

L. p.	Powiat	Instytucja	Numer telefonu	Godziny wsparcia	znajomość języka obcego	Uwagi
1	2	3	4	5	6	
1	Augustowski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Augustowie	poniedziałek i czwartek - 508 547 681; wtorek i środa - 604 710 264	poniedziałek: 12.00 - 14.00 wtorek: 16.00 - 18.00 środa: 16.00 - 18.00 czwartek: 12.00 - 14.00	poniedziałek i czwartek - angielski	-
2	Białostocki	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Białymstoku	664 025 504	wtorek-środa 8.00 - 15.00	nie	-
3	Białostocki	Powiatowa Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Białymstoku	85 741 62 35, 516 353 400	środa 13.00-15.30	język rosyjski, angielski - podstawowy	-
4	Białostocki	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Łapach	85 715 23 34, 517 826 011	9 marca godz. 16.30-18.00, 11 marca godz. 8.00-13.00. Od 16 marca w środy w godz. 8.00-14.00, piątki godz. 8.00-10.00.	język rosyjski- stopień średnio zaawansowany, język angielski- poziom podstawowy	-
5	Białystok	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Białymstoku Ośrodek Interwencji Kryzysowej	85 879 79 48 85 879 79 47 85 879 79 46	Całodobowo	angielski rosyjski włoski	Możliwość uzyskania wsparcia we wskazanym języku po telefonicznym umówieniu spotkania
6	Bielski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Bielsku Podlaskim	85 833 26 76	7.30 - 15.30	język rosyjski język białoruski język ukraiński	-
7	Bielski	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Bielsku Podlaskim	85 833 26 74	7.30 - 15.30	język rosyjski	-
8	Bielski	Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży ANIMUS w Bielsku Podlaskim	797 535 785	8.00 - 20.00	język rosyjski	-
9	Bielski	Poradnia Zdrowia Psychicznego Bielsku Podlaskim	575 070 035	8.00 - 15.30	język rosyjski	-
10	Bielski	I LO im. T. Kościuszki w Bielsku Podlaskim	85 833 26 73	8.00 - 14.00	język rosyjski	-
11	Bielski	II LO im B. Taraszkiewicza w Bielsku Podlaskim	85 833 21 42	8.00 - 14.00	język rosyjski język białoruski	-
12	Grajewski	Szpital Ogólny w Grajewie	86 272 32 71	8.00 - 16.00 środa	ukraiński, białoruski, rosyjski, angielski	-
13	Grajewski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Grajewie	86 273 87 09	15.00 - 17.00 czwartek	nie	-
14	Grajewski	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Grajewie	86 272 35 87	10.00 - 14.00 od poniedziałku do piątku	angielski	-
15	hajnowski	Ośrodek Środowiskowej Pomocy Psychologicznej i Psychoterapeutycznej "Psychologija"	690 639 971	rejestracja telefoniczna wtorek - sobota 8.00 - 18.00	język rosyjski, język angielski, język białoruski	Rodziny z dziećmi i młodzieżą, możliwość wsparcia w miejscu zamieszkania
16	hajnowski	SP ZOZ w Hajnówce Centrum Zdrowia Psychicznego	85 682 90 04	poniedziałek - piątek 8.00 - 18.00	nie	Osoby dorosłe.
17	hajnowski	SP ZOZ w Hajnówce Poradnia Zdrowia Psychicznego	85 682 90 03	rejestracja telefoniczna	nie	Osoby dorosłe. Punkt Zgłoszeniowo - Koordynacyjny, do którego można się zgłaszać osobiście bez skierowania oraz telefonicznie.
18	hajnowski	Środowiskowy Dom Samopomocy w Hajnówce	85 683 32 12, 606 320 811	piątek 8.00 - 12.00	język rosyjski	-
19	hajnowski	Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Hajnówce	85 682 23 05, 505 135 564	poniedziałek - wtorek 8.00 - 18.00, piątek 8.00 - 13.00	język rosyjski, język białoruski, dialekt/gwara (białoruski, ukraiński)	Istnieje możliwość zorganizowania wsparcia psychologa, zajęć redukujących poziom stresu dla dzieci lub/ i rodzin w miejscach pobytu osób chroniących się przed działaniami wojennymi na terenie powiatu hajnowskiego
20	hajnowski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Hajnówce	85 876 74 78, 85 682 36 42	rejestracja telefoniczna poniedziałek - piątek 7.30 - 15.30	nie	-
21	hajnowski	Specjalny Ośrodek Szkolno - Wychowawczy w Hajnówce	85 679 69 60	wtorek 8.00 - 8.30, środa 13.00 - 13.30	nie	-
22	Kolneński	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Kolnie	86 278 1334	poniedziałek, środa, czwartek-10.00-12.00	rosyjski	-
23	Kolneński	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Kolnie	512 686 669	środa 13.00-17.00	angielski	-
24	Łomża	Fundacja Ocalenie	729 475 811	poniedziałek - piątek 8-16	rosyjski	Preferowany kontakt e mail biuro@ocalenie.org.pl nr telefonu pracownika Fundacji P. Damir Sultanov
25	Łomżyński	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Łomży	86 215 69 42	Poradnictwo świadczone jest po wcześniejszym kontakcie telefonicznym. W celu umówienia konsultacji prosimy o kontakt w godzinach 7.30 - 15.30	nie	-
26	moniecki	Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Mońkach	85 716 25 44	8-15	nie	-
27	Sejneński	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sejnach	87 517 34 15	w godzinach: od 7.30 - 15.30 od poniedziałku do piątku po wcześniejszym umówieniu się telefonicznym	nie	Tłumaczenie na bieżąco z wykorzystaniem Translatora

28	Sejneński	Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Sejnach	727 797 189	w godzinach od 8.00 - 15.00 (poniedziałek - wtorek) w godzinach:	nie	-
29	Sejneński	Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej dla Dzieci i Młodzieży w Sejnach	508 280 439 508 280 188	w godzinach: 8.00 - 20.00 od poniedziałku do piątku	angielski	Tłumaczenie na bieżąco z wykorzystaniem Translatora
30	Sejneński	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sejnach	87 517 37 75	w godzinach: od 10.00 - 13.00 w pierwszy i trzeci piątek każdego miesiąca po wcześniejszym umówieniu	nie	-
31	Sejneński	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Krasnopolu	87 565 58 16 691 539 047	w godzinach: od 15.15 - 17.15 dwa czwartki każdego miesiąca	nie	-
32	siemiatycki	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Siemiatyczach	85 730 05 07, 517 215 760	każdy poniedziałek lub środa od godz.16 do godz.19, po wcześniejszym umówieniu się telefonicznym	słaba znajomość języka rosyjskiego	-
33	Powiat Sokółski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sokółce	85 711 08 61	7.30 - 15.00	rosyjski w stopniu podstawowym	Po wcześniejszym telefonicznym umówieniu, ze względu na inne zadania pracownika
34	Powiat Sokółski	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Sokółce	85 711 32 91	8.30 - 15.00	rosyjski w stopniu podstawowym	Po wcześniejszym telefonicznym umówieniu, ze względu na inne zadania pracownika
35	Powiat Sokółski	Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Dąbrowie Białostockiej	85 712 13 46	9.00 - 14.00	angielski	Po wcześniejszym telefonicznym umówieniu, ze względu na inne zadania pracownika
36	Powiat Sokółski	Powiatowy Zespół Orzekania o Stopniu Niepełnosprawności w Sokółce	85 711 08 63	7.30 - 15.00	nie	Po wcześniejszym telefonicznym umówieniu, ze względu na inne zadania pracownika
37	Powiat Sokółski	Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Sokółce	85 711 26 78	w czwartki 8.00 - 13.00	rosyjski w stopniu podstawowym	Po wcześniejszym telefonicznym umówieniu, ze względu na inne zadania pracownika
38	Powiat Sokółski	Zakład Aktywności Zawodowej w Suchowoli	605 178 525	9.00 - 13.00	angielski	Po wcześniejszym telefonicznym umówieniu, ze względu na inne zadania pracownika
39	Powiat Suwalski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Suwałkach	517779281	8.00-20.00	Rosyjski podstawowy	Harmonogram dyżurów: pn. całodobowy wt. 8.00-20.00 śr. 8.00-20.00 czw. 8.00-20.00 pt. 8.00-20.00 sb. 8.00-20.00 N. 8.00-20.00
40	Powiat Suwalski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Suwałkach	517 965 235	8.00-20.00	nie	Harmonogram dyżurów: pn. 8.00-20.00 wt. 08.00-20.00 śr. całodobowy czw. 08.00-20.00 pt. 8.00-20.00 sb. 08.00-20.00 N. 08.00-20.00
41	Powiat Suwalski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Suwałkach	508 467 037	8.00-20.00	nie	Harmonogram dyżurów: od kwietnia 2022r. pn. 8.00-20.00 wt. 8.00-20.00 śr. 8.00-20.00 czw. 8.00-20.00 pt. całodobowy sb. 8.00-20.00 N. 8.00-20.00
42	Miasto Suwałki	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach	87 562 89 70 87 565 28 91	całodobowo	nie	-
43	Powiat Wysokomazowiecki	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wysokiem Mazowieckiem	502 153 040 86 306 72 08	w każdy czwartek miesiąca 7.30- 13.30	nie	-
44	Powiat Wysokomazowiecki	Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przesłstwem w Wysokomazowieckiem	518 595 676	Poradnictwo świadczone jest po wcześniejszym kontakcie telefonicznym w godzinach 7.30- 15.30	nie	Poradnictwo świadczone jest po wcześniejszym kontakcie telefonicznym
45	Zambrowski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zambrowie	86 271 06 69	w 1 i 3 środę miesiąca w godzinach od 10.00 do 12.00	rosyjski - poziom podstawowy	-