

## Organizacje niosące pomoc cudzoziemcom

Lp.	Nazwa instytucji	Dane kontaktowe	Zakres pomocy
1.	<b>Centrum Aktywności Społecznej</b>	Białystok Św. Rocha 3 Tel. <b>85 869 6235</b>	<p><b>Punkty zbiórki najpotrzebniejszych produktów działają do odwołania we wszystkich publicznych szkołach podstawowych i ponadpodstawowych</b> (w godz. 8:00-18:00), <b>całodobowo w budynku CAS</b> przy ul. Św. Rocha 3 oraz w godzinach pracy Urzędu Miejskiego w punktach przy ul. Słonimskiej 1, przy ul. J.K. Branickiego 3/5, przy ul. Składowej 11, przy ul. Legionowej 7 (Departament Edukacji) oraz przy ul. Bitwy Białostockiej 2/2.</p> <p><b>Zbiórka:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>środki opatrunkowe i medyczne</b> Szczególnie potrzebne: koce termiczne, gazy jałowe, kompresy jałowe, bandaże elastyczne, sól fizjologiczna, środki odkażające, rękawiczki jednorazowe, chusty opatrunkowe sterylne, opaski uciskowe, nożyczki do opatrunków oraz woda utleniona lub oktanisept, leki przeciwbólowe i przeciwgorączkowe (w tabletkach, czopkach i syropach), węgiel, witamina d, witamina c, cynk, tabletki do ssania od bólu gardła, spray do nosa od kataru, maść bepanten, altacet, fastum, tribioty, rywanol, mocne plastry bez opatrunku, leki przeciwkrwotoczne, adrenalina, plastry antybakteryjne, preparaty przeciwszokowe, nożyczki do cięcia bandaży.</li> <li>- <b>nowe koce, karimaty i śpiwory</b> na 180 cm wzrostu i odporny -8C</li> <li>- <b>żywność długoterminowa</b> Szczególnie potrzebne: dania i zupki ekspresowe/typu instant do zalewania wrzątkiem, batony energetyczne, czekolady, kisiele i budynie typu gorący kubek, konserwy/puszki/słoiki z gotowymi daniami typu bigos, fasolka po bretońsku, kapuśniak z kiełbaską, grochówka żołnierska, pulpety w sosie, flaki oraz suche produkty: cukier, kasze, makarony, mąki, kawa, woda, herbata, oleje.</li> <li>- <b>środki higieniczno-chemiczne</b> środki dezynfekcyjne, środki piorące, chusteczki nawilżone.</li> </ul>

			<p>- <b>żywność dla dzieci</b> kaszki, mleko, soczki, dania gotowe słoiczkowe, chrupki do mleka</p> <p>- <b>dary rzeczowe pierwszej potrzeby</b> NOWA odzież i bielizna termiczna dla osób dorosłych (szczególnie mężczyzn), odzież maskująca typu moro.</p> <p><b>WAŻNE!</b> Nie zbierają odzieży, obuwia, zabawek. Żywność tylko zapakowana przez producenta – nie przyjmujemy własnych wyrobów. Lepiej kupić jedną rzecz, ale w dużych zgrzewkach, np. karton konserw niż „wszystkiego po trochu” – to ułatwia pracę wolontariuszy i transport Prosimy o zabezpieczanie opakowań zbiorczych przed rozerwaniem oraz zaklejenie taśmą nakrętek butelek (szczególnie z pompką), tak żeby płyn się nie wylewał.</p>
2.	<b>Caritas Archidiecezji Białostockiej</b>	ul Warszawska 32 15-077 Białystok <b>tel. (85) 651 90 08</b> bialystok@caritas.pl	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeśli chcesz zaoferować mieszkanie/pokój lub jesteś uchodźcą i szukasz lokum zadzwoń lub napisz: +48 696 716 180 (godz. 9.00-17.00), biuro.bialystok@caritas.pl</li> <li>• Wolontariat, duże darowizny od firm: +48 664 762 880, wolontariat.bialystok@caritas.pl</li> <li>• Dary rzeczowe od osób indywidualnych: Centrum Pomocy SAMARYTANIN, ul. Kolejowa 26A w Białymstoku pon.-pt. 9.00-18.00, tel. (85) 722 25 21 (aktualna lista potrzebnych produktów: <a href="https://bit.ly/3hvpSlq">https://bit.ly/3hvpSlq</a>)</li> <li>• wpłaty na konto: 66 1240 5211 1111 0000 4931 3527 z dopiskiem: UKRAINA lub bezpośrednio przez stronę Caritas na: <a href="https://bit.ly/36LzUwF">https://bit.ly/36LzUwF</a></li> <li>• Inne sprawy: centrala, biuro Caritas, ul Warszawska 32, 15-077 Białystok, tel. (85) 651 90 08, e-mail: <a href="mailto:bialystok@caritas.pl">bialystok@caritas.pl</a></li> </ul>
3.	<b>Fundacja Spe Salvi</b>	ul. Warszawska 50 Białystok tel. <b>85 732-01-34</b> w godz. 8.00 – 13.00 od poniedziałku do piątku	<p><b>Rzeczy, które zbierają:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* nowe koce i śpiwory</li> <li>* środki opatrunkowe i medyczne</li> <li>* żywność długoterminowa</li> <li>* środki higieniczno-chemiczne</li> </ul> <p><b>Nie zbierają odzieży i obuwia!</b></p>
4.	<b>Polski Czerwony Krzyż</b>	ul. Warszawska 29 Podlaski Oddział Okręgowy	<p>Wpłaty na pomoc Ukrainie można kierować na konto: 16 1160 2202 0000 0002 7718 3060 z dopiskiem „UKRAINA”.</p> <p>Pozyskane środki będą przeznaczone w pierwszej kolejności m.in. na zakup żywności,</p>

		tel. <b>85 741-60-91</b> Oddział regionalny tel. <b>85/ 741-66-33</b>	materiałów opatrunkowych oraz zabezpieczenie innych priorytetowych potrzeb.
<b>5.</b>	<b>Stowarzyszenie „Ku Dobrej Nadziei”</b>	Grunwaldzka 76 Białystok <b>tel. 500 191 198</b>	<p><b>Zbiórka:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>nowe koce i śpiwory</b></li> <li>- <b>środki opatrunkowe i medyczne:</b> koce termiczne, gazy jałowe, kompresy jałowe, bandaże elastyczne, sól fizjologiczna, środki odkażające, rękawiczki jednorazowe, chusty opatrunkowe sterylne, opaski uciskowe, nożyczki do opatrunków, woda utleniona lub oktanisept, leki przeciwbólowe i przeciwgorączkowe (w tabletkach, czopkach i syropach), węgiel, witamina d, c, cynk, tabletki do ssania od bólu gardła, spray do nosa od kataru, maść bepanten, altacet, fastum, tribiotyki, rywanol.</li> <li>- <b>żywność długoterminowa:</b> szczególnie dania i zupki ekspresowe/typu instant do zalewania wrzątkiem, batony energetyczne, czekolady, kisiele/budynie typu gorący kubek, konserwy/puszki/słoiki z gotowymi daniami typu bigos, fasolka po bretońsku, kapuśniak z kiełbaską, grochówka żołnierska, pulpety w sosie, flaki oraz suche produkty: cukier, kasze, makarony, mąki, kawa, woda, herbata, oleje.</li> <li>- <b>środki higieniczno-chemiczne:</b> szczególnie podpaski, pieluchy (zwłaszcza małe rozmiary), szampony, żele i mydła, papier toaletowy, środki piorące, chusteczki nawilżone dezynfekcyjne.</li> <li>- <b>żywność dla dzieci:</b> zwłaszcza dla niemowląt i najmłodszych dzieci oraz kaszki, mleko, soczki, dania gotowe w słoiczkach, chrupki do mleka.</li> </ul> <p>Rzeczy te można przynosić do użytkowanego wspólnie z K.Ch.B. Droga Zbawienia budynku przy ul. Św. Rocha 23 w Białymstoku (dawne kino Syrena) w następujących godzinach:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- poniedziałek - piątek: 15:00 - 18:30</li> <li>- sobota: 10:00 - 14:00</li> </ul> <p>Jeśli ktoś z Państwa chce przekazać dary w godzinach wcześniejszych, może to zrobić w Centrum Aktywności Społecznej przy Św. Rocha 3.</p>
<b>6.</b>	<b>Prawosławny Ośrodek Miłosierdzia „Eleos”</b>	ul. Św. Mikołaja 5 Białystok	<p>Wspólnie z Niepubliczną Szkołą św. św. Cyryla i Metodego w Białymstoku prowadzą zbiórkę darów dla uchodźców z Ukrainy!</p> <p>Dary można przynosić w godz. 8.00-16.00 do budynku Szkoły przy ulicy Waryńskiego 30</p>

		<p>tel. 85 742 65 00 +48 607 740 560</p>	<p><b>Lista potrzeb:</b>  <b>Środki higieny osobistej (tylko nowe):</b>  - pasta do zębów, szczoteczki do zębów, pieluchy dla dzieci od 2 miesięcy do 2 lat, podpaski, krem do twarzy, rąk, szampon do włosów, mydło, proszek do prania odzieży, płyn do płukania odzieży,  <b>Odzież (tylko nowa!!! )</b>  - ubrania dla kobiet (rozm. 38-44), buty dziewczęce i chłopięce rozm. 33-28), kaptcie, klapki dla dzieci i dorosłych, szlafroki, bielizna dla dziewczynek w wieku 6-15 lat, bielizna dla kobiet, koszulki i bluzki niemowlęce, spodnie dla dzieci (chłopcy, dziewczynki), bluzki, kurtki, rajstopy, skarpety,  <b>Leki (tylko nowe)</b>  - leki na biegunkę, leki przeciwbólowe i przeciwgorączkowe,  <b>Inne (tylko nowe):</b>  - wózek niemowlęcy, chodzik niemowlęcy, miski do prania – 20 szt, zabawki dla dzieci, kolorowanki + przybory piśmiennicze, suszarki do suszenia ubrań – 20 szt., kaszki, zupki, soki  <b>Darowizny i ofiary</b> można wpłacać na konto ELEOS Prawosławny Ośrodek Miłosierdzia Diecezji Białostocko-Gdańskiej 5 1240 5211 1111 0000 4926 1525</p>
7.	<b>Bank Żywności Białystok-Suwałki</b>	<p>MAGAZYN W B-STOKU ul. Węglowa 8, tel. 87 567 46 74</p>	<p>Od 1 marca ruszyła zbiórka żywności on-line (<a href="http://www.zbiorkazywnosci.pl">www.zbiorkazywnosci.pl</a>) z przeznaczeniem na pomoc żywnościową dla uchodźców z Ukrainy. Przyjmują darowizny żywnościowe w ilościach hurtowych.</p>
8.	<b>Stowarzyszenie Pomocy Rodzinie „Droga”</b>	<p>ul. Proletariacka 21 Białystok tel./fax. 85 652 47 17, 85 652 18 36</p>	<p>- jeśli ktoś potrzebuje <b>jedzenia, środków higieniczno - chemicznych</b> - w każdy poniedziałek i czwartek w godzinach 10.00 - 13.00 do siedziby ul. Proletariacka 21.  - jeśli ktoś potrzebuje <b>darów rzeczowych, ubrań obuwia, zabawek, akcesoriów dla dzieci</b> - w każdy poniedziałek, wtorek, piątek w godzinach 9.00 - 12.00 Centrum Darów ul. Węglowa.  - pomoc w różnych sprawach indywidualnie - ul. Proletariacka 21, tel./fax. <b>85 652 47 17, 85 652 18 36</b></p>
9.	<b>Fundacja Polza</b>	<p>Białystok ul. Św. Rocha 3 lok. 03</p>	<p>Fundacja oferuje pomoc w integracji i adaptacji cudzoziemców, pochodzących z krajów szczególnie sąsiadujących z Polską: Białoruś, Ukraina, Rosja. Wspierają</p>

		+48 691 681 491 Daria Szydłowska +48 607 044 216 Kateryna Hatsko fundacjapolza@gmail.com	rozwój osobisty, społeczny i zawodowy. Wspierają współpracę nowych mieszkańców pochodzących ze wschodu na rzecz zachowania tradycji, tożsamości i integracji ze społecznością lokalną.
10.	<b>Fundacja OKNO NA WSCHÓD</b>	ul. Ciepła 40 lok. 15 15-472 Białystok fundacja@onw.org.pl <b>(85) 661 09 33</b> poniedziałek – piątek 08:00 – 16:00	<b>Centrum Wsparcia Cudzoziemców</b>  Celem Centrum jest pomoc w adaptacji cudzoziemcom mieszkającym w Białymstoku. Jest to przestrzeń dla edukacji, rozwoju oraz integracji cudzoziemców. Dają im wsparcie, wiedzę, znajomości i możliwości, pomagają szybciej odnaleźć się w nowym, polskim środowisku.
11.	<b>Fundacja „Dialog”</b>	ul. Ks. Adama Abramowicza 1 15-872 Białystok <b>+48 85 742 40 41</b> <b>+48 664 765 111</b>  <a href="mailto:biuro@mentoring.pl">biuro@mentoring.pl</a>	Fundacja od wielu lat wspiera uchodźców. Prowadzi Ośrodek Pobytu Tymczasowego, mieszkania wspierane i noclegownię. Fundacja uruchomiła całodobowy telefon <b>85 742 40 90</b> po to, aby kojarzyć rodziny potrzebujące mieszkania i oferujące pomoc w zakwaterowaniu, posiada też bazę osób chętnych do pomocy.  S O S dla Ukrainy! Zbiórka na utworzenie domu pomocy Zbiórkę można wesprzeć tutaj: <a href="https://www.facebook.com/351441625847/posts/10158522884035848/">https://www.facebook.com/351441625847/posts/10158522884035848/</a>

Osoby przybywające z Ukrainy, które nie mają zapewnionego miejsca pobytu (noclegu) w Polsce, mogą udać się do punktu informacyjnego w Białymstoku na dworcu kolejowym lub skontaktować się z **Miejskim Centrum Zarządzania Kryzysowego – tel. 85 879 73 28/27, 85 743 61 48/49**. Otrzymają tam informacje na temat pobytu w Polsce oraz zostanie im wskazane tymczasowe zakwaterowanie. Wszyscy mają też dostęp do bezpłatnej opieki medycznej i polskiej służby zdrowia.

#### **Kontakt do Wojewódzkiego Centrum Zarządzania Kryzysowego - WCZK**

numer telefonu: **85 743 95 35**

numer fax: 85 73 22 492

e-mail główny: [czk@bialystok.uw.gov.pl](mailto:czk@bialystok.uw.gov.pl); e-mail zapasowy: czkbialystok@wp.pl (używać, gdy nie działa główny)

## **ŁOMŻA**

**Fundacja Ocalenie - Centrum Pomocy Cudzoziemcom (CPC) w Łomży** - Fundacja Ocalenie pomaga uchodźcom i uchodźczynom, migrantom i migrantkom, repatriantom i repatriantkom urządzić nowe życie w Polsce. Pomagamy znaleźć i wyremontować pokój lub mieszkanie, wypełniamy dokumenty, prowadzimy psychoterapię, uczymy polskiego, udzielamy pomocy prawnej.

Centrum Pomocy Cudzoziemcom pracuje od poniedziałku do piątku w godz. 9.00-17.00. Pracują zdalnie (e-mail, telefon) i w biurze fundacji (tylko na umówione wizyty).

Aby umówić się na konsultację on-line lub na wizytę w biurze należy napisać: [cpc@cpc.org.pl](mailto:cpc@cpc.org.pl). Umawiają na konsultacje w biurze z tygodniowym wyprzedzeniem.

### **Adres w Łomży**

ul. Sadowa 8

18-400 Łomża

Poniedziałek – Piątek

8:00 – 16:00

E-mail: [biuro@ocalenie.org.pl](mailto:biuro@ocalenie.org.pl)

## **Związek Ukraińców Podlasia**

Związek Ukraińców Podlasia wspiera i włącza się w akcję Ukraińskiego Domu w Warszawie oraz Fundacji „Nasz Wybór” – Фундація Наш вибір!

Bezpośrednie wpłaty na konto Fundacji Nasz Wybór (tytuł przelewu: darowizna):

PL 39 1440 1387 0000 0000 1295 6509

SWIFT: BPKOPLPW

albo: <https://pomagam.pl/solidarnizukraina>

Osoby z Ukrainy, które potrzebują tymczasowego mieszkania, znajdą pomoc na stronie Ukraińskiego Domu w Warszawie. Należy w tym celu wypełnić formularz znajdujący się pod linkiem:

<https://ukrainskidom.pl>

Na stronie Ukraińskiego Domu w Warszawie mogą się również rejestrować osoby, które oferują mieszkania uchodźcom z Ukrainy:

<https://ukrainskidom.pl>

Dokładna informacja:

POMAGAMY UKRAINIE

<https://www.facebook.com/790410867684271/posts/5047086498683332/?sfnsn=mo>

### **Adres**

ul. Kryniczna 14, skrytka pocztowa 77, 17-100 Bielsk Podlaski

### **Telefon**

[\(+48\) 661 566 333](tel:+48661566333)

[\(+48\) 607 265 339](tel:+48607265339)

[biuro@zup.org.pl](mailto:biuro@zup.org.pl)

## **SUWAŁKI**

Od 1 marca w Suwałkach przy ul. Kościuszki 71 działa **Centrum Informacji i Pomocy Cudzoziemcom**

### **Centrum oferuje:**

1. konsultacje indywidualne i grupowe
2. Doradztwo i pomoc w sprawach administracyjnych
3. Pomoc w znalezieniu pracy
4. Pomoc w znalezieniu mieszkania
5. Pomoc psychologiczną

Godziny pracy - pon.-pt. 10:00 – 15:00

**tel. 577 559 857**

Specjalny numer telefonu, czynny przez 24h. Mogą na niego dzwonić wszyscy, którzy szukają informacji lub chcą pomóc ludności ukraińskiej, która trafi do Suwałk **tel. 500 305 655**, e-mail: [wso@um.suwalki.pl](mailto:wso@um.suwalki.pl)

Koordinacją pomocy urzędowej i administracyjnej dla ludności ukraińskiej zajmuje się Robert Januć (87 562 81 23), Naczelnik Wydziału Spraw Obywatelskich.

Ukraińcy, którzy trafią do Suwałk zostaną również objęci pomocą społeczną przez Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie, psychologiczną przez Poradnię Psychologiczno-Pedagogiczną, a dzieciom zorganizowane będą zajęcia w przedszkolach i szkołach. Miasto również będzie udzielało wszelkich informacji na temat możliwości opieki zdrowotnej.

Koordinacją pomocy społecznej zajmuje się Wiesława Szyszko (87 562 89 90), kierownik działu pomocy środowiskowej oraz Renata Racis (87 562 89 88), zastępca kierownika, pracownik ds. cudzoziemców,

Koordinacją pomocy psychologicznej zajmuje się Barbara Leśniewska – Gawryś, Małgorzata Osowska, Barbara Boruta (793 868 284)

Koordinacją spraw oświatowych zajmuje się Roman Rynkowski (502836180), zastępca Prezydenta Suwałk oraz Dorota Sidorowicz (781 271 132) Naczelnik Oświaty i Wychowania,

Koordinacją spraw z zakresu opieki zdrowotnej zajmuje się Łukasz Mazalewski (87 563 56 14) i Honorata Rudnik (87 563 56 03) z Wydziału Spraw Społecznych i Zdrowia.