

**Wsparcie psychologiczne dla osób poddanych izolacji z powodu COVID-19, nadzorowi epidemiologicznemu i kwarantannie**

	<b>Powiat</b>	<b>Instytucja</b>	<b>Numer telefonu</b>	<b>Godziny wsparcia</b>
L/p	1	2	3	4
1	Augustowski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Augustowie	604 710 264	środa i piątek 16.00 - 18.00
2	Białostocki	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Białymstoku	664 025 504	wtorek-środa 8.00 - 15.00
3	Białostocki	Powiatowa Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Białymstoku	857 416 235	środa 13.00-15.00
4	Białostocki	Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Łapach	517 826 011 85 7152334	poniedziałek- piątek 9.00-11.00
5	M. Białystok	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Białymstoku - Ośrodek Interwencji Kryzysowej	85 744 50 27 85 744 50 28	całodobowo
6	M. Białystok	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Białymstoku - Zespół ds Pieczy Zastępczej	85 742 04 61 85 741 04 96	poniedziałek 8.00 - 17.00 wtorek-piątek 8.00 - 15.00
7	Bielski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Bielsku Podlaskim	85 833 26 76	poniedziałek- piątek 7.30 - 15.30
8	Bielski	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Bielsku Podlaskim	85 833 26 74	poniedziałek- piątek 7.30 - 15.30

9	Grajewski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Grajewie	86 273 87 09	poniedziałek- piątek 8.00 - 15.00
10	Grajewski	Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Grajewie	86 272 35 87	poniedziałek- piątek 8.00 - 15.00
11	Grajewski	Szpital Ogólny im. dr Witolda Gineła w Grajewie	86 211 91 61	poniedziałek 8.00-18.00 wtorek 8.00-18.00 środa 8.00-15.00 czwartek 8.00-18.00
12	Hajnowski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Hajnówce	85 682 36 42	wizyta ustalana telefonicznie, indywidualnie dni robocze
13	Hajnowski	Środowiskowy Dom Samopomocy w Hajnówce	85 683 32 12 606 320 811	poniedziałek 13.00 - 15.00 czwartek 8.00 - 15.00
14	Hajnowski	Dom Pomocy Społecznej "Rokitnik" w Białowieży	693 610 689	poniedziałek 12.00 - 15.00 czwartek 9.00 - 12.00
15	Hajnowski	Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Hajnówce	85 682 23 05 505 135 564	czwartek (w indywidualnych przypadkach po umówieniu się) 14.00-15.00
16	Hajnowski	SP ZOPZ Punkt Zgłoszeniowo Koordynacyjny w Hajnówce	85 682 90 04	poniedziałek-piątek 15.00 - 18.00 (teleporada-psycholog) we wcześniejszych godz. wsparcie przez terapeutę środowiskowego i pielęgniarkę psychiatryczną
17	Hajnowski	SP ZOZ Poradnia Leczenia Uzależnień w Hajnówce	575 775 120	poniedziałek - piątek 10.00 12.00 (dni robocze) oddzwanianie
18	Kolneński	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Kolnie	86 278 13 34	wtorek 7.30 - 9.30 piątek 7.30 - 9.30
19	M. Łomża	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łomży	86 216 42 60	7.30-15.30
20	M. Łomża	Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Łomży	86 216 98 20 518 657 947	poniedziałek - piątek 8.00 - 18.00 tel. 86 216 98 20 soboty i niedziele tel. 518 657 947

21	Łomżyński	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Łomży	86 215 69 42	8:00 - 15:00
22	Moniecki	Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Mońkach	85 716 25 44	poniedziałek - piątek 8.00 - 15.30
23	Sejneński	Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Sejnach	609 208 371	pn. - pt. 8.00 - 12.00
24	Siemiatycki	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Siemiatyczach	85 730 05 07 517 215 760	poniedziałki lub środy 16.00 - 19.00 po wcześniej umówionej telefonicznie poradzie
25	Sokólski	Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Dąbrowie Białostockiej	85 712 13 46	9.00 - 14.00
26	Sokólski	Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Sokółce	85 711 32 91	8.30 - 15.00
27	Suwalski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Suwałkach	508 467 037	poniedziałek 8.00 - 20.00 wtorek - bez ograniczeń środa - bez ograniczeń czwartek 16.00 - 20.00 piątek 8.00 - 20.00 sobota 8.00 - 20.00 Niedziela 8.00 - 20.00
28	Suwalski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Suwałkach	508 464 936	poniedziałek 8.00 - 12.00 wtorek 14.00 - 20.00 środa 8.00 - 12.00 piątek 8.00 - 12.00 sobota 16.00 - 20.00 niedziela 16.00 - 20.00
29	Suwalski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Suwałkach	508 467 029	czwartek 8.00 - 15.30
30	Suwalski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Suwałkach	692144455	wtorek 14.00 - 20.00 środa 8.00 - 12.00

31	M. Suwałki	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach	87 565 28 91 tel. koordynujący kontakty wskazane poniżej: 517 549 817 całodobowo zgodnie z wewnętrznie ustalonym harmonogramem 604 818 565 całodobowo zgodnie z wewnętrznie ustalonym harmonogramem 789 041 072 całodobowo zgodnie z wewnętrznie ustalonym harmonogramem 509 857 091 całodobowo zgodnie z wewnętrznie ustalonym harmonogramem	poniedziałek - piątek 7.30-15.30
32	Wysokomazowiecki	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wysokim Mazowieckiem	86 306 72 08 502 153 040	poniedziałek 8.00 - 16.00 wtorek - piątek 7.30 - 15.30
33	Zambrowski	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zambrowie	86 271 06 69	1 i 3 środa miesiąca 10:00 - 12:00

