

Punkty konsultacyjne dla osób dotkniętych przemocą domową w woj. podlaskim - baza teleadresowa 2025r.

Lp.	Gmina	Pełna nazwa punktu	Dane teleadresowe				Rodzaj poradnictwa Dni i godziny przyjęć interesantów Dyżury specjalistów	Czy z pomocy punktu mogą również skorzystać osoby stosujące przemoc domową? TAK/ NIE/ uwagi	Czy placówka ma możliwość świadczenia pomocy z wykorzystaniem środków zdalnej komunikacji? TAK/NIE/ w jakim zakresie	Czy placówka ma możliwość świadczenia pomocy osobom z niepełnosprawnościami? TAK/ NIE/ w jakim zakresie
			kod pocztowy, miejscowość	ulica, numer	telefon, fax	e-mail, www				
Miasto Białystok										
1	m. Białystok	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Białymstoku Ośrodek Interwencji Kryzysowej	15-464 Białystok	ul. Włókiennicza 7	85 879 79 46 85 879 79 47 85 879 79 48	oik@mopr.bialystok.pl www.mopr.bialystok.pl	Interwencja kryzysowa, specjalistyczna pomoc psychologiczna oraz poradnictwo prawne, socjalne, pedagogiczne i rodzinne, krótkoterminowa terapia indywidualna oraz małżeństw/par, poradnictwo w zakresie przeciwdziałania przemocy domowej, wsparcie grupowe dla osób dorosłych, dzieci i młodzieży, w sytuacji kryzysowej schronienie dla kobiet, w tym kobiet z dziećmi, realizacja programów korekcyjno-edukacyjnych oraz psychologiczno-terapeutycznych dla sprawców przemocy domowej. CZYNNY 7 dni w tygodniu, całodobowo we wszystkie dni roku. DYŻURY SPECJALISTÓW: psycholog, pedagog, terapeuta, specjalista pracy socjalnej, specjalista pracy z rodziną, porady prawne.	TAK	TAK kontakt telefoniczny, e-mail Skype Zoom (wsparcie z wykorzystaniem środków komunikacji zdalnej można uzyskać po wcześniejszym umówieniu)	TAK dostępność pod względem komunikacyjnym dla osób głuchych: zapewnienie tłumacza języka migowego na wcześniej umówioną wizytę. obsługa osób z problemem w poruszaniu się: dostępność alternatywna (na miejscu w pomieszczeniu na parterze budynku MOPR OIK lub w miejscu zamieszkania/pobytu osoby)
2	m. Białystok	Punkt konsultacyjno-informacyjny dla ofiar przemocy domowej w ELEOS Prawosławny Ośrodek Miłosierdzia	15-062 Białystok	ul. Warszawska 47	781 001 071	eleos@poczta.onet.pl	poniedziałek i środa - 15.00 - 18.00	TAK	TAK telefonicznie, e-mail	TAK
3	m. Białystok	Punkt konsultacyjno-informacyjny dla ofiar przemocy domowej w Białostockim Stowarzyszeniu Klub Abstynentów KROKUS	15-480 Białystok	ul. Jagienki 4	85 743 58 43	klubkrokus@o2.pl	poniedziałek - piątek 16.00 - 20.00	TAK	TAK telefonicznie, e-mail	TAK

4	m. Białystok	Punkt konsultacyjno-informacyjny dla ofiar przemocy domowej w Białostockim Stowarzyszeniu Klub Abstynentów TĘCZA	15-814 Białystok	ul. Hallera 8	518 324 296	b.s.k.a.tecza@wp.pl	poniedziałek - sobota 16.00 - 20.00	TAK	TAK telefonicznie, e-mail	TAK
5	m. Białystok	Punkt konsultacyjno-informacyjny dla ofiar przemocy domowej w Stowarzyszeniu Klub Abstynentów ARKA	15-001 Białystok	ul. Barszczańska 5 lok. 102 A	85 661 92 62	klub.arka@wp.pl	poniedziałek - piątek 17.00 - 20.00	TAK	TAK telefonicznie, e-mail	TAK
6	m. Białystok	Punkt konsultacyjno-informacyjny dla ofiar przemocy domowej w Stowarzyszeniu Rodzin Abstynentek PRZYMIERZE	15-193 Białystok	ul. Wieniawskiego 12	694 409 778	stowarzyszenieprzymierze@tlen.pl	poniedziałek - piątek 16.00 - 20.00, sobota 10.00 - 14.00	TAK	TAK telefonicznie, e-mail	TAK
7	m. Białystok	Punkt konsultacyjno-informacyjny dla ofiar przemocy domowej w Stowarzyszeniu Rodzin Trzeźwościowych AZYL	15-054 Białystok	ul. Mieszka I 8 C lok. 14	85 732 11 69	azyl.bialystok@gmail.com , www.azyl.bialystok.pl	poniedziałek - sobota 16.00 - 20.00	TAK	TAK telefonicznie, e-mail	TAK

Miasto Suwałki

8	m. Suwałki	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach Dział Pomocy Kryzysowej	16-400 Suwałki	ul. Filipowska 20B	87 565 28 91 87 562 89 71	dpk@mopr.suwalki.pl biuro@mopr.suwalki.pl www.mopr.suwalki.pl	poradnictwo prawne wt i czw. 15.30 - 17.30. poradnictwo, konsultacje psychologiczne oraz terapia interwencyjna: poniedziałek - 11.30 - 18.30 wtorek - 08.00 - 20.00 środa - 14.00 - 20.00 czwartek - 8.00 - 16.00 piątek - 14.00 - 18.00	TAK	TAK	TAK, budynek przystosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnością ruchową; budynek wyposażony w podjazd dla osób z niepełnosprawnością ruchową; obsługa prowadzona na parterze budynku; możliwość komunikacji on-line
Powiat Augustowski										
9	Augustów	Centrum Aktywności Społecznej Pryzmat w Suwałkach - Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Prześpięstwem w Augustowie	16-300 Augustów	ul. 3 Maja 60	87 565 02 58 518 213 709	brak	poradnictwo prawne, psychologiczne, pomoc materialna terminy ustalane indywidualnie	TAK	TAK	Tak - budynek pozbawiony barier architektonicznych - budynek dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnością ruchową - obsługa prowadzona na parterze budynku
10	Augustów	Punkt Konsultacyjny w Augustowie Renata Szyszkiewicz - Dobrowolska	16-300 Augustów	ul. Kilińskiego 8A	505 024 679 601 195 428	brak	pomoc psychologiczna, terapeutyczna, przemoc domowa, terapia uzależnień Renata Szyszkiewicz-Dobrowolska (środa 9.00-18.00, sobota (9.00-17.00) Lucyna Ulikowska (8.00-16.00) 505 024 679	TAK	TAK	TAK budynek pozbawiony barier architektonicznych, dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnością ruchową, obsługa prowadzona na parterze budynku, możliwość komunikacji on-line
Powiat Białostocki										

11	Dobrzyniewo Duże	GOPS w Dobrzyniewie Dużym	16-002 Dobrzyniewo Duże	Białostocka 25	85/747 80 35	a.polinska@dobrzyniewo.pl www.dobrzyniewo-duze.naszops.pl	drugi i ostatni piątek miesiąca 15.00-18.00	NIE	NIE	NIE
12	Gródek	Mobilny Punkt Wsparcia w Punkcie Informacyjno - Konsultacyjnym w Gródku	16-040 Gródek	ul. Fabryczna 12	85 718 01 27	gops@grodek.pl www.gopsgrodek.naszops.pl	poradnictwo psychologiczne: co druga środa w godz. 9.00 -13.00 (wizyty umawiane telefonicznie)	TAK	NIE	TAK, budynek na parterze, wyposażony w pętlę indukcyjną
13	Juchnowiec Kościelny	Punkt Konsultacyjno-Informacyjny	16-061 Juchnowiec Kościelny	ul. Lipowa 10	85 663 11 17	brak	poradnictwo prawne : każdy czwartek 15.30-17.30	TAK	NIE	NIE
14	Łapy	Centrum Usług Społecznych - Punkt Poradnictwa Specjalistycznego	18-100 Łapy	ul. Leśnikowska 54	85 833 50 20	kontakt@cuslapy.pl cuslapy.pl	poradnictwo w zakresie terapii uzależnień na rzecz osób uzależnionych i współuzależnionych; indywidualne poradnictwo psychologiczne godziny i terminy umawiane indywidualnie, obowiązują wcześniejsze zapisy (ul. Główna 50) poradnictwo psychologiczne oraz w zakresie terapii uzależnień odbywają się przy ul. Leśnikowskiej 54)	TAK	TAK w zakresie poradnictwa psychologicznego możliwość wsparcia telefonicznie, mailowo lub przez wybrany komunikator	TAK obsługa prowadzona na parterze budynku
15	Poświętne	Punkt Konsultacyjny dla Osób z Problemem Alkoholowym lub Przemocą w Rodzinie	18-112 Poświętne	Poświętne 11	856 501 922	brak	problemy uzależnień i przemocy porady psychologiczne konsultacje dla rodziców każdy poniedziałek miesiąca godz. 15.00-17.00	TAK	NIE	TAK

16	Supraśl	Punkt Konsultacyjny ds. Uzależnień w Supraślu	16-030 Supraśl	ul. J. Piłsudskiego 3	572183266 604 597380	brak	Poradnictwo w zakresie problemu przemocy domowej, sytuacjach kryzysowych oraz problematyki związanej z uzależnieniami DYŻURY PSYCHOTERAPEUTY ds. UZALEŻNIEŃ: we wtorek: od godz. 15.00 do godz. 18.00 we czwartek: od godz. 16.00 do godz. 19.00 w piątek: od godz. 9.00 do godz. 12.00 w jedną niedzielę miesiąca: od godz. 15.00 do godz. 19.00 DYŻURY PSYCHOLOGA: w poniedziałek: od godz. 16.00 do godz. 19.00 we środę: od godz. 16.00 do godz. 19.00	TAK	TAK z wykorzystaniem komunikacji telefonicznej	TAK Uwagi: W Punkcie Konsultacyjnym występują bariery architektoniczne jednak jest możliwość ustalenia spotkania w MOPS w Supraślu, który jest dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnością.
17	Suraż	Punkt Konsultacyjny dla Osób z Problemem Alkoholowym lub Przemocą w Rodzinie	18-105 Suraż	ul. Bielska 17	brak	brak	każdy pierwszy piątek miesiąca, terminy zamieszczane na stronie Urzędu Miejskiego w Surażu	TAK	NIE	NIE
18	Wasilków	Gminny Punkt Konsultacyjny działający w: 1.Szkole Podstawowej im. Króla Augusta w Wasilkowie 2. Miejska Biblioteka	16-010 Wasilków	1.ul. Polna 1/4A 2.ul. Białostocka 19	795 727 910	brak	1. poradnictwo psychoterapeutyczne - każda pierwsza i trzecia środa m-ca godz. 15.00 - 19.00 poradnictwo dla osób uzależnionych i współuzależnionych każdy pierwszy i trzeci czwartek miesiąca godz. 15.00-19.00 poradnictwo socjoterapeutyczne 2. każdy piątek godz. 9.00 - 11.00	TAK	NIE	TAK podjazd dla osób z niepełnosprawnością ruchową
19	Wasilków	Punkt Wsparcia Prawnego	16-010 Wasilków	ul. Supraślska 21	519 314 080	brak	poniedziałek i czwartek godz. 8.00 - 12.00	TAK	NIE	TAK podjazd dla osób z niepełnosprawnością ruchową
20	Turośl Kościelna	Punkt Konsultacyjny	16-106 Turośl Kościelna	ul. Białostocka 5	85 715 80 19	gops@turosn.pl	psycholog/terapeuta uzależnień - możliwość konsultacji po wcześniejszym umówieniu	TAK	TAK	TAK dla osób z niepełnosprawnością ruchową
21	Zabłudów	Mobilny Punkt Wsparcia przy MOPS w Zabłudowie	16-060 Zabłudów	ul. Mickiewicza 5	607 676 229	biuro@mops-zabudow.pl	terapia, poradnictwo specjalistyczne, mediacje - każdy wtorek, godziny ustalane indywidualnie	TAK	TAK telefonicznie	TAK

22	Zabłudów	Punkt Konsultacyjny przy Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Zabłudowie	16-060 Zabłudów	ul. Rynek 8	brak	brak	terapeuta uzależnień - ostatni piątek miesiąca 15.00-18.00, sala konferencyjna UM w Zabłudowie, ul. Rynek 8	TAK	NIE	TAK winda
Powiat Bielski										
23	Miasto Bielsk Podlaski	Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem w Bielsku Podlaskim	17-100 Bielsk Podlaski	ul. Kazimierzowska 18/3	693 202 220	pomagamy@ta.org.pl	poniedziałki i wtorki w godzinach 15.00 - 20.00 - osoba pierwszego kontaktu (kwalifikowanie do pomocy prawnej, psychologicznej - umawianie spotkań ze specjalistami)	NIE	TAK konsultacje telefoniczne	TAK konsultacje telefoniczne
24	Miasto Bielsk Podlaski	Poradnia Rodzinna (konsultacyjna) przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej	17-100 Bielsk Podlaski	ul. Kazimierzowska 18/3	85 730 20 06	mops_bielsk_podlaski@op.pl www.mopsbielskpodlaski.pl	poradnictwo prawne: 2 dni w tygodniu w godz. 9.00 - 14.00 (szczegółowy harmonogram na stronie internetowej mops)	NIE	TAK konsultacje telefoniczne	TAK konsultacje telefoniczne
25	Miasto Bielsk Podlaski	Punkt Informacyjny ds. przeciwdziałania uzależnieniom przy Urzędzie Miasta w Bielsku Podlaskim	17-100 Bielsk Podlaski	ul. Kopernika 1	85 730 43 50 tel/fax 85 731 81 40	mkrpa@wp.pl	udzielanie informacji o dostępnych miejscach i formach pomocy: poniedziałek od 8.00 do 16.00 wtorek - czwartek od 7.30 do 15.30	NIE	TAK udzielanie informacji telefonicznie	TAK udzielanie informacji telefonicznie
26	Miasto Bielsk Podlaski	Punkt Konsultacyjny ds. przeciwdziałania uzależnieniom i przemocy w rodzinie w Bielsku Podlaskim	17-100 Bielsk Podlaski	ul. Sienkiewicza 11A	radca prawny: tel. 695905505 psycholog, specjalista przeciwdziałania przemocy, specjalista psychoterapii uzależnień: tel. 572 183 266; psycholog: tel. 690 608 198 (kontakty w celu ustalenia terminów konsultacji ze specjalistami)	brak	poradnictwo prawne: w każdą środę miesiąca w godzinach 17.00-19.00; konsultacje dla ofiar przemocy domowej: poniedziałki dwa razy w miesiącu w godz. 10.00 - 16.00, środy godz. 13.00 - 18.00; pomoc psychologiczna: dwie soboty w miesiącu w godz. 9.00 - 15.00	NIE	TAK konsultacje telefoniczne	TAK konsultacje telefoniczne

27	Wyszki	Punkt konsultacyjny	17-132 Wyszki	ul. Szkolna 17	85 555 68 15	brak	poradnictwo psychologiczne druga i czwarta środa miesiąca w godz. 14.00-15.30	NIE	TAK konsultacje telefoniczne	NIE
28	Brańsk	Punkt Konsultacyjno- Informacyjny dla osób uzależnionych i doznających przemocy domowej	17-120 Brańsk	ul. Rynek 8	534 686 444	https://samorzad.gov.pl/web/gmina-bransk/punkt-konsultacyjno-informacyjny-dla-osob-uzalezniionych-i-ofiar-przemocy-domowej	Porady psychologiczne dwie środy w miesiącu w godz. od 16-18	TAK	TAK, konsultacje telefoniczne	TAK możliwość udostępnienia pomieszczeń na parterze
Powiat Grajewski										
29	Grajewo	Punkt Konsultacyjny Klub "Zdrowie i Trzeźwość"	19-200 Grajewo	ul. Konstytucji 3 Maja 2b	86 211 90 30	kzit@mops.grajewo.pl www.leczenieuzalEZniengrajewo.pl	1. poradnictwo w zakresie eksperymentowania i uzależnienia od narkotyków czwartek 15.00-20.00 2. zajęcia terapeutyczne w zakresie uzależnienia od alkoholu -wtorek 13.00 -18.00 3. zajęcia terapeutyczne w zakresie uzależnienia od alkoholu i dla osób współuzależnionych - sobota 9.00-14.00 4. zajęcia terapeutyczne w zakresie uzależnienia od alkoholu i osób współuzależnionych -środa 8.00-13.00 5. Motywowanie do podjęcia leczenia odwykowego od alkoholu	TAK	TAK kontakt telefoniczny bądź e-mail	TAK budynek wyposażony w podjazd dla osób z niepełnosprawnością ruchową obsługa prowadzona na parterze budynku
30	Grajewo	Punkt Konsultacyjny Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Danówku	19-200 Grajewo	Danówek 7A	86 272 22 60	gops@uggrajewo.pl www.gopsdanoweK.naszops.pl	Porady psychologiczne od 13.00 do 15.00 w dniach 13.06, 25.07, 22.08, 26.09, 24.10.2025 r.	TAK	TAK możliwość komunikacji on-line	TAK możliwość komunikacji on-line

31	Szczuczyn	Punkt Konsultacyjny	19-230 Szczuczyn	ul. Plac 1000-lecia 23	862 735 081	gkrpa@szczuczyn .pl	<p>Udzielanie bezpłatnych porad przez psychologa m.in. dla osób doznających przemocy domowej jak również dla osób stosujących przemoc domową. Poradnictwo terapeutyczne - wspieranie osób uzależnionych i współuzależnionych i członków ich rodzin, zajęcia profilaktyczne dotyczące problemu uzależnień i współuzależnień.</p> <p>psycholog - w co drugą środę w godz. od 16.00 do 20.00 terapeuta - co drugi piątek w godz. od 15.00 do 19.00</p>	TAK	TAK telefonicznie mailowo	TAK Budynek wyposażony w podjazd dla osób z niepełnosprawnością ruchową/ windę/ obsługa prowadzona na parterze budynku.
Powiat Hajnowski										
32	Powiat Hajnowski	Punkt konsultacyjny dla osób z uzależnieniem i członków ich rodzin,	17-200 Hajnówka	ks I. Wierobieja 18	85 682 64 40	hajnowka@hajnowka.pl e-jarmoc@hajnowka.pl	<p>wsparcie osób doznających przemocy w rodzinie, uzależnionych od alkoholu, substancji psychoaktywnych Od poniedziałku do piątku 10.00-12.00 i 16.00-20.00 sobota-niedziela 16.00-20.00</p>	TAK	TAK	NIE
33	Powiat Hajnowski	Nieodpłatna Pomoc Prawna	17-200 Hajnówka	Marszałka Józefa Piłsudskiego 7	85 682 48 36	sprawy.spoleczne@powiat.hajnowka.pl www.samorzad.gov.pl/web/powiat-hajnowski	<p>Nieodpłatna pomoc prawna, poradnictwo obywatelskie, mediacje. Dni powszednie w godz. od 8.00- 16.00 po wcześniejszym ustaleniu wizyty</p>	TAK	NIE	TAK
34	Hajnówka	Punkt konsultacyjny dla osób doznających przemocy domowej, poradnictwa, wsparcia, współpracy z innymi instytucjami	17-200 Hajnówka	ul. Ks. I. Wierobieja 18	856 826 440	hajnowka@hajnowka.pl e-jarmoc@hajnowka.pl	<p>Certyfikowany specjalista Psychoterapii Uzależnień. Udzielanie wsparcia osobom mającym problem z alkoholem i substancjami psychoaktywnymi. Poradnictwo - wsparcie - motywacja - informacje - konsultacje 2 soboty w miesiącu 9.00 - 12.00</p>	TAK	NIE	NIE
35	Narew	Punkt Konsultacyjny	17-210 Narew	ul. Mickiewicza 105	85 681 60 86	gops@narew.gmina.pl www.portals.narew.gmina.pl/punkt_konsultacyjny	<p>profilaktyka, pomoc terapeutyczna, psychologiczna, wsparcie rodzin, konsultacje środa 16.00 - 17.30</p>	TAK	NIE	TAK punkt mieści się na parterze budynku
Powiat Łomżyński										

36	Nowogród	Punkt konsultacyjny dla osób uzależnionych i ich rodzin	18-414 Nowogród	ul. Łomżyńska 41	86 217 55 61	gmina@nowograd.com www.nowograd.com	Poradnictwo psychologiczne, rodzinne, profilaktyczne z zakresu przeciwdziałania przemocy domowej	TAK	TAK telefonicznie	TAK obsługa prowadzona jest na parterze budynku
37	Miastkowo	Punkt konsultacyjny - informacyjny przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Miastkowie.	18-413 Miastkowo	ul. Długa 1	501058978 692913961	https://ops.miastkowo.pl/przeciwdzialanie-przemocy-domowej	poradnictwo psychologiczne pierwsza środa miesiąca 14:00-18:00 poradnictwo terapeutyczne-uzależnienia pierwszy i trzeci piątek miesiąca 16:00-18:00	TAK	NIE	NIE
38	Zbójna	Punkt Konsultacyjny	18-416 Zbójna	ul. Łomżyńska 9	86 214 00 25	jadamowicz@gopszbojna.pl	psychologiczne 1 wtorek miesiąca godz. 15.30 - 17.30	TAK	NIE	TAK
Powiat Moniecki										
39	Goniądz	Punkt Konsultacyjny dla osób uzależnionych, współuzależnionych oraz ofiar przemocy	19-110 Goniądz	ul. Stary Rynek 23	85 73-80-054	brak	psycholog- psychoterapeuta, poniedziałki w godzinach 16:00-17:00	TAK	NIE	NIE

40	Jasionówka	Gminny Punkt Konsultacyjny w Jasionówce	19-122 Jasionówka	ul. Rynek 19	510 447 366 85 727 80 44	pomoc@jasionowka.pl	<p>Każdy wtorek miesiąca, w godz. 15:45- 17:45</p> <ul style="list-style-type: none"> -motywowanie do podjęcia leczenia osób uzależnionych i podjęcia terapii osób współuzależnionych (praca motywacyjno- edukacyjna), -motywowanie osób pijących ryzykownie i szkodliwie do zmiany szkodliwego wzorca picia, -udzielanie wsparcia osobom po zakończonym leczeniu odwykowym, -rozpoznanie zjawiska przemocy domowej, udzielanie stosownego wsparcia i informacji o możliwościach uzyskania pomocy i powstrzymania przemocy, -posiadanie dobrej orientacji na temat dostępnych miejsc pomocy i kompetencji poszczególnych służb i instytucji z terenu gminy, które mogą włączyć się w systemową pomoc rodzinie oraz możliwość prowadzenia warsztatów, grup wsparcia, treningu zachowań asertywnych, pomocy psychologicznej dla par oraz pracę w obszarze uzależnień behawioralnych. 	TAK	TAK telefonicznie oraz komunikatora messenger	TAK obsługa prowadzona jest na parterze budynku
41	Jaświły	Punkt Informacyjno-Konsultacyjny w Gminie Jaświły	19-124 Jaświły	Jaświły 7	tel. 85 727 80 20	gops_jaswily@ugjaswily.wrotapodlasia.pl; www.jaswily.naszo ps.pl/	<p>terapeuta ds. uzależnień przyjmuje w drugą i czwartą środę miesiąca w godz. 9:00-11:00</p> <p>psycholog przyjmuje w pierwszy i trzeci wtorek miesiąca w godz. 9:00-11:00</p>	TAK	TAK	TAK możliwość poradnictwa telefonicznie
42	Knyszyn	Punkt Konsultacyjny w Knyszynie	19-120 Knyszyn	ul. Rynek 39	85 727 99 96	mops@knyszyn.pl www.mops.knyszyn.pl	Wsparcie psychologiczne z elementami interwencji kryzysowej czwartek od 13.30 do 17.30	TAK	TAK	TAK
43	Krypno	Punkt Konsultacyjny	19-111 Krypno Kościelne	Krypno Kościelne 23B	510 447 366 511 4366 013	dariaarciszewskapsycholog@gmail.com	Środy w godz. 15.45- 18.45 dyżur terapeuty uzależnień, Pomoc psychologiczna on-line	TAK	TAK telefon, messenger, spotkania on-line	TAK budynek dostosowany do potrzeb osób z ograniczeniami ruchowymi
44	Trzcianne	Punkt Informacyjno Konsultacyjny przy GOPS w Trzciannem	19-104 Trzcianne	ul. Wojska Polskiego 11/2	85 738 50 56 w.37 85/713 10 32	gops@trzcianne.pl, www.gops.trzcianne.pl	<p>terapeutyczne, psychologiczne, socjalne i rodzinne porad udzielają: psycholog, terapeuta uzależnień, pracownik socjalny</p> <p>poniedziałek 10.00-12.00 środa 12.00-14.00</p>	TAK	NIE	NIE (bariery architektoniczne) Ośrodek wyposażony w dzwonek, możliwość wyjścia pracownika do klienta

Powiat Sejneński										
45	Krasnopol	Punkt konsultacyjny dla osób z problemem alkoholowym, osób dotkniętych przemocą oraz ich rodzin	16-503 Krasnopol	ul. Wojska Polskiego 22	87 565 58 16	gops@ug.krasnopol.wrotapodlasia.pl	Dyżur psychologa w godz. 13.30-15.30: - 9, 23.06.2025r. - 7, 21.07.2025r. - 18,25.08.2025r. - 08,22.09.2025r. - 06,20.10.2025r. - 10,24.11.2025r. - 1,15.12.2025r.	TAK	TAK	TAK
46	Miasto Sejny	Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Sejnach	16-500 Sejny	ul. Zawadzkiego 13	697 416 128	https://www.um.sejny.pl/ moje-miasto/miejska-komisja-rozwiazywania-problemow-alkoholowych-w-sejnach/	profilaktyka uzależnień, poradnictwo psychologiczne, prawne, porady, grupy wsparcia, prawnik raz w miesiącu - poniedziałek 15:30-17:30 psycholog- indywidualne konsultacje 4 razy w m-cu - czwartek 15:00-16:30, konsultacje dla osób współuzależnionych 4 razy w miesiącu czwartek 16.30-19.30	TAK	NIE	NIE
47	Gmina Sejny	Punkt Konsultacyjny przy Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Sejnach	16 - 500 Sejny	ul. Grodzińskiego 1	87 517 37 75	gops-sejny@wp.pl gops@gmina.sejny.pl	prawne - 2 razy w miesiącu po 3 godz. psychologiczne - 2 razy w miesiącu po 3 godz. specjalistyczne ds uzależnień - 2 razy w miesiącu po 3 godz. według wcześniej ustalonego harmonogramu	TAK	NIE	TAK budynek bez barier architektonicznych
Powiat Siemiatycki										
48	Drohiczyn	Punkt Konsultacyjny	17-312 Drohiczyn	ul. Warszawska 12	85 656 52 63	radek@drohiczyn.pl	poradnictwo psychologiczne 3 dni w miesiącu od 8.00 - 16.00 dyżur psychologa	TAK	NIE	TAK
49	Mielnik	Punkt Informacyjno-Konsultacyjny przy GKRPA w Mielniku	17-307 Mielnik	ul. Piaskowa 38	85 657 7 91	gops@mielnik.com.pl gops.mielnik.eu	Terapeuta ds uzależnień i przemocy Dwa razy w miesiącu po wcześniejszym umówieniu się.	TAK	TAK możliwość komunikacji online, telefon	TAK możliwość skorzystania z pomocy przewodnika
Powiat Sokólski										
50	Korycin	Punkt Informacyjny	16-140 Korycin	ul. Knyszyńska 2a	510 447 366	brak	Praca motywacyjno-edukacyjna, dialog motywujący, wsparcie po zakończeniu terapii uzależnień. Punkt czynny w każdy wtorek w godzinach od 18.00 do 20.00	TAK	TAK rozmowy telefoniczne	TAK winda

51	Dąbrowa Białostocka	Punkt Pomocy Rodzinie- Punkt Interwencji Kryzysowej przy MOPS	16-200 Dąbrowa Białostocka	ul. Solidarności 1	882129053	opsdabrowa@mo psdb.pl	pomoc psychologiczna środa: godz. 8.00-16.00 lub 13.00 - 19.00	TAK	NIE	TAK
52	Kuźnica	Gminny Punkt Pomocy Psychologicznej	16-123	ul. Sokólska 5	694777250 85/7229281	sekretariat@kuznica.ug.gov.pl	pomoc psychologiczna dzieciom i młodzieży, osobom indywidualnym, rodzinom znajdującym się w trudnej sytuacji i wymagających wsparcia w zakresie: problemów życia i rozwoju osobistego, problemów życia rodzinnego, trudności we wzajemnych relacjach, pomoc w rozwiązywaniu konfliktów -każdy czwartek w godzinach 13.00-17.00	TAK	TAK telefonicznie	punkt nie pracuje w lipcu i sierpniu
53	Janów	Punkt Konsultacyjno-Informacyjny	16-130 Janów	ul. Białostocka 14	510 447 366	BRAK	Psychoedukacja i poradnictwo, dni i godziny przyjęć interesantów: specjalista psychoterapii uzależnień i pomocy psychologicznej oraz interwencji kryzysowej przyjmuje w 3 pierwsze wtorki każdego miesiąca w godzinach od 17: 00 do 20:00	TAK	NIE	TAK
54	Sokółka	Punkt Konsultacyjny do Spraw Przeciwdziałania Przemocy Domowej	16-100 Sokółka	ul. Dąbrowskiego 12	85 711 20 64	opssok@op.pl	Poradnictwo prawne, pedagogiczne, psychologiczne, z zakresu ochrony zdrowia (psychiatra) Specjaliści przyjmują 2 razy w miesiącu po 2 godziny	TAK	TAK telefonicznie	TAK brak barier architektonicznych, winda, dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnością ruchową
55	Suchowola	Punkt Konsultacyjno-Informacyjny dla Osób z Rodzin Dotkniętych Przemocą Domową oraz Problemem Uzależnień	16-150 Suchowola	Plac Kościuszki 5	85 722 94 17 85	opssok@op.pl	poradnictwo terapeutyczne - raz w miesiącu w terminie wyznaczonych przez terapeutę psychologiczne - dwa razy w miesiącu w terminach wyznaczonych przez psychologa, Specjaliści przyjmują 2 razy w miesiącu po 2 godziny	TAK	TAK telefonicznie	TAK brak barier architektonicznych, winda, dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnością ruchową

Powiat Suwalski

56	Bakalarzewo	Punkt Konsultacyjny	16-423 Bakalarzewo	ul. Rynek 3	87 569 40 26 87 569 40 27	gops@bakalarzewo.pl www.gopsbakalarzewo.naszops.pl	poradnictwo psychologiczne, poradnictwo pedagogiczne, poniedziałek po 1 i po 15 dniu każdego miesiąca, godz.10:00-12:00	TAK	TAK	TAK
57	Filipów	Punkt Konsultacyjny Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Filipowie	16-424 Filipów	ul. Garbaska 2	87 555 92 40	brak	poradnictwo psychologiczne 2 x w miesiącu 16.00 - 19.00	TAK	NIE	TAK budynek pozbawiony barier architektonicznych, dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnością ruchową, podjazd do budynku, winda wew.
58	Przerósł	Punkt konsultacyjny dla osób z problemem alkoholowym oraz członków ich rodzin	16-427 Przerósł	Rynek 2	505 024 679	gops@przerosl.eu	Poradnictwo dla osób z problemem alkoholowym oraz członków ich rodzin, dla osób doznających przemocy domowej 3 godziny raz w miesiącu zgodnie z harmonogramem	TAK	TAK	TAK
Powiat Wysokomazowiecki										
59	Ciechanowiec	Punkt porad psychologicznych	18-230 Ciechanowiec	ul. Mickiewicza 1	86 277 11 45 wew. 23	brak	co druga środa i co drugi czwartek w miesiącu (naprzemiennie)	TAK	NIE	TAK
60	Czyżew	Punkt konsultacyjny dla osób uzależnionych i ich rodzin	18-220 Czyżew	ul. Polna 5B	604 618 154	brak	poradnictwo specjalistyczne dla osób uzależnionych od alkoholu i ich rodzin, konsultacje indywidualne. 1-szy poniedziałek miesiąca 16.00-18.00	TAK jeżeli, sprawca przemocy jest osobą nadużywającą alkohol	TAK, kontakt telefoniczny	NIE
61	Klukowo	Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej	18-214 Klukowo	ul. Mazowiecka 14	86 2774 520 fax 86 2774 542	ug@klukowo.pl www.klukowo.pl/	Poinformowanie o obowiązującym stanie prawnym oraz przysługujących uprawnieniach lub spoczywających na danej osobie obowiązkach, w tym w związku z toczącym się postępowaniem przygotowawczym, administracyjnym, sądowym lub sądowo - administracyjnym. Wskazanie Klientowi sposobu rozwiązywania jej/jego problemu prawnego. Sporządzenie projektu pism o: nieodpłatną mediację, sporządzenie projektu pisma o zwolnienie od kosztów sądowych lub ustanowienie pełnomocnika z urzędu w postępowaniu sądowym lub ustanowienie adwokata, radcy prawnego, doradcy podatkowego w postępowaniu sądowo - administracyjnym oraz poinformowanie o kosztach postępowania i ryzyku finansowym związanym ze skierowaniem sprawy na drogę sądową. Pomoc udzielana jest po wcześniejszym umówieniu wizyty.	TAK	NIE	TAK podjazd dla wózków inwalidzkich, przy drzwiach każdego pokoju są tabliczki z informacjami dla osób niewidomych, dostosowana łazienka

62	Nowe Piekuty	Punkt Informacyjny	18-212 Nowe Piekuty	ul. Główna 23A	666 344 674	brak	Porady psychologa- (obowiązuje wcześniejsza rejestracja telefoniczna lub osobista) każda trzecia środa miesiąca godziny przyjęć interesantów 11.00-15.00	TAK	TAK telefonicznie	TAK dla osób niepełnosprawnych ruchowo poruszających się na wózkach inwalidzkich zrobiony jest podjazd
63	Szepietowo	Punkt konsultacyjny Psychoterapeuty ds.. Uzależnień	18-210 Szepietowo	ul. Główna 6	86 306 73 00	brak	poradnictwo psychologiczne, raz w miesiącu w godz 9:00-17:00	TAK	TAK kontakt telefoniczny	BRAK
64	Szepietowo	Urząd Miejski w Szepietowie	18-210 Szepietowo	ul. Główna 6	86 306 73 00	brak	poradnictwo prawne, w każdą środę w godz. 9:00-12:00 poradnictwo ogólne (GKRPA) dotyczące problemów alkoholowych, w każdy poniedziałek w godz. 9:00-10:00	TAK	TAK kontakt telefoniczny	TAK dla osób niepełnosprawnych ruchowo nie - w przypadku osób
65	Miasto Wysokie Mazowieckie	Punkt Konsultacyjny dla osób uzależnionych i ich rodzin	18-200 Wysokie Mazowieckie	ul. Ludowa19	86 275 25 92	sekretariat@wysokiemazowie.pl	poradnictwo psychologiczne-konsultacje indywidualne w zakresie alkoholizmu, narkomanii, przemocy domowej	TAK	TAK	TAK
Powiat Zambrowski										
66	Gmina Miejska Zambrów	Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przystępstwem w Zambrowie	18-300 Zambrów	ul. Fabryczna 3	518 595 707	pokrzywdzeni.zambrow@pryzmat.org.pl	konsultacje psychologiczne i inne doradztwo dotyczące osób pokrzywdzonych środa od 15.00 do 20.00 sobota od 7.00 do 12.00	NIE	NIE	TAK konsultacje psychologiczne i inne doradztwo dotyczące osób pokrzywdzonych