**LISTA JEDNOSTEK NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA**

Lista zawiera **dane jednostek** nieodpłatnego poradnictwa uporządkowane według tematyki poradnictwa, w tym jednostek **publicznych**, jednostek **niepublicznych działających na zlecenie** oraz jednostek **prowadzących działalność** **pożytku publicznego działających na zlecenie**, którym powierzono zadania z zakresu poradnictwa specjalistycznego na podstawie odrębnych przepisów.

**CZĘŚĆ I. lista wg art. 8a ust 1 pkt 1 ustawy z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej (T.j. Dz. U. z 2017 r., poz. 2030 z późn. zm.)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| LP | NAZWA JEDNOSTKI | ZAKRES PORADNICTWA | ADRES | TELEFON | DOSTĘPNOŚĆ | WWW  E-MAIL | KRYTERIA  DOSTĘPU |

RODZINNE

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zambrowie | - Poradnictwo specjalistyczne  - Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie  - Pomoc dla osób usamodzielnianych | Ul. Fabryczna 3 18-300 Zambrów | |  | | --- | | Tel./fax: 87 643-20-71  Tel. 508-547-681 | | Pn-pt 7:00-15:00  Punkt informacyjnokonsultacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych. Porady, konsultacje.  Psycholog w I i III środę m-ca godz. 10.00-12.00;  Radca prawny w każdą środę godz. 14.00- 15.30;  Specjalista pracy z rodziną pon. – pt. godz. 7.00-15.00  Pracownik socjalny pon. – pt. godz. 7.00- 15.00 | [pcpr@powiatzambrowski.com](mailto:pcpr@powiatzambrowski.com)  [pcpr.powiatzambrowski.com/](http://pcpr.powiatzambrowski.com/) | - Osoby dotknięte przemocą w rodzinie, stosujące przemoc, znajdujące się w sytuacji kryzysowej, mające trudności lub wykazujące potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych z terenu powiatu zambrowskiego  - Punkt konsultacyjno – informacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych |
| 2. | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Zambrowie | - udzielanie dzieciom i młodzieży pomocy psychologiczno – pedagogicznej oraz logopedycznej | Ul. Obwodowa 2 18-300 Zambrów | 86 271 21 78 | Pn-czw 7:00-18:00  Pt. 7:00-16:00 | pppzambrow.szkolnastrona.pl  ppp@zambrow.org | Dzieci, młodzież, rodzice i nauczyciele z terenu Powiatu Zambrowskiego |

PSYCHOLOGICZNE

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zambrowie | - Poradnictwo specjalistyczne  - Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie  - Pomoc dla osób usamodzielnianych | Ul. Fabryczna 3 18-300 Zambrów | |  | | --- | | Tel./fax: 87 643-20-71  Tel. 508-547-681 | | Pn-pt 7:00-15:00  Punkt informacyjnokonsultacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych. Porady, konsultacje.  Psycholog w I i III środę m-ca godz. 10.00-12.00;  Radca prawny w każdą środę godz. 14.00- 15.30;  Specjalista pracy z rodziną pon. – pt. godz. 7.00-15.00  Pracownik socjalny pon. – pt. godz. 7.00- 15.00 | [pcpr@powiatzambrowski.com](mailto:pcpr@powiatzambrowski.com)  [pcpr.powiatzambrowski.com/](http://pcpr.powiatzambrowski.com/) | - Osoby dotknięte przemocą w rodzinie, stosujące przemoc, znajdujące się w sytuacji kryzysowej, mające trudności lub wykazujące potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych z terenu powiatu zambrowskiego  - Punkt konsultacyjno – informacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych |
| 4. | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Zambrowie | - udzielanie dzieciom i młodzieży pomocy psychologiczno – pedagogicznej oraz logopedycznej | Ul. Obwodowa 2 18-300 Zambrów | 86 271 21 78 | Pn-czw 7:00-18:00  Pt. 7:00-16:00 | pppzambrow.szkolnastrona.pl  ppp@zambrow.org | Dzieci, młodzież, rodzice i nauczyciele z terenu Powiatu Zambrowskiego |

PEDAGOGICZNE

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 5. | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Zambrowie | - udzielanie dzieciom i młodzieży pomocy psychologiczno – pedagogicznej oraz logopedycznej | Ul. Obwodowa 2 18-300 Zambrów | 86 271 21 78 | Pn-czw 7:00-18:00  Pt. 7:00-16:00 | pppzambrow.szkolnastrona.pl  ppp@zambrow.org | Dzieci, młodzież, rodzice i nauczyciele z terenu Powiatu Zambrowskiego |

POMOC SPOŁECZNA

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 6. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zambrowie | - Poradnictwo specjalistyczne  - Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie  - Pomoc dla osób usamodzielnianych | Ul. Fabryczna 3 18-300 Zambrów | |  | | --- | | Tel./fax: 87 643-20-71  Tel. 508-547-681 | | Pn-pt 7:00-15:00  Punkt informacyjnokonsultacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych. Porady, konsultacje.  Psycholog w I i III środę m-ca godz. 10.00-12.00;  Radca prawny w każdą środę godz. 14.00- 15.30;  Specjalista pracy z rodziną pon. – pt. godz. 7.00-15.00  Pracownik socjalny pon. – pt. godz. 7.00- 15.00 | [pcpr@powiatzambrowski.com](mailto:pcpr@powiatzambrowski.com)  [pcpr.powiatzambrowski.com/](http://pcpr.powiatzambrowski.com/) | - Osoby dotknięte przemocą w rodzinie, stosujące przemoc, znajdujące się w sytuacji kryzysowej, mające trudności lub wykazujące potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych z terenu powiatu zambrowskiego  - Punkt konsultacyjno – informacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych |
| 7. | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Zambrowie | - udzielanie dzieciom i młodzieży pomocy psychologiczno – pedagogicznej oraz logopedycznej | Ul. Obwodowa 2 18-300 Zambrów | 86 271 21 78 | Pn-czw 7:00-18:00  Pt. 7:00-16:00 | pppzambrow.szkolnastrona.pl  ppp@zambrow.org | Dzieci, młodzież, rodzice i nauczyciele z terenu Powiatu Zambrowskiego |
| 8. | Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Zambrowie | Ul. Fabryczna 3 18-300 Zambrów | Ul. Fabryczna 3 18-300 Zambrów | 86 271 32 51 | Pn-pt 8:00-15:30 | www.mops.zambrow.pl | Osoby znajdujące się w trudnej sytuacji materialnej i bytowej z terenu miasta Zambrów |
| 9. | Ośrodek Pomocy Społecznej w Szumowie | - świadczenia wychowawcze  - karta dużej rodziny | UL. 1 MAJA 50, 18-305 SZUMOWO | 86 4768011,  86 4768012,  86 2244140,  86 2244141, | Pn-śr, pt 7:30 – 15:30 | www.szumowo.pl | Osoby znajdujące się w trudnej sytuacji materialnej i bytowej z terenu Gminy Szumowo |
| 10. | Ośrodek Pomocy Społecznej w Rutkach | - pomoc społeczna osobom i rodzinom | Ul. 11 listopada 7  18-312 Rutki | 501259337 | Pn-pt 7:00-15:00 | www.gminarutki.pl | Osoby znajdujące się w trudnej sytuacji materialnej i bytowej z terenu Gminy Rutki |
| 11. | Ośrodek Pomocy Społecznej w Kołakach Kościelnych | - pomoc społeczna osobom i rodzinom | ul. Kościelna 11 18-315 Kołaki Kościelne | 862703026 w.21 862703026 w.25 | Pn-pt 7:30-15:30 | www.kolaki.pl | Osoby znajdujące się w trudnej sytuacji materialnej i bytowej z terenu Kołaki Kościelne |
| 12. | Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Zambrowie | - pomoc społeczna osobom i rodzinom | ul. Fabryczna 3 (Budynek ZUS - pokój 102) 18-300 Zambrów | 86 271 46 16  w 17 | Pn-pt 7:00-15:00 | www.ugzambrow.pl | Osoby znajdujące się w trudnej sytuacji materialnej i bytowej z terenu Gminy Zambrów |

ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH I INNYCH UZALEŻNIEŃ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 13. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zambrowie | - Poradnictwo specjalistyczne  - Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie  - Pomoc dla osób usamodzielnianych | Ul. Fabryczna 3 18-300 Zambrów | |  | | --- | | Tel./fax: 87 643-20-71  Tel. 508-547-681 | | Pn-pt 7:00-15:00  Punkt informacyjnokonsultacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych. Porady, konsultacje.  Psycholog w I i III środę m-ca godz. 10.00-12.00;  Radca prawny w każdą środę godz. 14.00- 15.30;  Specjalista pracy z rodziną pon. – pt. godz. 7.00-15.00  Pracownik socjalny pon. – pt. godz. 7.00- 15.00 | [pcpr@powiatzambrowski.com](mailto:pcpr@powiatzambrowski.com)  [pcpr.powiatzambrowski.com/](http://pcpr.powiatzambrowski.com/) | - Osoby dotknięte przemocą w rodzinie, stosujące przemoc, znajdujące się w sytuacji kryzysowej, mające trudności lub wykazujące potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych z terenu powiatu zambrowskiego  - Punkt konsultacyjno – informacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych |
| 14. | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Zambrowie | - udzielanie dzieciom i młodzieży pomocy psychologiczno – pedagogicznej oraz logopedycznej | Ul. Obwodowa 2 18-300 Zambrów | 86 271 21 78 | Pn-czw 7:00-18:00  Pt. 7:00-16:00 | pppzambrow.szkolnastrona.pl  ppp@zambrow.org | Dzieci, młodzież, rodzice i nauczyciele z terenu Powiatu Zambrowskiego |
| 15. | Caritas Diecezji Łomżyńskiej im. Bł. Marianny Biernackiej w Zambrowie | - Punkt Poradnictwa Obywatelskiego  - Pokój Dziennego Pobytu  - Poradnia Uzależnień | Al. Wojska Polskiego 49, 18-300 Zambrów | 86 475 08 87 | Pon. 13:00 – 20:00  Wt. 9:00 – 17:00  Śr. 13:00 – 20:00 | <http://lomza.caritas.pl/nasze-placowki/82-6-osrodek-wsparcia-rodziny-im-bl-marianny-biernackiej-w-zambrowie>  [slawekt44@interia.pl](mailto:slawekt44@interia.pl) | - osoby z problemami alkoholowymi, uzależnienia od narkotyków i innych środków psychoaktywnych, a także dla członków ich rodzin |
| 16. | Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Zambrowie | - działania związane z edukacją i profilaktyką rozwiązywania problemów alkoholowych | ul. Fabryczna 3,       18- 300 Zambrów  pok. nr 1 | tel. 86 271 46 16 | Pn. – pt. 7:00 – 15:00 | <http://www.ugzambrow.pl/strona-131-gminna_komisja_rozwiazywania_problemow.html>  ugz@ugzambrow.pl | Mieszkańcy powiatu zambrowskiego |
| 17. | Centrum Aktywności Społecznej „Pryzmat” w Suwałkach – Filia w Zambrowie (Stowarzyszenie Klub Abstynenta „Ostoja”) | Organizacja pozarządowa  świadcząca usługi dla osób i rodzin dotkniętych przemocą w rodzinie. Ośrodek dla osób pokrzywdzonych przestępstwem.  Pomoc prawna  Pomoc psychologiczna | 18-300 Zambrów ul. Fabryczna 3 | 86 271 00 72 | śr. godz. 13.00-16.00 pon. godz. 8.30-12.30 | [http://pryzmat.org.pl](http://pryzmat.org.pl/) | Mieszkańcy powiatu zambrowskiego |

PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY DOMOWEJ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 18. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zambrowie | - Poradnictwo specjalistyczne  - Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie  - Pomoc dla osób usamodzielnianych | Ul. Fabryczna 3 18-300 Zambrów | |  | | --- | | Tel./fax: 87 643-20-71  Tel. 508-547-681 | | Pn-pt 7:00-15:00  Punkt informacyjnokonsultacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych. Porady, konsultacje.  Psycholog w I i III środę m-ca godz. 10.00-12.00;  Radca prawny w każdą środę godz. 14.00- 15.30;  Specjalista pracy z rodziną pon. – pt. godz. 7.00-15.00  Pracownik socjalny pon. – pt. godz. 7.00- 15.00 | [pcpr@powiatzambrowski.com](mailto:pcpr@powiatzambrowski.com)  [pcpr.powiatzambrowski.com/](http://pcpr.powiatzambrowski.com/) | - Osoby dotknięte przemocą w rodzinie, stosujące przemoc, znajdujące się w sytuacji kryzysowej, mające trudności lub wykazujące potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych z terenu powiatu zambrowskiego  - Punkt konsultacyjno – informacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych |
| 19. | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Zambrowie | - udzielanie dzieciom i młodzieży pomocy psychologiczno – pedagogicznej oraz logopedycznej | Ul. Obwodowa 2 18-300 Zambrów | 86 271 21 78 | Pn-czw 7:00-18:00  Pt. 7:00-16:00 | pppzambrow.szkolnastrona.pl  ppp@zambrow.org | Dzieci, młodzież, rodzice i nauczyciele z terenu Powiatu Zambrowskiego |
| 20. | Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „ Niebieska linia” | - wsparcie  - pomoc psychologiczna,  - informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej | Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych  Al. Jerozolimskie 155  02-326 Warszawa | 800 120 002  Bezpłatna infolinia | pn. – sob.  godz. 08.00–22.00  ndz. i święta  godz. 08.00–16.00 | e-mail: ppp-p\_augustow@wp.pl www.poradnia.dt.pl | Dla osób doświadczających przemocy domowej |
| 21. | Komenda Powiatowa Policji w Zambrowie | Podejmowanie interwencji domowych 2. Procedura „Niebieskiej Karty” | 18-300 Zambrów Al. Wojska Polskiego 4a | 86 276 33 33 997, 112 | Całodobowo | www.zambrow.policja.gov.pl | Mieszkańcy powiatu zambrowskiego |
| 22. | Posterunek Policji w Rutkach Kossakach | Podejmowanie interwencji domowych 2. Procedura „Niebieskiej Kart | 18-312 Rutki - Kossaki, ul. 11 Listopada 5, | (86)4741021 | Całodobowo | www.zambrow.policja.gov.pl | Mieszkańcy gminy Rutki |
| 23. | Centrum Aktywności Społecznej „Pryzmat” w Suwałkach – Filia w Zambrowie (Stowarzyszenie Klub Abstynenta „Ostoja”) | Organizacja pozarządowa świadcząca usługi dla osób i rodzin dotkniętych przemocą w rodzinie. Ośrodek dla osób pokrzywdzonych przestępstwem. Pomoc prawna. Pomoc psychologiczna | 18-300 Zambrów ul. Fabryczna 3 | 86 271 00 72 | śr. godz. 13.00-16.00 pon. godz. 8.30-12.30 | [http://pryzmat.org.pl](http://pryzmat.org.pl/) | Mieszkańcy powiatu zambrowskiego |

INTERWENCJA KRYZYSOWA

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 24. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zambrowie | - Poradnictwo specjalistyczne  - Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie  - Pomoc dla osób usamodzielnianych | Ul. Fabryczna 3 18-300 Zambrów | |  | | --- | | Tel./fax: 87 643-20-71  Tel. 508-547-681 | | Pn-pt 7:00-15:00  Punkt informacyjnokonsultacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych. Porady, konsultacje.  Psycholog w I i III środę m-ca godz. 10.00-12.00;  Radca prawny w każdą środę godz. 14.00- 15.30;  Specjalista pracy z rodziną pon. – pt. godz. 7.00-15.00  Pracownik socjalny pon. – pt. godz. 7.00- 15.00 | [pcpr@powiatzambrowski.com](mailto:pcpr@powiatzambrowski.com)  [pcpr.powiatzambrowski.com/](http://pcpr.powiatzambrowski.com/) | - Osoby dotknięte przemocą w rodzinie, stosujące przemoc, znajdujące się w sytuacji kryzysowej, mające trudności lub wykazujące potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych z terenu powiatu zambrowskiego  - Punkt konsultacyjno – informacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych |
| 25. | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Zambrowie | - udzielanie dzieciom i młodzieży pomocy psychologiczno – pedagogicznej oraz logopedycznej | Ul. Obwodowa 2 18-300 Zambrów | 86 271 21 78 | Pn-czw 7:00-18:00  Pt. 7:00-16:00 | pppzambrow.szkolnastrona.pl  ppp@zambrow.org | Dzieci, młodzież, rodzice i nauczyciele z terenu Powiatu Zambrowskiego |
| 26. | Centralne Zarządzanie Kryzysowe | Monitorowanie bezpieczeństwa | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa  Rakowiecka 2A  00-993 Warszawa | Całodobowy dyżur: (22) 361 69 00  (22) 785 700 177  e-mail:  dyzurny@rcb.gov.p | 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu | http://rcb.gov.pl/zarzadzanie-kryzysowe/  poczta@rcb.gov.pl | Świadek zagrożenia kryzysowego  Osoba poszukująca informacji na temat  zarządzania kryzysowego |

DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 27. | Powiatowy Urząd Pracy w Zambrowie | - pośrednictwo pracy - poradnictwo zawodowe | Ul. Fabryczna 3 18-300 Zambrów | 86 270 82 10 | Pn-pt. 7:30-15:30 | www.zambrow.praca.gov.pl/ | Mieszkańcy powiatu zambrowskiego |
| 28. | Wojewódzki Urząd Pracy w Białymstoku | Porady dla bezrobotnych | ul. Pogodna 22, 15-354 Białystok | Tel. 85 749 72 00 | Poniedziałek: 7:30-16:00 Wtorek-piątek: 7:30-15:30 | http://wupbialystok.praca.gov.pl/ | Mieszkańcy województwa Podlaskiego |
| 29. | Infolinia Urzędów Pracy - Zielona Infolinia | Pod tym numerem udzielane są  informacje o usługach urzędów pracy. | Urząd Pracy.  Ciepła 20 .  15-472 Białystok. | 19 524  (z Polski)  +48 22 19524  (z zagranicy)  Koszt zgodnie z taryfą | pn.- pt.  godz. 08.00-18.00 | www.zielonalinia.gov.pl  biuro@zielonalinia.gov.pl | Mogą korzystać:  - zarejestrowani  -poszukujący pracy  - pracodawcy |

DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 30. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zambrowie | - Poradnictwo specjalistyczne  - Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie  - Pomoc dla osób usamodzielnianych | Ul. Fabryczna 3 18-300 Zambrów | |  | | --- | | Tel./fax: 87 643-20-71  Tel. 508-547-681 | | Pn-pt 7:00-15:00  Punkt informacyjnokonsultacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych. Porady, konsultacje.  Psycholog w I i III środę m-ca godz. 10.00-12.00;  Radca prawny w każdą środę godz. 14.00- 15.30;  Specjalista pracy z rodziną pon. – pt. godz. 7.00-15.00  Pracownik socjalny pon. – pt. godz. 7.00- 15.00 | [pcpr@powiatzambrowski.com](mailto:pcpr@powiatzambrowski.com)  [pcpr.powiatzambrowski.com/](http://pcpr.powiatzambrowski.com/) | - Osoby dotknięte przemocą w rodzinie, stosujące przemoc, znajdujące się w sytuacji kryzysowej, mające trudności lub wykazujące potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych z terenu powiatu zambrowskiego  - Punkt konsultacyjno – informacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych |
| 31. | Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Zambrowie | - udzielanie dzieciom i młodzieży pomocy psychologiczno – pedagogicznej oraz logopedycznej | Ul. Obwodowa 2 18-300 Zambrów | 86 271 21 78 | Pn-czw 7:00-18:00  Pt. 7:00-16:00 | pppzambrow.szkolnastrona.pl  ppp@zambrow.org | Dzieci, młodzież, rodzice i nauczyciele z terenu Powiatu Zambrowskiego |
| 32. | Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „ Niebieska linia” | - wsparcie  - pomoc psychologiczna,  - informacja o najbliższym miejscu pomocy w problemach przemocy domowej | Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych  Al. Jerozolimskie 155  02-326 Warszawa | 800 120 002  Bezpłatna infolinia | pn. – sob.  godz. 08.00–22.00  ndz. i święta  godz. 08.00–16.00 | [www.niebieskalinia.pl](http://www.niebieskalinia.pl)  [pogotowie@niebieskalinia.pl](mailto:pogotowie@niebieskalinia.pl) | Osoby pokrzywdzone przestępstwem oraz ich rodziny |
| 33. | Komenda Powiatowa Policji w Zambrowie | Podejmowanie interwencji domowych 2. Procedura „Niebieskiej Karty” | 18-300 Zambrów Al. Wojska Polskiego 4a | 86 276 33 33 997, 112 | Całodobowo | www.zambrow.policja.gov.pl | Mieszkańcy powiatu zambrowskiego |
| 34. | Posterunek Policji w Rutkach Kossakach | Podejmowanie interwencji domowych 2. Procedura „Niebieskiej Kart | 18-312 Rutki - Kossaki, ul. 11 Listopada 5, | (86)4741021 | Całodobowo | www.zambrow.policja.gov.pl | Mieszkańcy Gminy Rutki |
| 35. | Centrum Aktywności Społecznej „Pryzmat” w Suwałkach – Filia w Zambrowie (Stowarzyszenie Klub Abstynenta „Ostoja”) | Organizacja pozarządowa świadcząca usługi dla osób i rodzin dotkniętych przemocą w rodzinie. Ośrodek dla osób pokrzywdzonych przestępstwem. Pomoc prawna. Pomoc psychologiczna | 18-300 Zambrów ul. Fabryczna 3 | 86 271 00 72 | śr. godz. 13.00-16.00 pon. godz. 8.30-12.30 | [http://pryzmat.org.pl](http://pryzmat.org.pl/) | Mieszkańcy powiatu zambrowskiego |

PRAWO KONSUMENCKIE

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 36. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zambrowie | - Poradnictwo specjalistyczne  - Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie  - Pomoc dla osób usamodzielnianych | Ul. Fabryczna 3 18-300 Zambrów | |  | | --- | | Tel./fax: 87 643-20-71  Tel. 508-547-681 | | Pn-pt 7:00-15:00  Punkt informacyjnokonsultacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych. Porady, konsultacje.  Psycholog w I i III środę m-ca godz. 10.00-12.00;  Radca prawny w każdą środę godz. 14.00- 15.30;  Specjalista pracy z rodziną pon. – pt. godz. 7.00-15.00  Pracownik socjalny pon. – pt. godz. 7.00- 15.00 | [pcpr@powiatzambrowski.com](mailto:pcpr@powiatzambrowski.com)  [pcpr.powiatzambrowski.com/](http://pcpr.powiatzambrowski.com/) | - Osoby dotknięte przemocą w rodzinie, stosujące przemoc, znajdujące się w sytuacji kryzysowej, mające trudności lub wykazujące potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych z terenu powiatu zambrowskiego  - Punkt konsultacyjno – informacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych |
| 37. | Powiatowy Rzecznik Konsumentów w Zambrowie | Poradnictwo z zakresu ustaw konsumenckich oraz kodeksu cywilnego, występowanie do przedsiębiorców z interwencją pisemną na rzecz konsumentów, prowadzenie mediacji pomiędzy konsumentami, a przedsiębiorcami mające na celu rozstrzygnięcie sporu, szkolenia z zakresu ochrony konsumentów | Ul. Fabryczna 3 18-300 Zambrów | 86 271 24 18 | Pn-pt 7:30-15:30 | www.powiatzambrowski.com | Konsumenci - Mieszkańcy powiatu zambrowskiego |
| 38. | Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów | Ochrona praw konsumenckich | UOKiK  Pl. Powstańców Warszawy 1  00-950 Warszawa | Infolinia konsumencka  (prowadzona przez Federację Konsumentów)  801 440 220  22 290 89 16  Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora | pn.- pt.  godz. 08.00-18.00 | https://www.uokik.gov.pl/  porady@dlakonsumentow.pl | Osoby fizyczne będące konsumentami. |

PRAWA DZIECKA

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 39. | Rzecznik Praw Dziecka | Poradnictwo z zakresu praw dziecka | ul. Przemysłowa 30/32  00-450 Warszawa | Tel. 22 583 66 00 | od poniedziałku do piątku w godzinach 08.15-16.15. | https://brpd.gov.pl/  e-mail: rpd@brpd.gov.pl | Może zgłosić się każdy, kto uważa,  że jego prawa są naruszone |
| 40. | 3.Rzecznik Praw Dziecka – dziecięcy telefon zaufania . | Ochrona praw dziecka | Biuro RPD  Przemysłowa 30/32  00-450 Warszawa  tel.: (22) 583 66 00 .  fax.: (22) 583 66 96.  pn.-pt.  godz.08.15-16.15. | 800 121 212  Bezpłatna infolinia | pn.- pt. godz.  08.15-20.00.  (dzwoniąc po godzinach i w dni wolne można opisać problem i zostawić kontakt do siebie, a doradcy oddzwonią) | https://brpd.gov.pl  rpd@brpd.gov.pl | Sprawy przemocy, relacji rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych.  Może dzwonić każdy, kto doświadcza problemu lub jest świadkiem. |

PRAWA PACJENTA

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 41. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zambrowie | - Poradnictwo specjalistyczne  - Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie  - Pomoc dla osób usamodzielnianych | Ul. Fabryczna 3 18-300 Zambrów | |  | | --- | | Tel./fax: 87 643-20-71  Tel. 508-547-681 | | Pn-pt 7:00-15:00  Punkt informacyjnokonsultacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych. Porady, konsultacje.  Psycholog w I i III środę m-ca godz. 10.00-12.00;  Radca prawny w każdą środę godz. 14.00- 15.30;  Specjalista pracy z rodziną pon. – pt. godz. 7.00-15.00  Pracownik socjalny pon. – pt. godz. 7.00- 15.00 | [pcpr@powiatzambrowski.com](mailto:pcpr@powiatzambrowski.com)  [pcpr.powiatzambrowski.com/](http://pcpr.powiatzambrowski.com/) | - Osoby dotknięte przemocą w rodzinie, stosujące przemoc, znajdujące się w sytuacji kryzysowej, mające trudności lub wykazujące potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych z terenu powiatu zambrowskiego  - Punkt konsultacyjno – informacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych |
| 42. | Narodowy Fundusz Zdrowia - Oddział w Białymstoku | Ochrona praw pacjenta | ul. Pałacowa 3 15-042 Białystok | Tel. 85 745 95 31. | poniedziałek-piątek 8:00-16:00 | e-mail: sekretariat@nfz-bialystok.pl  https://www.nfz-bialystok.pl/ | Mieszkańcy Województwa Podlaskiego |
| 43. | Rzecznik Praw Pacjenta | Ochrona praw pacjenta | Biuro RPP  ul. Młynarska 46. 01-171 Warszawa | 800 190 590  Bezpłatna infolinia  Zapisy na poradę osobistą:  rezerwacja@rpp. gov.pl lub (22) 532 82 43 | pn. - pt.  godz. 08.00-20.00 | https://www.bpp.gov.pl  kancelaria@rpp.gov.pl | Z porad może korzystać każdy kto ma poczucie łamania praw pacjenta |
| 44. | Narodowy Fundusz Zdrowia- Centrala | Uprawnienia ubezpieczenia zdrowotnego:  - prawa pacjenta  -leczenie w kraju i poza granicami  -kolejki do świadczeń | Narodowy Fundusz Zdrowia  Grójecka 186  02-390 Warszawa | Infolinia Centralna  800 392 976 (\*)  22 572 60 42 (\*\*)  (\*) połączenia bezpłatne  **(\*\*)** koszt zgodnie z taryfą operatora  Także każdy oddział NFZ posiada własną infolinię | pn.- pt.  godz. 08.00-16.00 | http://www.nfz.gov.pl  infolinia@nfz.gov.pl | Każda osoba objęta ubezpieczeniem lub zainteresowana ubezpieczeniem zdrowotnym |
| 45. | Rzecznik Praw Osób Niepełnosprawnych | Ochrona praw  osób niepełnosprawnych | SIEDZIBA  ul. Żurawia 4 A, 00- 503 Warszawa  Telefon  (22) 461 60 00  KORESPONDENCJA  Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa | 801 801 015  Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora | pn.-pt.  godz. 08.00-17.00 | http://www.niepelnosprawni.gov.pl  sekretariat.bon@mrpips.gov.pl | Z porad mogą korzystać osoby niepełnosprawne, ich rodziny oraz organizacje działające na rzecz osób niepełnosprawnych |

PRAWO UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 46. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zambrowie | - Poradnictwo specjalistyczne  - Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie  - Pomoc dla osób usamodzielnianych | Ul. Fabryczna 3 18-300 Zambrów | |  | | --- | | Tel./fax: 87 643-20-71  Tel. 508-547-681 | | Pn-pt 7:00-15:00  Punkt informacyjnokonsultacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych. Porady, konsultacje.  Psycholog w I i III środę m-ca godz. 10.00-12.00;  Radca prawny w każdą środę godz. 14.00- 15.30;  Specjalista pracy z rodziną pon. – pt. godz. 7.00-15.00  Pracownik socjalny pon. – pt. godz. 7.00- 15.00 | [pcpr@powiatzambrowski.com](mailto:pcpr@powiatzambrowski.com)  [pcpr.powiatzambrowski.com/](http://pcpr.powiatzambrowski.com/) | - Osoby dotknięte przemocą w rodzinie, stosujące przemoc, znajdujące się w sytuacji kryzysowej, mające trudności lub wykazujące potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych z terenu powiatu zambrowskiego  - Punkt konsultacyjno – informacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych |
| 47. | Zakład Ubezpieczeń Społecznych w Zambrowie | Zakres informacji:  -emerytury,  - renty,  - zasiłki | 18-300 Zambrów ul. Fabryczna 3 a | 22 560 16 00 | Poniedziałek 8.00-18.00  Wtorek 8.00-15.00  Środa 8.00-15.00  Czwartek 8.00-15.00  Piątek 8.00-15.00 |  | Adresaci porad:  - ubezpieczeni  - płatnicy |
| 48. | Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego w Zambrowie | Zakres informacji:  - ubezpieczenia społeczne  - świadczenia emerytalno – rentowe, wypadkowych, chorobowych i macierzyńskich oraz świadczeń pozaubezpieczeniowych | Obrońców Zambrowa 4, 18-300 Zambrów | 86 271 61 10 | poniedziałek: 7:30 - 17:00 od wtorku do piątku: 7:30 - 15:30 | [zambrow@krus.gov.pl](mailto:zambrow@krus.gov.pl)  <https://www.krus.gov.pl/krus/struktura/oript/oript-tabela-z-danymi/pt-w-zambrowie/> | - ubezpieczeni rolnicy z terenu:   |  |  | | --- | --- | | Miasto i gmina Zambrów |  | | Gmina Kołaki Kościelne |  | | Gmina Rutki |  | | Gmina Szumowo |  | | Gmina Zawady |  | |
| 49. | Centrum Obsługi Telefonicznej  Zakładu Ubezpieczeń Społecznych | Zakres informacji:  - pomoc techniczna  - składki  - renty  - emerytury | Klienci mogą skorzystać z pomocy pracowników w Centrum Obsługi Telefonicznej lub podczas wizyty osobistej w placówce jak wyżej.  Nr centrali :  (22) 667 10 00. | (22) 560 16 00  Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. | pn. – pt.  godz. 07.00 – 18.00 | http://www.zus.pl/o-zus/kontakt/centrum-obslugi-telefonicznej-cot-  cot@zus.pl | Adresaci porad:  - ubezpieczeni  - płatnicy  - lekarze |

PRAWO PRACY

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 50. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zambrowie | - Poradnictwo specjalistyczne  - Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie  - Pomoc dla osób usamodzielnianych | Ul. Fabryczna 3 18-300 Zambrów | |  | | --- | | Tel./fax: 87 643-20-71  Tel. 508-547-681 | | Pn-pt 7:00-15:00  Punkt informacyjnokonsultacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych. Porady, konsultacje.  Psycholog w I i III środę m-ca godz. 10.00-12.00;  Radca prawny w każdą środę godz. 14.00- 15.30;  Specjalista pracy z rodziną pon. – pt. godz. 7.00-15.00  Pracownik socjalny pon. – pt. godz. 7.00- 15.00 | [pcpr@powiatzambrowski.com](mailto:pcpr@powiatzambrowski.com)  [pcpr.powiatzambrowski.com/](http://pcpr.powiatzambrowski.com/) | - Osoby dotknięte przemocą w rodzinie, stosujące przemoc, znajdujące się w sytuacji kryzysowej, mające trudności lub wykazujące potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych z terenu powiatu zambrowskiego  - Punkt konsultacyjno – informacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych |
| 51. | Okręgowy Inspektorat Pracy w Białymstoku | Porady z zakresu prawa pracy. | ul. Fabryczna 2 15-483 Białystok | tel. (85) 678 57 00 fax (85) 742 27 73 | poniedziałek 8:00-17:00  wtorek-piątek 8:00-15:10 | https://bialystok.pip.gov.pl  e-mail: kancelaria@bialystok.pip.gov.pl | Z porad może skorzystać każdy pracownik i pracodawca |
| 52. | Centrum Poradnictwa  Państwowej Inspekcji Pracy (PIP) | Porady z zakresu prawa pracy. | Główny Inspektorat Pracy ul. Barska 28/30 02-315 Warszawa.  tel. 22 391 82 15 fax. 22 391 82 14 | 801 002 006  (dla 17tel. stacj.)  459 599 000  (dla t17el. kom.)  22 391 83 60  (dla obywateli Ukrainy zatrudnionych na terenie RP)  Koszt połączenia zgodnie z taryfą operatora. Uwaga!!! naliczane są koszty za czas oczekiwania na połączenie . |  | www.bip.pip.gov.pl,  kancelaria@gip.pip.gov.pl |  |

PRAWO PODATKOWE

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 53. | Urząd Skarbowy w Zambrowie | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc. | 18-300 Zambrów, ul. Jantarowa 16 | 86 275 74 00  **Krajowa Informacja Skarbowa** Infolinia: Z tel. stac.: 801 055 055 Z tel. kom.:(22) 330 0330 Z zagranicy.: +48 22 330 0330 | Pn – pt. 7:30:15:30 | <http://www.podlaskie.kas.gov.pl/urzad-skarbowy-w-zambrowie>  [us.zambrow@mf.gov.pl](mailto:us.zambrow@mf.gov.pl) | Z porad może skorzystać każdy podatnik |
| 54. | Krajowa Informacja Skarbowa | Informacje podatkowe dot. PIT, CIT, VAT, podatki lokalne, akcyza etc. | ul. Teodora Sixta 17,  43-300 Bielsko-Biała | 801 055 055 (  ( z tel. stacjonarnych.  ( (22) 330 03 30  Z z tel. komórkowych.  + 48 (22)33 00 330  ( z tel. zagranicznych.  Koszt zgodnie z taryfą operatora | pn.- pt.  godz. 07.00-18.00 | www.kis.gov.pl  więcej:https://poradnikprzedsiebiorcy.pl/-kip-czyli-krajowa-informacja-podatkowa | Z porad może skorzystać każdy podatnik |

DLA OSÓB BĘDĄCYCH W SPORZE Z PODMIOTAMI RYNKU FINANSOWEGO

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 55. | Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zambrowie | - Poradnictwo specjalistyczne  - Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie  - Pomoc dla osób usamodzielnianych | Ul. Fabryczna 3 18-300 Zambrów | |  | | --- | | Tel./fax: 87 643-20-71  Tel. 508-547-681 | | Pn-pt 7:00-15:00  Punkt informacyjnokonsultacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych. Porady, konsultacje.  Psycholog w I i III środę m-ca godz. 10.00-12.00;  Radca prawny w każdą środę godz. 14.00- 15.30;  Specjalista pracy z rodziną pon. – pt. godz. 7.00-15.00  Pracownik socjalny pon. – pt. godz. 7.00- 15.00 | [pcpr@powiatzambrowski.com](mailto:pcpr@powiatzambrowski.com)  [pcpr.powiatzambrowski.com/](http://pcpr.powiatzambrowski.com/) | - Osoby dotknięte przemocą w rodzinie, stosujące przemoc, znajdujące się w sytuacji kryzysowej, mające trudności lub wykazujące potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych z terenu powiatu zambrowskiego  - Punkt konsultacyjno – informacyjny dla rodzin naturalnych, zastępczych oraz adopcyjnych |
| 56. | Rzecznik Finansowy.  (Ubezpieczonych) | Prawa ubezpieczonych | Biuro Rzecznika Finansowego  Al. Jerozolimskie 87  02-001 Warszawa. | Ubezpieczenia  gospodarcze  (22) 333 73 28  Ubezpieczenia  Społeczne, OFE ZUS  (22) 333 73 26  lub (22) 333 73 27  Ubezpieczenia bankowe i rynku kapitałowego  (22) 333 73 25 | pn.-pt.  godz. 08.00-18.00  pn.-pt.  godz.11.00-15.00  pn.-pt.  godz. 08.00-16.00 | Porady e-mail: porady@rf.gov.pl  (czas oczekiwania na odpowiedz  e-mailową ok.2 tygodni)  https://rf.gov.pl/kontakt  biuro@rf.gov.pl | Osoby ubezpieczone i w sporze dotyczącym ubezpieczeń |

INNE

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 57. | Rzecznik Praw Obywatelskich | Ochrona praw obywatelskich | Biuro RPO  Al. Solidarności 77.  00-090 Warszawa | 800 676 676 .  Połączenia bezpłatne z tel. stacjonarnych i komórkowych | pon. godz. 10.00-18.00  wt.- pt. godz. 08.00-16.00 | https://www.rpo.gov.pl  biurorzecznika@brpo.gov.pl | Może zgłosić się każdy, kto uważa,  że jego prawa są naruszone |

**CZĘŚĆ II: NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA i NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE (wg art. 8a ust 1 pkt 2):**

**Skorzystanie z nieodpłatnej pomocy prawnej zwykle nie wymaga wcześniejszych zapisów.**

**Można dokonać zapisu na wizytę pod numerem telefonu: 86 271 24 18 lub e-mailem:** [**starosta@powiatzambrowski.com**](mailto:starosta@powiatzambrowski.com) **.**

**Udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej odbywa się według kolejności zgłoszeń, lub po umówieniu terminu wizyty. Z ważnych powodów dopuszcza się ustalenie innej kolejności udzielania nieodpłatnej pomocy prawnej. Kobiecie, która jest w ciąży, udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej odbywa się poza kolejnością.**

**Osobom ze znaczną niepełnosprawnością ruchową, które nie mogą stawić się w punkcie osobiście, oraz osobom doświadczającym trudności w komunikowaniu się, o których mowa w ustawie z dnia 19 sierpnia 2011 r. o języku migowym i innych środkach komunikowania się (Dz.U. z 2017 r. poz. 1824), może być udzielana nieodpłatna pomoc prawna także poza punktem albo za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość, w szczególności przez telefon i Internet. Dla osób takich może zostać zorganizowana wizyta w miejscu zamieszkania tych osób lub w miejscu wyposażonym w urządzenie ułatwiające porozumiewanie się z osobami doświadczającymi trudności w komunikowaniu się lub w miejscu, w którym zapewnia się możliwość skorzystania z pomocy tłumacza języka migowego.**

Osoby doświadczające trudności w komunikowaniu się mogą umówić termin wizyty drogą mailową pisząc na adres starosta@powiatzambrowski.com. W miarę możliwości, osobie takiej zostanie zapewnione wsparcie w komunikowaniu się podczas świadczenia usługi.

Bliższe informacje można uzyskać:

* czytając informacje na stronie www https://www.powiatzambrowski.com/nieodplatna-pomoc-prawna;
* pisząc na adres starosta@powiatzambrowski.com,
* dzwoniąc pod numer 86 271 24 18,
* w punkcie Nieodpłatnej Punktach Prawnej w czasie pracy punktu,
* w Starostwie Powiatowym w Zambrowie (ul. Fabryczna 3, 18-300 Zambrów).

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA** | | | | | | | |
|  | **PROWADZĄCY** | **ADRESY**  **DYŻURÓW** | **DNI i GODZINY** | **SPECJALIZACJA**  **(o ile określono)** | **lokal dogodny dla osób na wózkach inwalidzkich** | **DANE KONTAKTOWE** | **WWW** |
| 1 | Punkt Radców Prawnych | Miejski Ośrodek Kultury w Zambrowie,  sala konferencyjna, 18-300 Zambrów,  ul. Prymasa Stefana Wyszyńskiego 2a | poniedziałek  – w godz. od 8:00 do 12;00  czwartek  – w godz. od 8;00 do 12;00  piątek  – w godz. od 8;00 do 12;00 |  | tak | INFORMACJE i ZAPISY: pon. –pt. w godz. 7.30-15.30 pod nr 86 271 24 18 | <https://www.powiatzambrowski.com/nieodplatna-pomoc-prawna> |
| 2 | Punkt Stowarzyszenia Centrum Aktywności Społecznej PRYZMAT | Urząd Gminy Kołaki Kościelne, pokój nr 24a, 18-315 Kołaki Kościelne, ul. Kościelna 11 | wtorek  – w godz. od 9;00 do 13;00 |  | tak | INFORMACJE i ZAPISY: pon. –pt. w godz. 7.30-15.30 pod nr 86 271 24 18 | <https://www.powiatzambrowski.com/nieodplatna-pomoc-prawna> |
| Urząd Gminy Rutki, pokój nr 104,  18-312 Rutki-Kossaki, ul. 11 Listopada 7 | czwartek  – w godz. od 9;00 do 13;00  piątek  – w godz. od 9;00 do 13;00 |  | tak |
| Posterunek Policji w Szumowie18-305 Szumowo,  ul. XXX-lecia 5 | poniedziałek  – w godz. od 9;00 do 13;00  środa  – w godz. od 9;00 do 13;00 |  | tak |
| 3 | Punkt Adwokatów | Urząd Gminy Zambrów, pokój nr 1,  18-300 Zambrów,  ul. Fabryczna 3 | wtorek  – w godz. od 8;00 do 12;00  środa  – w godz. od 8;00 do 12;00 |  | tak | INFORMACJE i ZAPISY: pon. –pt. w godz. 7.30-15.30 pod nr 86 271 24 18 | <https://www.powiatzambrowski.com/nieodplatna-pomoc-prawna> |
| **NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE** | | | | | | | |
| **W powiecie zambrowskim w 2019 r. nie jest prowadzona.** | | | | | | | |