno-pedagogicznej lub pomocy w wyborze kierunku kształcenia i zawodu oraz planowaniu kształcenia i kariery zawodowej, * udzielanie pomocy rodzicom i nauczycielom w rozpoznawaniu i rozwijaniu indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz indywidualnych możliwości psychofizycznych dzieci i młodzieży oraz w rozwiązywaniu problemów edukacyjnych i wychowawczych, * udzielanie nauczycielom pomocy w planowaniu i realizacji zadań z zakresu doradztwa edukacyjno-zawodowego, w rozwijaniu zainteresowań i uzdolnień uczniów, * podejmowanie działań z zakresu profilaktyki uzależnień i innych problemów dzieci i młodzieży, * prowadzenie edukacji dotyczącej ochrony zdrowia psychicznego wśród dzieci, rodziców i nauczycieli |
|  | Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Dąbrowie Białostockiej | ul. 1000-lecia PP 24A  16-200 Dąbrowa Białostocka  tel. 85 712 13 46 [pppdabrowabial@wp.pl](mailto:pppdabrowabial@wp.pl) | * diagnoza psychologiczna, pedagogiczna i logopedyczna * prowadzenie terapii dzieci i młodzieży, * prowadzenie zajęć wczesnego wspomagania rozwoju dziecka * udzielanie wsparcia dzieciom i młodzieży wymagającym pomocy psychologiczno-pedagogicznej lub pomocy w wyborze kierunku kształcenia i zawodu oraz planowaniu kształcenia i kariery zawodowej, * udzielanie pomocy rodzicom i nauczycielom w rozpoznawaniu i rozwijaniu indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz indywidualnych możliwości psychofizycznych dzieci i młodzieży oraz w rozwiązywaniu problemów edukacyjnych i wychowawczych, * udzielanie nauczycielom pomocy w planowaniu i realizacji zadań z zakresu doradztwa edukacyjno-zawodowego, w rozwijaniu zainteresowań i uzdolnień uczniów, * podejmowanie działań z zakresu profilaktyki uzależnień i innych problemów dzieci i młodzieży, * prowadzenie edukacji dotyczącej ochrony zdrowia psychicznego wśród dzieci, rodziców i nauczycieli |
|  | Niepubliczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna AXON w Sokółce | ul. Szkolna 2  16-100 Sokółka  tel. 510 956 554  poradniasokolka@axoncem.pl | Poradnictwo, diagnoza, terapia, wczesne wspomaganie rozwoju dziecka |
|  | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sokółce | ul. Marsz. J. Piłsudskiego 8  16–100 Sokółka tel. 85 711 08 23 | Jednostka organizacyjna powiatu, realizująca zadania m. in. z zakresu rehabilitacji społecznej, wspierania rodziny i systemu pieczy zastępczej, pomocy społecznej oraz przeciwdziałania przemocy w rodzinie |
|  | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Dąbrowie Białostockiej | ul. Solidarności 1  16 - 200 Dąbrowa Białostocka  tel. 85 712 03 63 | Zadania z zakresu pomocy społecznej, w szczególności dotyczące:   * zaspakajania niezbędnych potrzeb bytowych osób w trudnej sytuacji życiowej, * organizowanie i świadczenie specjalistycznych usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania dla osób z zaburzeniami psychicznymi * wsparcie asystentów rodzinnych.   Ośrodki pomocy społecznej realizują również projekty systemowe dotyczące aktywnych form integracji społecznej osób zagrożonych wykluczeniem społecznym kierowane między innymi do osób niepełnosprawnych. |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Janowie | ul. Parkowa 3  16-130 Janów  tel. 085 721 62 88 |
| [Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Korycinie](https://ratusz.pl/2011032/korycin/pomoc-spoleczna) | ul. Knyszyńska 2a  16-140 Korycin  tel. 85 722 91 90 |
| Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Krynkach | ul. Garbarska 16  16-120 Krynki  tel. 85 722 85 50 wew. 41 |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Kuźnicy | pl. 1000-lecia Państwa Polskiego 1  16-123 Kuźnica  tel. 85 722 92 96,  722 92 99  lub 722 92 81 |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sidrze | ul. Rynek 5  16-124 Sidra  tel. 85 722 09 89 |
| Ośrodek Pomocy Społecznej w Sokółce | ul. Dąbrowskiego 12  16-100 Sokółka  tel. 85 711 20 64 |
| Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Szudziałowie | ul. Bankowa 1  16-113 Szudziałowo  Tel. 85 722 17 94 |
|  | Wiodący Ośrodek Koordynacyjno–Rehabilitacyjno-Opiekuńczy na terenie Powiatu Sokólskiego | ul. Os. Zielone 1a  16-100 Sokółka  tel. 85 711 26 78 | Realizowany w nim jest program kompleksowego wsparcia dla rodzin ,,Za życiem”, m.in. zajęcia wczesnego wspomagania rozwoju dziecka. |

**Powiat: Suwałki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna | ul. Nowomiejska 10  tel. 87-566-41-49  87-567-00-67 | Poradnictwo rodzinne  Poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne  Diagnoza psychologiczna, pedagogiczna |
|  | Niepubliczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Suwałkach EDUSA | Tel. 606 788 252 | Diagnoza, terapia psychologiczne, pedagogiczna |
|  | Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych | ul. Sejneńska 13, pok. 17  tel. 87-563-56-01 | Procedura Niebieskiej Karty |
|  | Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie Dział Pomocy Kryzysowej | ul. Filipowska 20B tel. 87- 565- 28- 91 | Poradnictwo socjalne  Poradnictwo i konsultacje psychologiczne  Poradnictwo prawne  Grupa wsparcia dla osób uwikłanych w problemy przemocy w rodzinie  Terapia interwencyjna  Pomoc psychologiczna w sytuacji kryzysowej |
|  | Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach | ul. Filipowska 20  tel. 87- 562- 89-70 w. 640  pok. 32 | Poradnictwo psychologiczne i pedagogiczne dla rodzin zastępczych i ich dzieci, dzieci umieszczonych w pieczy zastępczej oraz pełnoletnich wychowanków podlegających procesowi usamodzielniania po opuszczeniu pieczy zastępczej |

**Powiat: zambrowski**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Zambrowie | ul. Obwodowa 2  18-300 Zambrów  tel. 86-271-21-78  667 083 540 | Poradnictwo rodzinne  Poradnictwo psychologiczne, pedagogiczne  Diagnoza psychologiczna, pedagogiczna |
|  | Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 2 w Łomży | ul. Polna 16  18-400 Łomża  tel. 86 215-03-18 | Diagnoza, terapia psychologiczna, pedagogiczna w zakresie autyzmu, zespołu Aspergera , dzieci niedowidzących i niedosłyszących |
|  | NZOZ Poradnia zdrowia Psychicznego dla dzieci i młodzieży | ul. Legionów 91/7  18-400 Łomża  tel. 86 216-56-53 | Diagnoza, terapia psychologiczna, pedagogiczna w zakresie autyzmu, zespołu Aspergera, konsultacja psychiatryczna |
|  | NZOZ Ośrodek stymulacji rozwoju dla dzieci | ul. Szosa Zambrowska 1/27  18-400 Łomża  tel. 473 31 84 | Diagnoza psychologiczna, pedagogiczna w zakresie autyzmu, zespołu Aspergera, konsultacja psychiatryczna |
|  | EZRA UKSW Poradnia psychologiczna dla dzieci i młodzieży | Ul. Magazynowa 9  18-300 Zambrów  tel. 574 510 528 | Pomoc specjalistów: terapeutów środowiskowych dzieci i młodzieży, psychologów, psychoterapeutów dzieci i młodzieży. |
|  | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie | ul. Fabryczna 3  tel. 86 271 06 69 | Poradnictwo psychologiczne dla rodzin zastępczych i ich dzieci, dzieci umieszczonych  w pieczy zastępczej oraz pełnoletnich wychowanków podlegających procesowi usamodzielniania po opuszczeniu pieczy zastępczej |

# Placówki świadczące pomoc logopedyczną

**Powiat: Białystok**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | NZOZ Vita Med. Centrum Medyczne Bożena Halina Zawadzka | ul. Antoniukowska 11  Białystok  tel. 85653 77 85 | Diagnoza i terapia logopedyczna. |
|  | Gabinet logopedyczny  Emilia Stankiewicz | ul. Wesoła 36/4 lok. 13  Białystok  tel. 505 716 883 | Diagnoza i terapia logopedyczna. |
|  | NZOZ Vita  Grażyna Matulanis | ul. Popiełuszki 71  Białystok  tel. 85 654 62 48 | Diagnoza i terapia logopedyczna. |
|  | ABC Poradnia Logopedyczna  Elżbieta Dąbrowska | ul. Stołeczna 7/7a  Białystok  tel. 609 960 960 | Diagnoza i terapia logopedyczna. |
|  | NZOZ Remedica | ul. Wasilkowska 85/1  Białystok tel. 85 675 00 50, | Diagnoza i terapia logopedyczna. |
|  | Ośrodek Laryngologii JUNIORMED | ul. Wiadukt 5/8  Białystok  tel. 696 767 811  www.juniormed.com.pl  email:kurzyna@tlen.pl | Diagnoza i terapia logopedyczna. |

**Powiat: białostocki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Powiatowa Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna  w Białymstoku | ul. Słonimska 15/1  15-028 Białystok  (85) 741-62-35  www.pppp.bialystok.pl  kontakt@pppp.bialystok.pl | Dzieci i młodzież, ich rodzice i nauczyciele przedszkoli, szkół  i placówek z terenu powiatu białostockiego  udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej, |
|  | Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna  w Łapach | ul. Boh. Westerplatte 8  18-100 Łapy  (85) 715-23-34  www.ppp.lapy.pl  kontakt@ppp.lapy.pl | Dzieci i młodzież, ich rodzice i nauczyciele przedszkoli, szkół  i placówek z terenu powiatu białostockiego  udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej, |

**Powiat: grajewski**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Grajewie | ul. Mickiewicza 3,  19-200 Grajewo,  tel./fax 86 2723587, [www.ppp.grajewo.com](http://www.ppp.grajewo.com),  e-mail: pppgrajewo@wp.pl. | Diagnoza, terapia logopedyczna |
|  | Szkoły Podstawowe  na terenie powiatu grajewskiego. |  | Diagnoza i terapia logopedyczna. |

**Powiat: moniecki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Mońkach | ul. Tysiąclecia 15,  19-100 Mońki  tel. (85) 716 25 44 | Udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej. |
|  | Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Mońkach-Poradnia Logopedyczna | ul. Aleja Niepodległości 9,  19-100 Mońki  tel. 668877538 | Udzielanie pomocy logopedycznej. |

**Powiat: siemiatycki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Powiatowa Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Siemiatyczach | ul. Kościuszki 43a  17-300 Siemiatycze | Diagnoza, terapia |
|  | In Progres Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Siemiatyczach | Ciechanowiecka 19E  17-300 Siemiatycze |
|  | Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna ABBa | ul. 11 Listopada 73  17-300 Siemiatycze |
|  | ZOZ Siemiatycze – Poradnia Logopedyczna | ul. Szpitalna 8  17-300 Siemiatycze |

**Powiat: sokólski**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Sokółce | ul. Os. Zielone 1b  16-100 Sokółka  tel. 85 711 32 91  [pppsokolka@interia.pl](mailto:pppsokolka@interia.pl) | Diagnoza i terapia logopedyczna |
|  | Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Dąbrowie Białostockiej | ul. 1000-lecia PP 24A  16-200 Dąbrowa Białostocka  tel. 85 712 13 46 [pppdabrowabial@wp.pl](mailto:pppdabrowabial@wp.pl) | Diagnoza i terapia logopedyczna |
|  | Centrum Wspomagania Rozwoju Mowy Dialog Ewa Firs- Specjalistyczna Niepubliczna Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Sokółce | ul. Bohaterów Monte Cassino 12  16-100 Sokółka   * tel. [663 348 671](tel:663348671) | Diagnoza i terapia logopedyczna |

**Powiat: Suwałki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna | ul. Nowomiejska 10  tel. 87-566-41-49  87-567-00-67 | Diagnoza, terapia logopedyczna |
|  | Szpital Wojewódzki | ul. Szpitalna 60  tel.875629421 | Diagnoza, terapia logopedyczna |
|  | Niepubliczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Suwałkach EDUSA | Tel. 606 788 252 | Diagnoza, terapia logopedyczna |

**Powiat: zambrowski**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Zambrowie | ul. Obwodowa 2  tel. 86-271-21-78  667 083 540 | Diagnoza, terapia logopedyczna |
|  | Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 2 w Łomży | ul. Polna 16  18-400 Łomża  Tel. 86 215-03-18 | Diagnoza, terapia logopedyczna |
|  | Poradnia zdrowia Psychicznego dla dzieci i młodzieży | ul. Legionów 91/7  18-400 Łomża  Tel 86 216-56-53 | Diagnoza, terapia logopedyczna |

Poradnie zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży*świadczą specjalistyczną pomoc dzieciom z zaburzeniami emocjonalnymi, psychicznymi, z zaburzeniami zachowania  
(poradnictwo, diagnoza, terapia)*

**Powiat: Białystok**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **L.P.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
| 1. | Centrum Medyczne „Opoka” H. Midro | ul. Antoniukowska 11  15-667 Białystok  tel. 85 664 14 44,  728 289 318 | Zajmuje się diagnostyką i leczeniem zaburzeń psychicznych i emocjonalnych. |
| 2. | NZOZ Ośrodek Psychiatrii  i Psychoterapii Dzieci  i Młodzieży „Eureka”  w Białymstoku | ul. Wesoła 17/1;  15-307 Białystok  tel. 533 544 633  email**: recepcja@eurekapsychiatria.pl** | Zajmuje się diagnostyką i leczeniem zaburzeń psychicznych i emocjonalnych wieku rozwojowego. Oferuje diagnostykę psychiatryczną i psychologiczną oraz różne oddziaływania terapeutyczne w tym: psychoterapię indywidualną, rodzinną, grupową, warsztaty dla rodziców, porady psychologiczne. |
| 3. | Szpital Kliniczny  im. L. Zamenhofa  w Białymstoku.  Centrum Zdrowia Psychicznego Dzieci i Młodzieży (Klinika Psychiatrii Dzieci i Młodzieży i Oddział Dzienny Psychiatryczny Dzieci i Młodzieży) | ul. Waszyngtona 17  Białystok  tel. 85 74 50 975, 85 74 50 644  email: psychiatra@udsk.pl | Oddział Dzienny Psychiatryczny UDSK prowadzi diagnozę i terapię zaburzeń psychicznych i zaburzeń zachowania dzieci i młodzieży do 18 r.ż., których stan psychiczny lub psychosomatyczny nie wymaga hospitalizacji całodobowej. W strukturze Oddziału znajduje się gabinet lekarski, gabinet psychologiczny, gabinet psychoterapii indywidualnej, sala terapeutyczna, sala terapii grupowej młodzieży, sala terapii grupowej dzieci. |
| 4. | Szpital Kliniczny  im. L. Zamenhofa  w Białymstoku.  Poradnia Zdrowia Psychicznego Dzieci i Młodzieży | ul. Wołodyjowskiego 2  Białystok  tel. 85 745 07 88  email: por.psychiatryczna@udsk.pl | Diagnoza i wielokierunkowa terapia zaburzeń psychicznych i rozwojowych m.in.:   * zaburzeń spektrum autyzmu (autyzm, zespół Aspergera), * zespołów nadpobudliwości psychoruchowej (ADHD, zaburzenia hiperkinetyczne), * zaburzeń zachowania i emocji, * zaburzeń lękowych, związanych ze stresem, psychosomatycznych, * zaburzeń odżywiania, * zaburzeń funkcjonowania społecznego, trudności szkolnych, tików,   zaburzeń afektywnych. |
| 5. | NZOZ Axon  Leszek Twarowski | ul. Antoniukowska 11  Białystok  tel. 85 743 88 63,  518 499 008 | Specjalistyczna diagnoza i terapia dla osób z podejrzeniem lub stwierdzeniem zaburzeń ze spektrum autyzmu. |
| 6. | Centrum Zdrowia Psychicznego MEANDRA | ul. Kujawska 53/1 Białystok tel. 85 7333516)  wizyta prywatna tel. 533 011 541, 886 607 248). | Poradnia dzieci i młodzieży, Poradnia dorosłych oraz Poradnia rodzinna. Usługi świadczone w ramach NFZ |
| 7. | Poradnia Psychologiczna Ezra | ul. Sikorskiego 6a, Białystok, tel. +48 576 480 777 | Poradnia psychologiczna EZRA została utworzona dla dzieci i młodzieży uczącej się do 21 r. ż. (ezrauksw.pl). Z pomocy poradni wyłączone są dzieci z całościowymi zaburzeniami rozwojowymi, orzeczeniami o niepełnosprawności intelektualnej. Nie pracuje się z dziećmi mającymi konflikt z prawem. |
| 8. | Środowiskowy Ośrodek Pomocy Psychologicznej i Psychoterapeutycznej poMOCNI | ul. Wisławy Szymborskiej 2 lokal 146/147  15-424 Białystok,  tel. 791 261 171 | Ośrodek świadczy pomoc bezpłatną, w ramach NFZ dla dzieci i młodzieży do 21rż (kształcącej się w szkołach ponadpodstawowych, do momentu ich ukończenia, ale nie dłużej niż do 21 roku życia) i ich rodzin/ opiekunów prawnych. Obszary wsparcia: diagnoza psychologiczna zgłaszanego problemu, wsparcie psychologiczne, psychoterapia, psychoedukacja kompetencji rodzicielskich. |
| 9. | Qmedica-Centrum Medyczne. Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej | ul. Waszyngtona 30/1U Białystok  tel. 85 679 50 00 | Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży– ośrodek świadczy swoje usługi bezpłatnie, w ramach NFZ. W ośrodku przyjmowane są dzieci i młodzież do 18 r. życia i po 18 r.ż do ukończenia szkoły. Pierwsza wizyta u psychologa, który kwalifikuje do ewentualnej psychoterapii. |

**Powiat: grajewski**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Centrum Zdrowia Psychicznego z siedzibą w Szpitalu Ogólnym im. dr Witolda Ginela w Grajewie, | ul. Konstytucji 3 Maja 34,  19-200 Grajewo,  tel. 86 2723271,  tel. do Punktu Konsultacyjno-Zgłoszeniowego: 691 224 321, fax 086 2722041, [www.szpital-grajewo.pl](http://www.szpital-grajewo.pl),  e-mail: pzk.psychiatria@szpital-grajewo.pl. | Centrum udziela świadczeń opieki zdrowotnej w warunkach stacjonarnych (psychiatrycznych oraz w miejscu udzielania pomocy doraźnej), dziennych psychiatrycznych oraz ambulatoryjnych (psychiatrycznych i leczenia środowiskowego),  Świadczenia obejmują:   * świadczenia terapeutyczne, * programy terapeutyczne, * niezbędne badania diagnostyczne, * konsultacje specjalistyczne, * leki i wyroby medyczne, w tym wyroby medyczne będące przedmiotami ortopedycznymi, * zakwaterowanie (oddział psychiatryczny liczy 30 łóżek) oraz wyżywienie, * działania edukacyjno-konsultacyjne dla rodzin;   Świadczenia opieki zdrowotnej udzielane przez Centrum w warunkach dziennych psychiatrycznych obejmują:   * świadczenia terapeutyczne, * programy terapeutyczne, * niezbędne badania diagnostyczne, * leki, * wyżywienie (jeden posiłek w dniu udzielania świadczeń opieki zdrowotnej), * działania edukacyjno-konsultacyjne dla rodzin;   Świadczenia opieki zdrowotnej udzielane przez Centrum w warunkach ambulatoryjnych obejmują:   * świadczenia terapeutyczne, * niezbędne badania diagnostyczne, * leki niezbędne w stanach nagłych, * działania edukacyjno-konsultacyjne dla rodzin, * działania punktu zgłoszeniowo-koordynacyjnego – Punkt Konsultacyjno-Zgłoszeniowy.   Centrum – w ramach udzielania świadczeń opieki zdrowotnej w warunkach stacjonarnych psychiatrycznych – zapewnia całodobowe udzielania świadczeń opieki zdrowotnej przez lekarza we wszystkie dni tygodnia, − Poradnia Zdrowia Psychicznego:  Poradnia mieszcząca się w Szpitalu Ogólnym w Grajewie udziela świadczeń opieki zdrowotnej od poniedziałku do piątku, poza dniami wolnymi od pracy, w godzinach od 8:00 do 18:00.  Punkt Konsultacyjno-Zgłoszeniowy udziela świadczeń opieki zdrowotnej od poniedziałku do piątku, poza dniami wolnymi od pracy, w godzinach od 8:00 do 18:00. Zadaniem Punktu Konsultacyjno-Zgłoszeniowego jest:   * udzielenie informacji o zakresie działania Centrum Zdrowia Psychicznego i możliwości uzyskania świadczeń opieki zdrowotnej, * przeprowadzenie wstępnej oceny potrzeb zdrowotnych osób zgłaszających się do Punktu, uzgodnienie wstępnego planu postępowania oraz udzielenie możliwego wsparcia w zakresie zdefiniowanych potrzeb, * uzgodnienie terminu przyjęcia i wskazanie miejsca uzyskania niezbędnego świadczenia psychiatrycznego w przypadkach pilnych, nie później niż 72 godziny od zgłoszenia, * w przypadkach tego wymagających, wskazanie miejsca uzyskania niezbędnego świadczenia z zakresu pomocy społecznej, * udzielanie świadczeń opieki zdrowotnej, |

**Powiat: moniecki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Mońkach | ul. Tysiąclecia 15,  19-100 Mońki  (85) 716 25 44 | Udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej oraz logopedycznej. |
|  | Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży w Mońkach | ul. Wojska Polskiego 56 A,  19-100 Mońki tel. [533 810 201](tel:533810201) | Udzielanie pomocy psychologicznej, pedagogicznej. |
|  | **Eustres Prywatny Gabinet Psychiatryczny Anna Holiczer** | Dolistowo Stare 142a,  19-124 Dolistowo Stare  tel. 509 799 602 | Diagnoza i leczenie zaburzeń psychicznych. |

**Powiat: sokólski**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży w Sokółce- I poziom referencyjny | ul. Broniewskiego 2  16-100 Sokółka  tel. 508 280 237 | Opieka psychologiczna i psychoterapeutyczna dla dzieci przed rozpoczęciem realizacji nauki szkolnej i realizujących obowiązek szkolny oraz młodzieży kształcącej się w szkołach ponadpodstawowych.  Oferuje :   * pełną diagnostykę psychologiczną, * psychoterapię indywidualną, grupową i rodzinną, * wsparcie psychologiczne i środowiskowe. |

**Powiat: Suwałki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci  i Młodzieży | tel. 87-562-64-00  ul. Szpitalna 62 | Porady lekarza i psychologa |
|  | Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej  i Psychoterapeutycznej  Poradnia Psychologiczna  dla Dzieci i Młodzieży | tel. 508-280-652  lub 87-562-64-72  ul. Szpitalna 62 | Pełna diagnostyka psychologiczna, psychoterapia, sesje psychoterapii indywidualnej, grupowej i rodzinnej, sesje wsparcie psychospołecznego, wizyty, porady domowe  lub środowiskowe |

**Powiat: zambrowski**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Poradnia zdrowia Psychicznego dla dzieci i młodzieży | ul. Legionów 91/7  18-400 Łomża  Tel 86 216-56-53 | Poradnia zdrowia Psychicznego dla dzieci i młodzieży |

# Poradnie neurologii dziecięcej

**Powiat: Białystok**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **L.P.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
| 1. | NZOZ Centrum Medyczne HANSA | ul. Choroszczańska 24  Białystok  tel. 85 651 22 89  email:rejestracja@hansa-rehabilitacja.pl | Diagnoza lekarska. |
| 2. | SP ZOZ Wojewódzki Szpital Zespolony  im. J. Śniadeckiego. Poradnia Neurologiczna dla Dzieci. | ul. Skłodowskiej 26  Białystok, budynek C  tel. 85 74 88 302 | Diagnoza lekarska. |
| 3. | Uniwersytecki Dziecięcy Szpital Kliniczny  im. L. Zamenhofa  w Białymstoku | ul. Waszyngtona 17  Białystok  tel. 85 745 05 74, 85 745 05 85 | Diagnoza lekarska. |
| 4. | Przychodnia Specjalistyczna. Poradnia Neurologiczna dla Dzieci.  Ewa Konopelko-Śliżewska | ul. Sobieskiego 3/U1 gab. 1  Białystok  tel. 531 535 399  505 128 840 | Diagnoza lekarska. |
| 5. | AXON Centrum Edukacyjno-Medyczne Leszek Twarowski | ul. Antoniukowska 11 lok.21  15-740 Białystok  tel./fax administracja  (85) 716-62-21 ;  rejestracja 85/7438863  axoncem.pl | Diagnoza lekarska w zakresie:   * - diagnoza funkcjonalna, * - terapia (psycholog, pedagog specjalny, logopeda, fizjoterapeuta, terapia zajęciowa).   Wszystkie świadczenie kierowane do osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. |

Świetlice socjoterapeutyczne i środowiskowe  
*oferują pomoc dzieciom i młodzieży z rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji (opieka, zajęcia świetlicowe, terapia, rozwój z  
rodzinami) zainteresowań, pomoc socjalna, pomoc w odrabianiu lekcji, praca z rodzinami)*

**Powiat: Białystok**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **L.P.** | **NAZWA** | **TELEFON** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
| 1. | Świetlica Dziennego Pobytu dla Dzieci przy DPS | ul. Barszczańska 18  15-639 Białystok  tel. 85 661 94 93 | Grupy socjoterapeutyczne, terapia indywidualna, poradnictwo dla rodziców, dożywianie dzieci, zajęcia świetlicowe. |
| 2. | Świetlica socjoterapeutyczna przy Stowarzyszeniu „DROGA” | ul. Pietkiewicza 8a  15-950 Białystok  tel. 85 663 90 54 | Zajęcia socjoterapeutyczne, plastyczne, kulinarne, techniczne, ruchowe, taneczne, psychoedukacyjne, logopedyczne, teatralne, sportowe, duszpasterskie, dożywianie dzieci. |
| 3. | Świetlica „U Aniołów «Stróżów” przy parafii Ducha Św. | ul. Sybiraków 2  15-204 Białystok  tel. 85 740 01 66 | Zajęcia świetlicowe, zajęcia opiekuńczo-wychowawcze, zajęcia socjoterapeutyczne, pomoc socjalna, terapia w zakresie mikrodeficytów, pomoc w odrabianiu lekcji, praca z rodzinami |
| 4. | Świetlica „Nasz Dom: Dobry Pasterz” przy Zgromadzeniu Sióstr Dobrego Pasterza | ul. Mickiewicza 13  15-213 Białystok  tel. 85 743 22 50  dbps@zetobi.com.pl | pn.-pt. godz. 13.30-18.00  Zajęcia socjoterapeutyczne, plastyczne, sportowe, kulinarne, informatyczne, praca z rodzicami, pomoc w odrabianiu lekcji, dożywianie. |
| 5. | Świetlica „Nazaret” przy Zgromadzeniu Sióstr Misjonarek Św. Rodziny | ul. Stołeczna 5  15-879 Białystok  tel. 85 746 66 20 | Zajęcia socjoterapeutyczne, psychoedukacyjne dla rodziców, kulturalno-rozrywkowe, sportowe, świetlicowe, komputerowe, nauki jęz. angielskiego. Organizowanie kolonii i ferii zimowych. Dożywianie, pomoc materialna. |
| 6. | Świetlica prowadzona przez Stowarzyszenie Czcicieli Miłosierdzia Bożego im. Ks. M. Sopocki | ul. Pl. Bł. Ks. Michała Sopoćki 1  15-864 Białystok  tel. 85 651 90 10 | Zajęcia socjoterapeutyczne, muzyczne, komputerowe, sportowe, pedagogiki zabawy. Organizacja półkolonii. Dożywianie dzieci. |
| 7. | Świetlica prowadzona przez Katolicki Klub Sportowy „Piast” | ul. Elewatorska 6A  15-620 Białystok  tel. 85 661 18 48 | Zajęcia socjoterapeutyczne i opiekuńczo-wychowawcze. Dożywianie dzieci. |
| 8. | Świetlica „Stumilowy Las” prowadzona przez Stowarzyszenie Integracji Kulturalno-Ekologicznej „Gniazdozbiór” | ul. Stołeczna 12  15-879 Białystok  tel. 85 744 51 17 | Zajęcia socjoterapeutyczne, plastyczne, muzyczne, taneczne, sportowe, edukacja informatyczna i ekologiczne. Dożywianie dzieci. |
| 9. | Świetlica prowadzona przez Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom i Młodzieży „Przyjaciele” | ul. Św. Kazimierza2  15-817 Białystok  tel. 665270797 | Zajęcia socjoterapeutyczne, plastyczne, techniczne, kulinarne, sportowe, pomoc w odrabianiu lekcji, spotkania z rodzicami Podwieczorek. |
| 10. | Świetlica „Tęcza” prowadzona przez Caritas Archidiecezji Białostockiej | ul. Warszawska 32  15-077 Białystok  Tel. 85 651 90 08  Email:bialystok@caritas.pl | Zajęcia socjoterapeutyczne, terapia indywidualna, zajęcia korekcyjne, kompensacyjne, psychoedukacyjne, artystyczne, edukacyjne, opiekuńczo-wychowawcze, sportowo-rekreacyjne. Dożywianie dzieci, pomoc socjalna. |
| 11. | Świetlica środowiskowa prowadzona przez Hufiec Pracy w Białymstoku | ul. NMP Królowej Rodzin 6 15-684 Białystok  tel. 85 653 35 05 | Zajęcia wychowawcze, komputerowe, plastyczne, sportowe, pomoc w nauce, indywidualna pomoc i wsparcie. |
| 12. | Specjalistyczna Placówka Wsparcia Dziennego „Eleos” | ul. Św. Mikołaja 5/1  15-420 Białystok  tel. 601 299 467 | Zajęcia socjoterapeutyczne, informatyczne, plastyczne, sportowe, nauka języków obcych, zajęcia kulturalno-rozrywkowe, wyrównawcze, zajęcia psychoedukacyjne dla rodziców. Organizowanie wypoczynku letniego i zimowego. Dożywianie, pomoc materialna. Wolontariat europejski. |
| 13. | Specjalistyczna Placówka Wsparcia Dziennego „Eleos” | ul. Pietkiewicza 2c/2 m. 2  15-689 Białystok  tel. 503 117 170 | Różnego rodzaju zajęcia grupowe i indywidualne, zajęcia socjoterapeutyczne, organizacja letniego i zimowego wypoczynku. |
| 14. | Specjalistyczna Placówka Wsparcia Dziennego „Eleos” | ul. Warszawska 47  15-950 Białystok  Tel. 607 510 550 | Zajęcia socjoterapeutyczne, integracyjne, komputerowe, plastyczne, sportowe, wyrównywania braków i deficytów edukacyjnych. Dożywianie dzieci. |
| 15. | Świetlica socjoterapeutyczna – Dzienny Dom Pomocy Społecznej | ul. Nowogródzka 5/1  15-489 Białystok  tel. 518 357 405 | Zajęcia plastyczne, techniczne, komputerowe, teatralne, socjoterapeutyczne, spotkania wielopokoleniowe, współpraca z seniorami. |
| 16. | Stowarzyszenie Pomocy Rodzinie i Dzieciom „Szansa” | ul. Magnoliowa 4  15-950 Białystok  tel. 85 663 01 41  Tel. 535 755 633 | Zajęcia socjoterapeutyczne, wychowawcze, edukacyjno-poznawcze, sportowe, plastyczne, teatralne. Pomoc w odrabianiu lekcji, profilaktyka uzależnień, praca z rodzinami, pomoc socjalna i dożywianie. |
| 17. | Świetlica Socjoterapeutyczna ”Szansa” | ul. Barszczańska 6  Telefon: 85 663 01 41; 530 858 265  e-mail: sprid@gmail.com | Zajęcia socjoterapeutyczne, wychowawcze, edukacyjno-poznawcze, sportowe, plastyczne, teatralne. Pomoc w odrabianiu lekcji, profilaktyka uzależnień, praca z rodzinami, pomoc socjalna i dożywianie. |

**Powiat: grajewski**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Ośrodek Kuratorski nr 1  przy Sądzie Rejonowym  w Grajewie | Plac Niepodległości 10,  19-200 Grajewo, | Ośrodek prowadzi działalność wychowawczą, resocjalizacyjną, terapeutyczną, profilaktyczną i kontrolną, zmierzając do zmiany postaw nieletnich w kierunku społecznie pożądanym, zapewniającym prawidłowy rozwój ich osobowości. |

**Powiat: moniecki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Świetlica terapeutyczna "PROMYK" w Mońkach | ul. Białostocka 25,  19-100 Mońki | Udzielanie pomocy dla dzieci ze środowisk dysfunkcyjnych. |

**Powiat: siemiatycki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Świetlica Socjoterapeutyczna Caritas w Siemiatyczach | ul. Andersa 4  17-300 Siemiatycze | Udzielanie pomocy dla dzieci ze środowisk dysfunkcyjnych. |
|  | Siemiatycki Klub Juniora | ul. Grodzieńska 31a  17-300 Siemiatycze | Udzielanie pomocy dla dzieci ze środowisk dysfunkcyjnych. |

**Powiat: sokólski**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Świetlica środowiskowa „Koniczynka” | ul. Plac Kościuszki 9/1  16-100 Sokółka  tel. 85 711 57 00 | Pomoc edukacyjna, opiekuńczo- wychowawcza, socjalna |
|  | Świetlica środowiskowa „Stokrotka” | ul. Broniewskiego 16  16-100 Sokółka  tel. 85 711 57 00 | Pomoc edukacyjna, opiekuńczo- wychowawcza, socjalna |
|  | Młodzieżowa Świetlica Środowiskowa „Baza” | ul. Mickiewicza 2a/8  16-100 Sokółka  tel. 85 711 21 34 | Pomoc edukacyjna, opiekuńczo- wychowawcza, socjalna dla uczniów w wieku 13-18 lat |
|  | Świetlica terapeutyczna Placówka Wsparcia Dziennego „Pod Aureolą Św. Józefa” w Sokółce | ul. Jana Pawła II 5  16-100 Sokółka  tel. 85 651 90 08 | Pomoc edukacyjna, opiekuńczo- wychowawcza |
|  | Świetlica terapeutyczna Placówka Wsparcia Dziennego w Kuźnicy | ul. Sokólska 5  16-123 Kuźnica  tel. 505 452 005 | Pomoc edukacyjna, opiekuńczo- wychowawcza |

**Powiat: Suwałki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Świetlica Oratorium  św. Dominika Savio | ul. Wyszyńskiego 3 | Psycholog dla dzieci  Socjoterapeuta dla dzieci |

Stacjonarne placówki opiekuńcze, wychowawcze, terapeutyczne  
*oferują pomoc dzieciom pozbawionym opieki lub podejmującym zachowania ryzykowne*

**Powiat: Białystok**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **L.P.** | | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |  |  |
| **1.** | | Wielofunkcyjna Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza „Jedynka” Placówka Wsparcia Dziennego Punkt Poradnictwa Rodzinnego | ul. Słonimska 8  15-028 Białystok  tel. 85 732 87 25, 85 7416023 | | Zapewnia stałą, całodobową opieką dzieciom pozbawionym naturalnego środowiska pozostającym w placówce. W ramach Wsparcia Dziennego oferuje dzieciom ze środowiska opieką, pomoc w nauce, dożywianie, socjoterapią. W ramach Punktu oferuje poradnictwo rodzinne, pomoc psychologiczną i działania terapeutyczne oraz prowadzi grupą wsparcia dla byłych wychowanków placówek opiekuńczych. |  |  |
| **2.** | | Wielofunkcyjna Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza im. dr Ireny Białówny „Dwójka” | ul. 11 Listopada 6  15-320 Białystok  tel. 85 74240 11  e-mail: dd2.bialystok@gmail.com | | Zapewnia całodobową opieką dzieciom pozostającym w placówce (od urodzenia do pełnoletniości). Udziela informacji dotyczącej umieszczania dzieci w placówce. Oferuje pomoc psychologiczno-pedagogiczną i terapeutyczną dla rodzin dzieci, które przebywają w placówce lub odeszły. Prowadzi hostel dla kobiet i dziewcząt w niechcianej ciąży. |  |  |
| **3.** | | Nasz Dom: „Dobry Pasterz” Zgromadzenie Służebnic Matki Dobrego Pasterza | ul. Mickiewicza 13  15-213 Białystok  tel./fax 85 743 22 50  e-mail: dbps@zetobi.com.pl | | Placówka socjalizacyjna i wsparcia dziennego (opieka, socjoterapia, pomoc w nauce, dożywianie dzieci, praca z rodziną). |  |  |
| **4.** | | Pogotowie Opiekuńcze w Białymstoku | ul. Orla 2  15-950 Białystok  tel. 85 7416846  email:pogotowie\_opiekuncze@o2.pl | | Doraźna lub okresowa opieka nad dzieckiem opuszczonym lub wymagającym odizolowania od dotychczasowego środowiska. Prowadzenie działalności terapeutycznej, socjoterapeutycznej i resocjalizacyjnej. |  |  |
| **5.** | | Policyjna Izba Dziecka przy Komendzie Miejskiej Policji w Białymstoku | ul. Bema 4 15-950 Białystok  tel. 47 711 33 87 | | Doraźna opieka nad nieletnim podejrzanym o popełnienie czynu karalnego. |  |  |
| **6.** | | Nasz Dom: Dom Rodzinny Stowarzyszenia DROGA | ul. Proletariacka 21  15-449 Białystok  tel. 85 652 59 06 | | Placówka wielofunkcyjna zapewniająca całodobową lub dzienną opieką dzieciom ze środowisk dysfunkcyjnych oraz ich rodzinom (pomoc socjalno-bytowa, edukacyjna, wychowawcza, terapeutyczna, duszpasterska). |  |  |
| **7.** | | Ośrodek Szkolenia  i Wychowania Ochotniczych Hufców  Pracy | ul. Supraślska21  16-010 Wasilków  tel./fax 85 718 54 20 | | Placówka szkoleniowo-wychowawcza umożliwiająca młodzieży o zmniejszonych szansach edukacyjnych lub z grupy podwyższonego ryzyka uzupełnienie wykształcenia w ramach:   * gimnazjum z oddziałami przysposabiającymi do pracy, * gimnazjum dla dorosłych, * zasadniczej szkoły zawodowej.   Przy ośrodku działa internat (działalność wychowawcza i terapeutyczna) zapewniający bezpłatne zakwaterowanie i wyżywienie młodzieży pochodzącej z rodzin o trudnej sytuacji materialnej i życiowej. |  |  |
|  |  | | |  | | |  |

**Powiat: grajewski**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Dom Pomocy Społecznej  w Grajewie | ul. dr T. Nowickiego 1,  19-200Grajewo,  tel./fax 86 2722724,  e-mail: dps@starostwograjewo.pl  . | Przeznaczony jest dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie,  − jego działalność podstawową stanowi zapewnienie całodobowej opieki mieszkańcom oraz zaspokojenie ich potrzeb:   * bytowych – miejsce zamieszkania, wyposażenie w niezbędne meble, sprzęt, bieliznę oraz środki higieny osobistej, utrzymanie czystości, wyżywienie, * opiekuńczych – zapewnienie całodobowej opieki, pomoc w podstawowych czynnościach życiowych, pielęgnacji, w załatwianiu spraw osobistych z uwzględnieniem stanu zdrowia, sprawności psychofizycznej, a także indywidualnych potrzeb i możliwości mieszkańców, * wspomagających – udział w terapii zajęciowej, rehabilitacji, zaspokajanie potrzeb religijnych i kulturalnych, * edukacyjnych –zajęcia rewalidacyjno-wychowawcze przeprowadzane przez nauczycieli Zespołu Szkol specjalnych. |

**Powiat: moniecki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | **Rodzinny Dom Dziecka im. Jana Pawła II w Knyszynie** | ul. Tykocka 12, 19-120 Knyszyn tel. (85) 679 95 68 | Stworzenie optymalnych warunków sprzyjających prawidłowemu i wszechstronnemu rozwojowi wychowanków przez zaspokojenie ich potrzeb biologicznych, psychicznych, poznawczych i innych. |
|  | Młodzieżowe Centrum Edukacji i Readaptacji Społecznej w Goniądzu | ul. Plac 11 listopada 37,  19-110 Goniądz tel.  Tel. (85) 738 0023 | Ośrodek zapewnia kształcenie na poziomie szkoły podstawowej, liceum i technikum. Oferuje szeroką ofertę zajęć pozalekcyjnych, wsparcie edukacyjne oraz nowatorskie formy resocjalizacji. Udziela pomocy psychologa, pedagoga, terapeuty uzależnień. Wychowanki mają możliwość korzystania z usług psychiatry dziecięcego i seksuologa. |

**Powiat: siemiatycki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Powiatowa Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Siemiatyczach | ul. Kościuszki 43a  17-300 Siemiatycze | Opieka, poradnictwo, konsultacje, terapia, interwencja kryzysowa |
|  | In Progres Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Siemiatyczach | Ciechanowiecka 19E  17-300 Siemiatycze |
|  | Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna AB-BA | ul. 11 Listopada 73  17-300 Siemiatycze |
|  | EZRA UKSW | ul. 11 Listopada 73  17-300 Siemiatycze |
|  | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie | ul. Leg. Piłsudskiego 3  17-300 Siemiatycze |

**Powiat: Suwałki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza | Ul.23 Pażdziernika 20a,  tel.87 566 31 25 | Opieka, poradnictwo, konsultacje, terapia, interwencja kryzysowa |

**Powiat: zambrowski**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza | Ul. aleja wojska Polskiego 52  18-300 Zambrów  tel. 86 271 34 89 | Opieka, poradnictwo, konsultacje, terapia, interwencja kryzysowa |

# Organizacje pozarządowe wspierające dziecko, rodzinę

*Fundacje i stowarzyszenia prowadzące terapie, zajęcia pozalekcyjne i inne działania wspierające dziecko i rodzinę*

**Powiat: Białystok**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Stowarzyszenie Pomocy Rodzinie „Droga” | ul. Proletariacka 21  15-449 Białystok  tel. 85 652 47 17  tel./fax. 856521836  ul. Włókiennicza 7  15-464 Białystok  tel./fax.857445026 | Do zadań szczególnych Stowarzyszenia Pomocy Rodzinie DROGA, należy:   * organizowanie pomocy, opieki i wsparcia nad dziećmi  i młodzieżą z rodzin ubogich, dysfunkcyjnych, wielodzietnych oraz zagrożonych patologią społeczną, * organizowanie działalności opiekuńczej i wychowawczej dla dzieci pozbawionych opieki domu rodzinnego, * inicjowanie i rozwijanie form pomocy osobom potrzebującym i ich rodzinom, * organizowanie rodzinnych kolonii letnich dla rodzin  z problemami, * organizowanie akcji charytatywnych na rzecz ubogich dzieci i ich rodzin, * praca z dziećmi z rodzin niewydolnych wychowawczo  i dysfunkcyjnych z terenu miasta Białegostoku realizowana w Ośrodku Wspierania Dziecka i Rodziny "Nasz Dom”, * praca środowiskowa z dziećmi ulicy, młodzieżą z grup ryzyka w Punkcie Interwencyjno-Poradniczym   pomoc młodzieży z grup ryzyka, eksperymentującej  i uzależnionej od środków psychoaktywnych, komputera, internetu, hazardu oraz ich rodzicami w Ośrodku Profilaktyki i Terapii dla Młodzieży i Dorosłych ETAP. |
|  | Fundacja Dialog | ul. Ks. Abramowicza 1  15-872 Białystok  tel. 85 742 40 41,  664 765 111  fax.: 85 742 40 42  email: biuro@mentoring.pl | Fundacja Dialog to między innymi:   * edukacja dzieci i młodzieży, * integracja społeczna osób w trudnej sytuacji, * wsparcie dzieci przebywających w rodzinach zastępczych, * praca z uchodźcami, migrantami i mniejszościami etnicznymi, * rozwój idei mentoringu i wolontariatu,   bezpłatna biblioteka i mediateka. |
|  | Towarzystwo Przyjaciół Dzieci Oddział Miejski w Białymstoku | ul. Pietkiewicza 1  15-689 Białystok  tel. 85 811 06 12 | Współudział w tworzeniu właściwych warunków rozwoju dzieci i młodzieży poprzez:   * udzielanie pomocy rodzicom w wykonywaniu zadań opiekuńczo-wychowawczych,   organizacja wypoczynku letniego i zimowego dla dzieci  z rodzin najuboższych, niewydolnych wychowawczo, patologicznych. Poradnia rodzinna, ogniska wychowawcze, akademia edukacyjna. |
|  | Polskie Stowarzyszenie Pedagogów i Animatorów „KLANZA" Oddział Białostocki | ul. Witosa 15B lok. 12,  15-660 Białystok  tel. 85 651 04 47  ul. gen. Kleeberga 8  tel.855625494  690955000 | Szkolenia dla nauczycieli, wychowawców, pracowników socjalnych, pedagogów. Szkolenia dla młodzieżowych liderów. Organizowanie alternatywnych form spędzania wolnego czasu. Pomoc seniorom oraz osobom niepełnosprawnym. |
|  | Stowarzyszenie Pomocy Rodzinie „Szansa” | ul. Magnoliowa 4  15- 669 Białystok  tel. 85 663 01 41 | Pomoc społeczna, prowadzenie świetlicy socjoterapeutycznej i poradni rodzinnej. |
|  | FUNDACJA „SYRIUSZ” | ul. Antoniukowska 11, Lok. 1.3,  15-740 Białystok  tel.: 505 177 208  biuro@fundacjasyriusz.pl  http://fundacjasyriusz.pl | Indywidualne i grupowe zajęcia specjalistyczne (uzależnione od oferty projektowej).  Zajęcia prowadzone są przez terapeutów z zakresu psychologii, pedagogiki, logopedii, rehabilitacji, integracji sensorycznej. |

**Powiat: białostocki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Katolicki Ośrodek Wychowania i Terapii Uzależnień METANOIA | skr. poczt. nr 45,  16-020 Czarna Białostocka  (Chmielnik 15, teren dawnej Agromy)  (85) 710-32-41  www.metanoia24.pl  poczta@metanoia24.pl | Pomoc młodzieży uzależnionej lub zagrożonej uzależnieniem od środków psychoaktywnych  Osoby uzależnione w przedziale wiekowym 13-19 lat |

**Powiat: grajewski**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Stowarzyszenie Wspierania Inicjatyw Społecznych na Rzecz Osób Niepełnosprawnych  w Grajewie (SWISON), | Os. Centrum 38A,  19-200 Grajewo,  tel./fax 86 2738542,  [www.wtzgrajewo.pl](http://www.wtzgrajewo.pl) | Stowarzyszenie zajmuje się działalnością wobec osób niepełnosprawnych, w tym osób z zaburzeniami psychicznymi. Główna działalność skupia się wokół poradnictwa i terapii.  W ramach SWISON działa Ośrodek Wsparcia Społecznego, realizujący poradnictwo i informację dla osób niepełnosprawnych i ich rodzin, Punkt Informacji o Prawach i Obowiązkach Obywateli, a także Warsztat Terapii Zajęciowej w Grajewie. |
|  | Stowarzyszenie „Szkoła Naszą Szansą” przy Zespole Szkół Specjalnych im. Jana Pawła II  w Grajewie, | ul. Ełcka 11,  19-200 Grajewo,  tel./fax 86 2723115,  e -mail: szkolanaszaszansa@gmail.com | podstawowym celem działalności jest włączenie dzieci i młodzieży niepełnosprawnej  do uczestnictwa w życiu publicznym, społecznym, zawodowym, kulturalnym i artystycznym odpowiednio do ich zainteresowań i potrzeb,  − cele szczegółowe:   * integracja z ogółem społeczeństwa, * zdobywanie funduszy na rzecz rozbudowy Zespołu Szkół Specjalnych im. Jana Pawła II w Grajewie i jego rozwoju, * znoszenie barier utrudniających dzieciom i młodzieży niepełnosprawnej aktywne, godne uczestnictwo w życiu społecznym oraz korzystanie z pełni praw obywatelskich, * organizowanie zajęć rehabilitacyjnych, terapeutycznych i rekreacyjnych, |
|  | Stowarzyszenie na rzecz osób niepełnosprawnych „Nadzieja” w Rajgrodzie,  . | Tama 9/1,  19-206 Rajgród,  siedziba: przy ul. Szkolnej 24  w Rajgrodzie  (w Zespole Szkolno-Przedszkolnym),  tel. 603 154 038, e-mail: nadzieja.rajgrod@gmail.com | Stowarzyszenie:   * zajmuje się działalnością na rzecz integracji społecznej oraz zawodowej osób z niepełnosprawnością oraz niesieniem pomocy osobom niepełnosprawnym i ich rodzinom, * reprezentuje interesy osób niepełnosprawnych i ich rodzin (opiekunów) bez względu na rodzaj niepełnosprawności, * bierze udział w konkursach na szczeblach: gminnym, wojewódzkim i krajowym w celu zapewnienia podopiecznym coraz lepszych warunków i zajęć. |

**Powiat: moniecki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Fundacja na Rzecz Rozwoju Powiatu Monieckiego | ul. Słowackiego 5A 19-100 Mońki,  tel. 501 816 846 | Przedmiotem funkcjonowania są m.in. działania mające na celu rozwój nauki, oświaty, wychowanie dzieci i młodzieży. |
|  | Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym-KOŁO MOŃKI | Dolistowo Stare 68,  19-124 Jaświły  tel. 505 046 993 | Prowadzi Ośrodek Rehabilitacyjno-Edukacyjno-Wychowawczy ( OREW) w Mońkach. Zajmuje się inicjowaniem rozwiązań prawnych, organizowaniem i prowadzeniem różnego rodzaju placówek, programów usług dla niepełnosprawnych dzieci i osób dorosłych w zakresie kompleksowej, wielodyscyplinarnej rehabilitacji i terapii, edukacji. Wspiera również rodziny podopiecznych (m.in. przez udostępnianie informacji, poradnictwo życiowe i prawne, grupy wsparcia, krótkoterminowe zastępowanie w opiece itp.). |
|  | Klub Rodzin Autystycznych "*Dzieci z Zaczarowanego Lasu*", który działa w ramach Fundacji na Rzecz Powiatu Monieckiego | ul. Słowackiego 5A,  19-100 Mońki  tel. 501 816 846 | Wymiana wiedzy i doświadczeń rodziców dzieci ze spectrum autyzmu. |

**Powiat: sokólski**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania Osób Niepełnosprawnych „Pod Skrzydłami” w Sokółce | ul. Os. Zielone 1a  16-100 Sokółka  tel. 85 711 26 78 | Działanie na rzecz wyrównywania szans osób niepełnosprawnych we wszystkich sferach i na każdym etapie ich życia. Tworzenie warunków do postrzegania praw człowieka wobec osób niepełnosprawnych. Zaangażowanie osób niepełnosprawnych do aktywnego udziału w życiu społecznym. Działanie na rzecz ochrony zdrowia i rehabilitacji osób niepełnosprawnych. Wspieranie rodzin i opiekunów osób niepełnosprawnych. Organizowanie wypoczynku, czasu wolnego osobom niepełnosprawnym, rozwijanie i upowszechnianie kultury, turystyki i kulturoznawstwa oraz kultury fizycznej i sportu wśród osób niepełnosprawnych.  Stowarzyszenie organizuje: półkolonie, wyjazdy na turnusy rehabilitacyjne, zajęcia specjalistyczne i wiele innych przedsięwzięć i projektów. |
|  | Stowarzyszenie na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Radość Życia” w Dąbrowie Białostockiej | ul. Solidarności 1  16-200 Dąbrowa Białostocka  tel. 85 712 02 85 | Celem działania stowarzyszenia jest wyrównywanie szans osób niepełnosprawnych oraz szeroko rozumiane wsparcie osób niepełnosprawnych i ich rodzin. Stowarzyszenie prowadzi WTZ w Dąbrowie Białostockiej oraz świetlicę adaptacyjno-rehabilitacyjną dla dzieci niepełnosprawnych. Realizuje projekty współfinansowane ze środków Unii Europejskiej. |
|  | Fundacja GAMA w Dąbrowie Białostockiej | ul. Gen. Sulika 1  16-200 Dąbrowa Białostocka  Tel. 510 568 007 | Celem fundacji jest działanie na rzecz społeczeństwa obywatelskiego, w szczególności osób niepełnosprawnych i zagrożonych wykluczeniem społecznym jak również inicjowanie i wspieranie rozwiązań w różnorodnych dziedzinach życia społecznego, a szczególnie w ochronie praw i wolności człowieka i obywatela, w ochronie życia rodzinnego oraz edukacji, profilaktyce i integracji społecznej. |
|  | Fundacja „Sokólski Fundusz Lokalny” | ul. Plac Kościuszki 9/1  16-100 Sokółka  tel. 85 711 57 00 | Celem fundacji jest rozwijanie i propagowanie inicjatyw, postaw i działań sprzyjających rozwojowi społecznemu, gospodarczemu oraz poprawie jakości życia społeczności regionu sokólskiego poprzez prowadzenie i finansowanie działań między innymi w zakresie:   * pomocy społecznej, ochrony zdrowia i rehabilitacji osób niepełnosprawnych, * oświaty, wychowania, kultury sportu i turystyki, * programów w zakresie przeciwdziałania bezrobociu, * pomocy rodzinom wielodzietnym oraz słabo sytuowanym finansowo w kształceniu dzieci.   Fundacja „Sokólski Fundusz Lokalny” prowadzi świetlicę środowiskowa „Koniczynka” i świetlicę Socjoterapeutyczną „Stokrotka”.  Fundacja we współpracy z Urzędem Miejskim w Sokółce realizuje również programy dotyczące zapobiegania przemocy i agresji rówieśniczej oraz zapewnia pomoc rodzinom z problemem alkoholowym w „Ośrodku Wsparcia Rodziny”. |
|  | Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju Ziemi Sokólskiej „BARKA” | ul. Mickiewicza 2a/8  16-100 Sokółka  tel. 85 711 21 34 | Celem stowarzyszenia jest między innymi wyrównywanie szans osób zagrożonych wykluczeniem społecznym, dzieci i młodzieży, osób niepełnosprawnych lub bezrobotnych. Stowarzyszenie „Barka” realizuje projekty dotyczące aktywizacji społeczno-zawodowej i integracji osób niepełnosprawnych w powiecie sokólskim. Stowarzyszenie prowadzi również Młodzieżową Świetlicę Środowiskową „Baza” w Sokółce przy ulicy Mickiewicza 2A oraz grupę wsparcia dla osób z niepełnosprawnościami „Przystanek Nadzieja”. |

**Powiat: Suwałki**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **NAZWA** | **DANE TELEADRESOWE** | **ZAKRES DZIAŁAŃ** |
|  | Fundacja EGO | ul. Noniewicza 91/44  tel. 535- 032-190 | Psycholog specjalista interwencji kryzysowej  Terapeuta rodzinny,  terapeuta dzieci |

# Ogólnopolskie infolinie i pomocowe strony internetowe.

1. **Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży**

[**www.116111.pl**](http://www.116111.pl) **tel. 116 111**

Pomoc świadczą psycholodzy i pedagodzy. Wsparcie jest anonimowe i bezpłatne. Odbywa się online lub przez telefon. Telefon Zaufania 116 111 prowadzony jest przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę.

Telefon jest czynny od poniedziałku do niedzieli w godzinach 12.00–2.00.

2. **Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci**

[**www.800100100.pl**](http://www.800100100.pl) **tel. 800 100 100 e-mail: pomoc@800100100.pl**

800 100 100 to bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna i online dla rodziców i nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia i informacji w zakresie przeciwdziałania i pomocy psychologicznej dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności takie jak: agresja i przemoc w szkole, cybeprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, depresja i obniżony nastrój, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania.

Wsparcie jest prowadzone przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę. Pomoc jest świadczona bezpłatnie i anonimowo.

Linia jest czynna od poniedziałku do piątku, w godzinach 12.00–15.00.

3. **Ogólnopolski Telefon Zaufania Fundacji ITAKA dla dzieci, młodzieży i ich opiekunów**

[**www.liniadzieciom.pl**](http://www.liniadzieciom.pl) **tel. 800 080 222 e-mail: porady@liniadzieciom.pl**

Pomoc jest skierowana do dzieci, młodzieży, ale także rodziców, nauczycieli. Wsparcia udzielają psychologowie, pedagodzy, a także prawnicy.

Telefon jest bezpłatny i całodobowy.

1. **Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka**

[**www.brpd.gov.pl**](http://www.brpd.gov.pl) **tel. 800 12 12 12**

Wsparcie jest anonimowe i bezpłatne, skierowane do dzieci i młodzieży.

Telefon i czat internetowy są czynne przez całą dobę, siedem dni w tygodniu.

1. **Centrum Wsparcia dla Osób w Stanie Kryzysu Psychicznego**

[**https://liniawsparcia.pl**](https://liniawsparcia.pl) **tel. 800 70 2222 e-mail: porady@centrumwsparcia.pl**

Wsparcie udzielane jest wszystkim osobom dzwoniącym.

Telefon jest bezpłatny i czynny całą dobę przez 7 dni w tygodniu.

W wyznaczonych godzinach w Centrum poza psychologami i pedagogami pełnią dyżury także specjaliści: psychiatra, prawnik, pracownik socjalny, terapeuta uzależnień, asystent zdrowienia, seksuolog.

1. **Kryzysowy Telefon Zaufania**

[**https://psychologia.edu.pl/kryzysy-osobiste/telefon-kryzysowy-116123.html**](https://psychologia.edu.pl/kryzysy-osobiste/telefon-kryzysowy-116123.html) **tel. 116 123**

Oferta Poradni kierowana jest do osób dorosłych w kryzysie emocjonalnym, potrzebujących wsparcia i porady psychologicznej, rodziców potrzebujących wsparcia w procesie wychowawczym oraz osób niepełnoprawnych. Poradnia Telefoniczna 116 123 udziela pomocy psychologicznej osobom doświadczającym kryzysu emocjonalnego, samotnym, cierpiącym z powodu depresji, bezsenności, chronicznego stresu.

Telefon jest bezpłatny i czynny codziennie od 14.00 do 22.00.

1. **TELEFON I CZAT ZAUFANIA dla dzieci i młodzieży Towarzystwa Przyjaciół Dzieci**

[**https://800119119.pl**](https://800119119.pl) **tel. 800 119 119**

Telefon zaufania 800 119 119 jest darmowy i anonimowy, czynny codziennie w godz. 14–22

1. **Telefon wsparcia prowadzony przez Fundację Słonie na Balkonie**

[**https://slonienabalkonie.pl**](https://slonienabalkonie.pl) **tel. 800 800 602**

Telefon jest bezpłatny i anonimowy, czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 15.00 do 20.00.

Wsparcie jest skierowane do rodziców, opiekunów z całej Polski, którzy szukają pomocy psychologa dla dziecka w kryzysie lub dla samych dzieci pilnie potrzebujących wsparcia.

1. **Fundacja Nagle Sami**

[**https://naglesami.org.pl**](https://naglesami.org.pl) **tel. 800 108 108**

Linia 800 108 108 adresowana jest do wszystkich osób w żałobie, które potrzebują pomocy.

Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku, w godzinach 14.00 - 20.00,

Dodatkowy dyżur od godz. 14.00 do godz. 17.00 w każdy czwartek dotyczy wspierania dzieci w sytuacji żałoby.

Wsparcie jest bezpłatne i anonimowe

1. **Poradnia narkotykowa on- line**

[**https://www.narkomania.org.pl/czat-z-ekspertem/**](https://www.narkomania.org.pl/czat-z-ekspertem/)

1. **Telefon zaufania dla osób uzależnionych behawioralnie**

[**https://www.uzaleznieniabehawioralne.pl**](https://www.uzaleznieniabehawioralne.pl) **tel. 801 889 880**

Telefon czynny jest codziennie, w godz. 17:00-22:00.

1. **Antydepresyjny Telefon Zaufania Fundacji Itaka**

[**https://stopdepresji.pl**](https://stopdepresji.pl) **tel. 22 484 88 01**

Dyżurujący przy nim specjaliści oferują bezpłatną pomoc osobom w kryzysie psychicznym.

Czynny jest od poniedziałku do środy od 15:00 do 20:00.

1. **Telefon do pogadania**

[**https://telefonpogadania.pl**](https://telefonpogadania.pl) **tel. 800 012 005**

Linia jest anonimowa i bezpłatna, pomoc świadczą wolontariusze. Telefon skierowany jest do osób, które czują się samotne i potrzebuję zwykłej, życzliwej rozmowy.

Telefon jest czynny codziennie od 11:00 do 20:00.