

## LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA

Listę zgodnie z art. 8a ust. 1 ustawy o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim i nieodpłatnej mediacji sporządza i aktualizuje Starosta.

W wykazie ujęto dane jednostek nieodpłatnego poradnictwa na terenie powiatu sokołowskiego, a także krajowe infolinie tematyczne i inne formy porad świadczonych za pośrednictwem komunikacji elektronicznej, jako formy poradnictwa również łatwo dostępnego dla mieszkańców powiatu.

**STAROSTA SOKOŁOWSKI**

**/-/ ADAM GÓRAL**

Aktualizacja: luty 2026 r.

### Część I: lista wg art. 8a ust. 1 pkt 1

Lp.	Nazwa jednostki	zakres poradnictwa	Adres	Telefon	Dostępność	www, email	Kryteria dostępu
<b>PORADNICTWO RODZINNE</b>							
1	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sokołowie Podlaskim	Specjalistyczne poradnictwo rodzinne: Konsultant Prawnik; Konsultant Psycholog; Konsultant ds. Przemocy - aktualne dyżury dostępne na stronie www.	ul Armii Krajowej 4 08-300 Sokołów Podlaski	tel.25/787 22 02 tel. 25/ 781 74 88 (telefon dostępny w godzinach przyjęć przez konsultantów  tel. 25/ 787 22 02	poniedziałek - piątek 8.00 -16.00	strona internetowa <a href="http://www.pcprsokolow.pl">www.pcprsokolow.pl</a>  e-mail: <a href="mailto:sekretariat@pcprsokolow.pl">sekretariat@pcprsokolow.pl</a>	Mieszkańcy powiatu sokołowskiego
<b>PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE</b>							
2	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Sokołowie Podlaskim	diagnoza i terapia psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna - diagnoza tyflopedagogiczna - diagnoza i terapia wyższych funkcji słuchowych - interwencja kryzysowa, poradnictwo z zakresu uzależnień i przemocy w rodzinie.	ul. M. Skłodowskiej – Curie 24 a, 08-300 Sokołów Podlaski	25/781 22 39	od poniedziałku do czwartku 7:30 do 19:00 piątek 7:30 do 17:00	strona internetowa <a href="http://www.ppppsok.pl">www.ppppsok.pl</a> email: <a href="mailto:sekretariat@pppsok.pl">sekretariat@pppsok.pl</a>	Mieszkańcy powiatu sokołowskiego
3	Poradnia Zdrowia Psychicznego	Porady psychologiczne	ul. Ks. Bosko 5, 08-300 Sokołów Podlaski	Poradnia 25 781 73 53 Centrala telefoniczna 25 781 72 00		strona internetowa: <a href="http://spzopsokolow.pl/szpital/poradnia-zdrowia-psychicznego">spzopsokolow.pl/szpital/poradnia-zdrowia-psychicznego</a> e-mail: <a href="mailto:rejestracja@spzopsokolow.pl">rejestracja@spzopsokolow.pl</a>	Mieszkańcy powiatu sokołowskiego

4	Platforma internetowa finansowana z budżetu państwa ze środków w dyspozycji Ministra Cyfryzacji.	Porady telefoniczne dla osób dorosłych w kryzysie emocjonalnym	ogólnopolska infolinia	116 123	całodobowo	<b>strona internetowa:</b> 116sos.pl <b>formularz:</b> <a href="https://116sos.pl/otrzymaj-pomoc/formularz">https://116sos.pl/otrzymaj-pomoc/formularz</a> <b>czat:</b> 116sos.pl/otrzymaj-pomoc/czat	Wszystkie osoby dorosłe w kryzysie
5	Platforma internetowa finansowana z budżetu państwa ze środków w dyspozycji Ministra Cyfryzacji.	Porady telefoniczne dla osób niepełnoletnich w kryzysie emocjonalnym	ogólnopolska infolinia - Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży	116 111	całodobowo	strona internetowa: <a href="https://116sos.pl/telefony-pomocowe">https://116sos.pl/telefony-pomocowe</a>	Wszystkie osoby niepełnoletnie
6	Centrum wsparcia dla osób dorosłych w kryzysie psychicznym	Kryzysy psychiczne, stany depresyjne, myśli samobójcze	dyżurują psycholodzy Fundacji ITAKA udzielający porad i kierujący dzwoniące osoby do odpowiedniej placówki pomocowej w ich regionie.	800 70 2222 bezpłatna infolinia	całodobowo	strona internetowa <a href="http://centrumwsparcia.pl">centrumwsparcia.pl</a> <a href="http://www.liniawsparcia.pl">www.liniawsparcia.pl</a> e-mail: <a href="mailto:porady@liniawsparcia.pl">porady@liniawsparcia.pl</a>	Dla osób dorosłych będących w kryzysie psychicznym

#### PORADNICTWO PEDAGOGICZNE

7	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Sokołowie Podlaskim	diagnoza i terapia psychologiczna, pedagogiczna, logopedyczna - diagnoza tyflopedagogiczna - diagnoza i terapia wyższych funkcji słuchowych - interwencja kryzysowa, poradnictwo z zakresu uzależnień i przemocy w rodzinie.	ul. M. Skłodowskiej – Curie 24 a, 08-300 Sokołów Podlaski	25/781 22 39	od poniedziałku do czwartku 7:30 do 19:00 piątek 7:30 do 17:00	strona internetowa <a href="http://www.ppppsok.pl">www.ppppsok.pl</a> email: <a href="mailto:sekretariat@pppsok.pl">sekretariat@pppsok.pl</a>	Mieszkańcy powiatu sokołowskiego
---	--	---	---	--------------	---	--	----------------------------------

**POMOC SPOŁECZNA**

				25/787 27 39 Pomoc społeczna 25/781 65 99 25/787 27 39 537 450 111 Usługi opiekuńcze 25/781 65 99 537 450 111				
8	Centrum Pomocy Socjalnej w Sokołowie Podlaskim	Wsparcie osób i rodzin w trudnych sytuacjach życiowych, - usługi opiekuńcze, - świadczenia rodzinne, - fundusz alimentacyjny, - dodatki mieszkaniowe, Pomoc socjalna dla uczniów.	ul. Wolności 26 08-300 Sokołów Podlaski	Dodatki mieszkaniowe pomoc socjalna dla uczniów 25/ 787 27 39 537 402 111 Świadczenia rodzinne 25/ 781 65 99 537 420 111 Świadczenia wychowawcze 25/781 65 99 731 538 111 Poradnictwo specjalistyczne 25/781 65 99	poniedziałek - piątek  7:45 - 15:45	strona internetowa samorząd.gov.pl/web/cps-sokolow- podlaski e-mail: cps@sokolowpodl.pl  e-mail: swiadczeniarodzinne@cps.sokolowpo dl.pl	Mieszkańcy miasta Sokołów Podlaski	
9	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sokołowie Podlaskim	Wsparcie osób i rodzin w trudnych sytuacjach życiowych.	ul. Wolności 44 08-300 Sokołów Podlaski	tel. 25/ 787 73 50 25/ 781 60 74	poniedziałek - piątek 8.00 - 16.00	e-mail: gops@gminasokolowpodl.pl	Mieszkańcy Gminy	
10	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sabniach	Wsparcie osób i rodzin w trudnych sytuacjach życiowych.	ul. Główna 75, 08-331 Sabnie	tel. 25/506 56 80 516 727 930	poniedziałek - piątek  7.45 - 15.45	e-mail: gops@sabnie.pl	Mieszkańcy Gminy	
11	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sterdyni	Wsparcie osób i rodzin w trudnych sytuacjach życiowych.	ul. Seroczyńska 3 08-320 Sterdyń	tel. 25/ 787 04 11	poniedziałek - piątek  7.30 - 15.30	e-mail: gops_sterdyn@pro.onet.pl pomoc@gopssterdyn.pl	Mieszkańcy Gminy	
12	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Jabłonnej Lackiej	Wsparcie osób i rodzin w trudnych sytuacjach życiowych.	ul. Kubusia Puchatka 1 08-304 Jabłonna Lacka	tel. 25/787 10 63	poniedziałek - piątek  8.00 - 16.00	e-mail: gops@jablonnalacka.com.pl	Mieszkańcy Gminy	

13	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Repkach	Wsparcie osób i rodzin w trudnych sytuacjach życiowych.	ul. Parkowa 7 08-307 Repki	tel. 25/ 506 57 06 25/ 506 57 04	poniedziałek, wtorek, środa, piątek 7.30 - 15.30  czwartek 8.00 - 16.00	e-mail: gops@repki.pl	Mieszkańcy Gminy
14	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Bielanych	Wsparcie osób i rodzin w trudnych sytuacjach życiowych.	ul. Słoneczna 2 08-311 Bielany	tel. 25/ 787 80 98	poniedziałek – piątek  8.00 - 16.00	e-mail: gops@gminabelany.pl	Mieszkańcy Gminy
15	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Ceranowie	Wsparcie osób i rodzin w trudnych sytuacjach życiowych.	Ceranów 25 08-322 Ceranów	tel. 25/787 08 15	poniedziałek - piątek  8:00 - 16:00	e-mail: gops@ceranow.pl	Mieszkańcy Gminy
16	Miejsko - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Kosowie Lackim	Wsparcie osób i rodzin w trudnych sytuacjach życiowych.	ul. Kolejowa 2 08-330 Kosów Lacki	tel. 25/ 787 96 27	poniedziałek - piątek  8.00 - 16.00	e-mail: mgops@kosowlacki.pl	Mieszkańcy Gminy

### ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

17	Ośrodek Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Przedmiotem działania jednostki są porady prawne, przeciwdziałanie przemocy w rodzinie, poradnictwo socjoterapeutyczne, porady psychologiczne, wsparcie dla osób uzależnionych. Funkcją Pełnomocnika Burmistrza ds. realizacji miejskiego programu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych oraz przeciwdziałania narkomanii	ul. M. Skłodowskiej – Curie 18 A 08-300 Sokółów Podlaski	tel. 25/ 787 22 57  telefon zaufania 25/ 787 29 99	poniedziałek 8:00-14:00 wtorek 16:00-20:00 środa 18.00 – 20.00 Czwartek 16:00-20:00 Piątek 16:00 – 20:00	e-mail: orpa@sokolowpodl.pl	Mieszkańcy Miasta Sokołowa Podlaskiego
----	--	---	---	---	---	--------------------------------	--

18	Gminne Komisje Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w:						
	Gminie Bielany	UG ul. Słoneczna 2 08-311 Bielany	25/ 787 80 13 wew.25	poniedziałek - piątek 8:00 - 16:00	e-mail: m.rucinski@gminabelany.pl	Mieszkańcy Gminy	
	Gminie Ceranów	UG Ceranów 140 08-322 Ceranów		poniedziałek - piątek 8:00 - 16:00	email: gops@ceranow.pl	Mieszkańcy Gminy	
	Gminie Jabłonna Lacka	GOPS ul. Kubusia Puchatka 108-304 Jabłonna Lacka	tel. 25/787 10 63	poniedziałek - piątek 8:00 - 16:00	email: gops@jablonnalacka.com.pl	Mieszkańcy Gminy	
	Gminie Repki	Porady z zakresu rozwiązywania problemów alkoholowych, uzależnień i współuzależnień	GOPS ul. Parkowa 7 08-307 Repki	tel.25/ 506 57 06 25/ 506 57 04	poniedziałek, wtorek, środa, piątek 7.30 - 15.30 czwartek 8.00 - 16.00	e-mail: gops@repki.pl	Mieszkańcy Gminy
	Gminie Sabnie	GOPS ul. Główna 75 08-331 Sabnie	tel. 25/ 787 41 60	Poniedziałek - Piątek 7:45-15:45	e-mail: gops@sabnie.pl	Mieszkańcy Gminy	
	Gminie Sokołów Podlaski	CPS, ul. Wolności 26 08-300 Sokołów Podlaski	tel. 25/ 781 65 99, 25/ 787 27 39	Poniedziałek - Piątek 7:45-15:45	e-mail: cps@sokolowpodl.pl	Mieszkańcy Miasta Sokołów Podlaski	
	Gminie Sterdyń	GOPS ul. Seroczyńska 3 08-320 Sterdyń	tel. 25/ 787 04 11	poniedziałek - piątek 7.30 - 15.30	email: gops_sterdyn@pro.onet.pl pomoc@gopssterdyn.pl	Mieszkańcy Gminy	
	Miasto i Gmina Kosów Lacki	Miejsko Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Kolejowa 2 08-330 Kosów Lacki	tel.25/ 787 91 05	poniedziałek - piątek 8:00 - 16:00	e-mail: samorzad@kosowlacki.pl mgops@kosowlacki.pl	Mieszkańcy Gminy	

## PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ

19	Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania przemocy w rodzinie:					
	Gminie Bielany	GOPS ul. Słoneczna 2 08-311 Bielany	tel. 25/ 787 80 98	poniedziałek – piątek 8.00 - 16.00	e-mail: gops@gminabelany.pl	Mieszkańcy Gminy
	Gminie Ceranów	GOPS Ceranów 25 08-322 Ceranów	tel. 25/787 08 15	poniedziałek - piątek 8:00 - 16:00	e-mail: gops@ceranow.pl	Mieszkańcy Gminy
	Gminie Jabłonna Lacka	GOPS ul. Kubusia Puchatka 1 08-304 Jabłonna Lacka	tel. 25/787 10 63	poniedziałek - piątek 8:00 - 16:00	email: gops@jablonnalacka.com.pl	Mieszkańcy Gminy
	Gminie Repki	porady prawne, wsparcie osób doznających przemocy domowej, pomoc terapeutyczna dla osób stosujących przemoc	GOPS ul. Parkowa 7 08-307 Repki	tel.25/ 506 57 06 25/ 506 57 04	poniedziałek, wtorek, środa, piątek 7.30 - 15.30  czwartek 8.00 - 16.00	e-mail: gops@repki.pl  Mieszkańcy Gminy
	Gminie Sabnie	GOPS ul. Główna 75 08-331 Sabnie	tel. 25/ 787 41 60	Poniedziałek - Piątek 7:45-15:45	e-mail: gops@sabnie.pl	Mieszkańcy Gminy
	Gminie Sokółów Podlaski	GOPS ul. Wolności 44 08-300 Sokółów Podlaski	tel. 25/ 787 73 50 25/ 781 60 74	poniedziałek - piątek 8.00 - 16.00	e-mail: gopssok@poczta.onet.pl gops@gminasokolowpodl.pl	Mieszkańcy Gminy
	Gminie Sterdyń	GOPS ul. Seroczyńska 3 08-320 Sterdyń	tel. 25/ 787 04 11	poniedziałek - piątek 7.30 - 15.30	e-mail: gops_sterdyn@pro.onet.pl	Mieszkańcy Gminy

	Miasto i Gmina Kosów Lacki		Miejsko Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej ul. Kolejowa 208-330 Kosów Lacki	tel.25/ 787 91 05	poniedziałek - piątek 8:00 - 16:00	e-mail: samorzad@kosowlacki.pl mgops@kosowlacki.pl	Mieszkańcy Miasta i Gminy
	Miasto Sokółów Podlaski		Wolności 26 08-300 Sokółów Podlaski	tel. 25/ 787 27 39 537 490 111	Poniedziałek - Piątek 7:45-15:45	e- mail: zi@sokolowpodl.pl	Mieszkańcy Miasta Sokółów Podlaski
20	Ogólnopolskie Pogotowie dla ofiar przemocy w rodzinie "Niebieska linia"	Wsparcie, pomoc psychologiczna, informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej	Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” Al. Jerozolimskie 155 02-326 Warszawa	800 120 002 bezpłatna infolinia	całodobowo	strona internetowa: <a href="https://niebieskalinia.info/">https://niebieskalinia.info/</a> e-mail: niebieskalinia@niebieskalinia.info	Osoby doświadczające przemocy domowej
<b>PORADNICTWO W RAMACH INTERWENCJI KRYZYSOWEJ</b>							
21	Powiatowe Centrum Zrządzenia Kryzysowego	Monitorowanie bezpieczeństwa	ul. Wolności 23 08-300 Sokółów Podlaski  ul. Kolejowa 21 08-300 Sokółów Podlaski	25/ 781 74 18 kom. 797 992 469 kom. 519 685 594 fax. 25 787 74 80  25/781 70 09 kom. 606 956 760 16:00-08:00	poniedziałek - piątek 8.00 - 16.00  poniedziałek - piątek oraz dni wolne i święteczne 16.00 - 8.00	e-mail: nadzor@powiat-sokolowski.pl  kryzys@powiat-sokolowski.pl  sokolow@mazowsze.straz.pl	Mieszkańcy powiatu
22	Zarządzanie Kryzysowe w:  Gminie Bielany	Monitorowanie bezpieczeństwa	ul. Słoneczna 2 08-311 Bielany	25/787 80 136 w.34 509392887	Poniedziałek - Piątek 8:00 - 16:00	e- mail: m.rucinski@gminabelany.pl	Mieszkańcy Gminy

Gminie Ceranów	Ceranów 140 08-322 Ceranów	25/787 07 79 w.24 694720905	Poniedziałek - Piątek 8:00 - 16:00	e- mail: k.zielinska@ceranow.pl	Mieszkańcy Gminy
Gminie Jabłonna Lacka	ul. Targowa 4 08-304 Jabłonna Lacka	25/ 506 55 43 517280009	Poniedziałek - Piątek 8:00 - 16:00	e-mail: dwozniak@jablonnalacka.com.pl	Mieszkańcy Gminy
Gminie Repki	ul. Parkowa 7 08-307 Repki	25/ 50 65 722 722340540	godziny pracy urzędu: poniedziałek, wtorek, środa, piątek - w godz. 7:30 - 15:30 czwartek - w godz. 8:00 - 16:00	e-mail: p.matysiak@repki.pl	Mieszkańcy Gminy
Gminie Sabnie	ul Główna 73 08-311 Sabnie	25/506 56 75 500178122	Poniedziałek - Piątek 8:00 - 16:00	e-mail: siwinska@sabnie.pl	Mieszkańcy Gminy
Gminie Sokółów Podlaski	ul. Wolności 44 08-300 Sokółów Podlaski	25/781 26 10 791 544 800	Poniedziałek - Piątek 8:00 - 16:00	e- mail: skora.klaudia@gminasokolowpodl.pl	Mieszkańcy Gminy
Gminie Sterdyń	ul. Tadeusza Kościuszki 6 08-320 Sterdyń	tel. 25 787 00 04, 511 893 785	Poniedziałek - Piątek 8:00 - 16:00	e-mail: sekretariat@sterdyn.com.pl natalia.salach@o2.pl	Mieszkańcy Gminy
Miasto i Gmina Kosów Lacki	ul. Kościelna 20 08-330 Kosów Lacki	25/787 91 05 w. 107, 511 893 785	Poniedziałek - Piątek 8:00 - 16:00	e-mail: zochowska.milena@kosowlacki.pl	Mieszkańcy Gminy
Miasto Sokółów Podlaski	Wolności 21, 08-300 Sokółów Podlaski	25/ 781 75 28, 734 157 028, 500 139 199	poniedziałek: 9:00-17:00 wtorek-piątek 8:00-16:00	e- mail: r.ambroziak@sokolowpodl.pl a.szulc@sokolowpodl.pl	Mieszkańcy Miasta

23	Wojewódzkie Centrum Zarządzania Kryzysowego	Monitorowanie bezpieczeństwa	Pl. Bankowy 3/5 00-950 Warszawa	Całodobowy Telefon Alarmowy: 987 tel. 22 595 13 05, 22 595 13 00	Telefon alarmowy: całodobowo	e-mail: kryzys@mazowieckie.pl	Mieszkańcy Województwa
24	Rządowe Centrum Bezpieczeństwa (RCB)	RCB prowadzi szereg kampanii edukacyjnych uczulających na współczesne zagrożenia oraz wskazujących schemat wzorowych zachowań.	Al. Ujazdowskie 5, 00-583 Warszawa	(+48 47) 72 16 907 Infolinia dla Obywatela	Infolinia dla Obywatela Czynna w dni robocze w godzinach 8:00-16:00	e-mail: poczta@rcb.gov.pl Uwagi do działania systemu ostrzegania SMS-ami przed zagrożeniami: e-mail: alert.rcb@rcb.gov.pl	Mieszkający w Polsce

#### PORADNICTWO DLA BEZROBOTNYCH

25	Powiatowy Urząd Pracy w Sokółowie Podlaskim	Pomoc w zakresie aktywizacji zawodowej dla osób bezrobotnych i innych osób poszukujących pracy	ul. Oleksiaka Wichury 3 08-300 Sokółów Podlaski	tel. informacja 25/781 71 30 25/787 22 04  sekretariat 25/781 71 31	Godz. obsługi klientów i rejestracja osób bezrobotnych i poszukujących pracy 8.15 - 14.30	e-mail: sekretariat@pup.sokolowpodl.pl	Mieszkańcy Powiatu
26	Zielona linia – Centrum Informacyjne Służb Zatrudnienia	Udzielane są informacje o usługach urzędów pracy	CENTRUM INFORMACYJNE URZĘDÓW PRACY Adres korespondencyjny Biuro Komunikacji Elektronicznej ul. Trawiasta 20b 15-161 Białystok	Infolinia 19524	Poniedziałek - Piątek 8:00 - 18:00	www: zielonalinia.gov.pl e-mail: kontakt@zielonalinia.gov.pl	Każdy kto chce uzyskać informacje na temat dostępnych form wsparcia z urzędów pracy przeznaczonych dla osób bezrobotnych i pracodawców oraz wyjaśniamy procedury legalnego powierzenia pracy cudzoziemcom w Polsce.

## PRAWO KONSUMENCKIE

27	Powiatowy Rzecznik Konsumentów	Bezpłatne poradnictwo prawne w zakresie ochrony konsumentów.	ul. Armii Krajowej 4 08-300 Sokółów Podlaski	tel. 25/ 781 74 59	Poniedziałek 12:00- 17:00 Wtorek 8:00-13:00	e- mail: prk@powiat-sokolowski.pl	Mieszkańcy Powiatu
28	Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów	Ochrona praw konsumenckich Prawo konsumenckie	UOKiK ul. Powstańców Warszawy 1, 00-950 Warszawa	Infolinia konsumencka 801 440 220 222 66 76 76 Opłata wg. taryfy operatora	Godziny pracy Urzędu UOKiK poniedziałek- piątek, 8:15-16:15 Infolinia pon.-pt. 8:00-18:00	www: <a href="https://www.uokik.gov.pl">https://www.uokik.gov.pl</a> <a href="http://www.poradydlakonsumentow.pl">www.poradydlakonsumentow.pl</a>	Konsumentów

## PRAWA PACJENTA

29	Rzecznik Praw Pacjenta	ochrona praw pacjenta	Biuro RPP ul. Płocka 11/13 01-231 Warszawa	800 190 590 Bezpłatna całodobowa infolinia Zapisy na poradę osobistą: <a href="mailto:rezerwacja@rpp.gov.pl">rezerwacja@rpp.gov.pl</a> lub (22) 532 82 43	Przyjęcia interesantów w Biurze Rzecznika Praw Pacjenta odbywają się w poniedziałek 8.00 - 18.00 wtorek - piątek w godz. 9.00 - 15.00	www: <a href="http://gov.pl/web/rpp">gov.pl/web/rpp</a> e-mail: <a href="mailto:kancelaria@rpp.gov.pl">kancelaria@rpp.gov.pl</a> <a href="mailto:rezerwacja@rpp.gov.pl">rezerwacja@rpp.gov.pl</a>	Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta
----	------------------------	-----------------------	--	--	--	--	--

30	Narodowy Fundusz Zdrowia - Centrala	uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego: prawa pacjenta leczenie w kraju i poza granicami kolejki do świadczeń	Mazowiecki Oddział Wojewódzki NFZ ul. Chałubińskiego 8 00-613 Warszawa	800 190 590 Bezpłatna Infolinia	Poniedziałek 8:00 - 18:00 Wtorek - Piątek 08:00-16:00	www: www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/ e-mail: kanelariaelektroniczna@nfz.gov.pl kancelaria@nfz-warszawa.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
31	Narodowy Fundusz Zdrowia Mazowiecki Oddział Wojewódzki w Warszawie Delegatura w Siedlcach	prawa pacjenta leczenie w kraju i poza granicami	ul. Piłsudskiego 4 08-110 Siedlce	tel. 25 785 12 00	Poniedziałek 8:00-18:00 Wtorek- Piątek 8:00- 16:00	e-mail: siedlce@nfz-warszawa.pl	Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym
32	Pełnomocnik Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych	ochrona praw osób niepełnosprawnych	Przyjęcia Interesantów: Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	538 117 590	Przyjęcia Interesantów 8:30-15:30	www: www.niepelnosprawni.gov.pl e-mail: sekretariat.bon@mrpips.gov.pl	Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych

### PRAWA DZIECKA

33	Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania	ochrona praw dziecka	Przyjęcia Interesantów: ul. Chocimska 6 00-791 Warszawa	telefon zaufania 800 12 12 12  całodobowy czat internetowy czat.brpd.gov.pl tel. 22/583 66 00	Infolinia i czat całodobowo Rzecznik Praw Dziecka: Przyjęcia interesantów 8:15-16:15	www: <a href="https://brpd.gov.pl">https://brpd.gov.pl</a>  e-mail: <a href="mailto:rpd@brpd.gov.pl">rpd@brpd.gov.pl</a>  czat internetowy: <a href="http://www.brpd.gov.pl">www.brpd.gov.pl</a>	Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem. Mogą korzystać uczniowie przeżywający lęki, napięcia emocjonalne, kłopoty i trudności wpływające na zdrowie psychiczne
----	--	----------------------	--	--	--	---	--

**PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH**

34	ZUS Inspektorat w Sokolowie Podlaskim	Zakres informacji: pomoc techniczna składki, renty, emerytury	ul. Piłsudskiego 2 08-300 Sokółów Podlaski	Centrum Obsługi Telefonicznej 22 56 16 00 Infolinia ZUS Sokółów Podlaski 22/560 16 00	Poniedziałek - Piątek 7:00-18:00	www: <a href="http://zus-info.pl/zus-sokolow-podlaski">zus-info.pl/zus-sokolow-podlaski</a> e-mail: <a href="mailto:cot@zus.pl">cot@zus.pl</a>	Mieszkańcy powiatu
----	---------------------------------------	---	--	---	--	--	-----------------------

**PRAWO PRACY**

35	Państwowa Inspekcja Pracy – Główny Inspektorat Pracy	Porady z zakresu prawa pracy.	ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa	Porady z tel. stacjonarnych - 801 002 006 z tel. komórkowych - 459 599 000	Porady tel. Poniedziałek - Piątek 9:00-15:00	www: <a href="https://www.pip.gov.pl/kontakt/uzyskaj-porade">https://www.pip.gov.pl/kontakt/uzyskaj-porade</a> email: <a href="mailto:kancelaria@gip.pip.gov.pl">kancelaria@gip.pip.gov.pl</a>	Pracownicy
36	Okręgowy Inspektorat Pracy w Warszawie Oddział w Siedlcach	Porady z zakresu prawa pracy.	ul. Brzeska 97 08-100 Siedlce	tel.: (025) 632 27 68 fax: (025) 632 80 50	Poniedziałek - Piątek 8:00 - 16:00	email: <a href="mailto:otsiedlce@warszawa.pip.gov.pl">otsiedlce@warszawa.pip.gov.pl</a>	Pracownicy

**PRAWO PODATKOWE**

37	Urząd Skarbowy w Sokolowie Podlaskim	Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza	ul. Węgrowska 5 08-300 Sokółów Podlaski	22 330 03 30 801055055 25/781 27 61	Poniedziałek 8:00-18:00 Wtorek - Piątek 8:00-15:00	www: <a href="https://www.mazowieckie.kas.gov.pl/urzad-skarbowy-w-sokolowie-podlaskim">https://www.mazowieckie.kas.gov.pl/urzad-skarbowy-w-sokolowie-podlaskim</a> e-mail: <a href="mailto:us.sokolow-podlaski@mf.gov.pl">us.sokolow-podlaski@mf.gov.pl</a>	Z porad może skorzystać każdy podatnik
----	--------------------------------------	--	---	---	---	---	--

38	Krajowa Administracja Skarbowa	<p>konsultanci udzielają odpowiedzi w następujących tematach:          Podatek od osób fizycznych nieprowadzących działalności gospodarczej oraz prowadzących działalność gospodarczą          Podatek od czynności cywilnoprawnych          Podatek od spadków i darowizn          Podatek od towarów i usług i kasy fiskalne          Podatek od osób prawnych          Podatek akcyzowy          Rejestracja podatkowa NIP, VAT, ZAP-3, rachunek bankowy          Umówienie wizyty w urzędzie skarbowym</p>		<p>Infolinia KAS          22 330 03 30 (z tel. kom.)          801 055 055          (z tel. stacjonarnych)          +48 22 330 03 30          (z zagranicy)</p>		<p>www: <a href="https://www.podatki.gov.pl/">https://www.podatki.gov.pl/</a></p>	<p>Z porad może skorzystać każdy podatnik</p>
----	--------------------------------	--	--	--	--	---	---

#### DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

39	Rzecznik Finansowy (Ubezpieczonych)	prawa ubezpieczonych	<p>ul. Nowogrodzka 47A          00-695 Warszawa</p>	<p>nr 1) 22 333 73 28 dla klientów rynku ubezpieczeniowo-emerytalnego,          nr 2) 22 333 73 25 dla klientów podmiotów rynku bankowego i kapitałowego,</p>	<p>Porady telefoniczne udzielane są w trakcie dyżurów, które odbywają się w poniedziałki, środy i piątki, w godzinach od 10:00 do 14:00</p>	<p>www: <a href="https://rf.gov.pl/kontakt">https://rf.gov.pl/kontakt</a>          e-mail: <a href="mailto:biuro@rf.gov.pl">biuro@rf.gov.pl</a>  <b>Porady: e-mail:</b>  <a href="mailto:porady@rf.gov.pl">porady@rf.gov.pl</a></p>	<p>Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń</p>
----	-------------------------------------	----------------------	---	---	---	---	---

#### INNE

40	Rzecznik Praw Obywatelskich	ochrona praw obywatelskich	<p>Biuro RPO          Al. Solidarności 77.          00-090 Warszawa</p>	<p>Infolinia          800 676 676</p>	<p>Przyjęcia interesantów          pon. 9:00-17:00          wt.-pt. 9:00-15:00</p>	<p>www: <a href="http://bip.rpo.gov.pl">bip.rpo.gov.pl</a>          e-mail: <a href="mailto:biurorzecznika@brpo.gov.pl">biurorzecznika@brpo.gov.pl</a></p>	<p>Może zgłosić się każdy, kto uważa, że jego prawa są naruszone</p>
41	Caritas Diecezji Drohiczyńskiej	<p>bezpłatne poradnictwo:          psychologa, socjoterapeuty,          doradcy zawodowego</p>	<p>ul. Lipowa 84          08-300 Sokółów          Podlaski</p>	<p>515 248 060          25/787 37 40</p>	<p>Poniedziałek - Piątek</p>	<p>www: <a href="http://drohiczyn.caritas.pl">drohiczyn.caritas.pl</a></p>	<p>Z porad może skorzystać każdy</p>

**Część II Nieodpłatna pomoc prawna i nieodpłatne poradnictwo obywatelskie wg art. 8a ust.1 pkt 2 prowadzone przez powiat sokołowski**

Lp.	Prowadzący	Adresy dyżurów	Dni i godziny	Specjalizacja (o ile określono)	Dane kontaktowe	e-mail
1.	Punkt obsługiwany przez adwokatów i radców prawnych	ul. Armii Krajowej 4, 08-300 Sokołów Podlaski	Poniedziałek 8:00-12:00 Wtorek 13:00-17:00 Środa 13:00-17:00 Czwartek 8:00-12:00 Piątek 08:00-12:00	brak specjalizacji	Rejestracja telefoniczna <b>tel. 25 781 74 29</b> Rejestracja internetowa: <b>zapisy- np.ms.gov.pl/</b>	e-mail: npp@powiat-sokolowski.pl
2.	Punkt obsługiwany przez Fundację Rozwoju Świadomości Obywatelskiej Experto Pro Bono z siedzibą w Zamościu	Gminny Ośrodek Kultury Jabłonna Lacka, ul. Kubusia Puchatka 1 08-304 Jabłonna Lacka	Poniedziałek 13:00-17:00	nieodpłatna pomoc prawna i nieodpłatne poradnictwo obywatelskie	Rejestracja telefoniczna <b>tel. 25 781 74 29</b> 506166212 Rejestracja internetowa: <b>zapisy- np.ms.gov.pl/</b> Messenger: facebook.com/expertoprobono	e-mail: npp@powiat-sokolowski.pl 1tomaszsojka@gmail.com poradyprawne@fundacjaepb.pl
		Urząd Gminy Sabnie ul. Główna 73 08-331 Sabnie	Wtorek 7:45-11:45			
		Urząd Gminy Repki ul. Parkowa 7 08-307 Repki	Środa 7:30-11:30			
		Budynek Gminy Sterdyń ul. Seroczyńska 3 08-320 Sterdyń	Czwartek 12:00-16:00			
		Urząd Gminy Bielany ul. Słoneczna 2 08-311 Bielany Żyłaki	Piątek 13:00-17:00			