

| Témakör   | Szervezet   | Honlap (link)  | Telefon  | Email   |
|---|---|--|--|---|
| <b>ÁLLAMI SZERVEK, SZEREPLŐK:</b>   |   |  |  |   |
| Alapvető, emberi jogot érintő panaszok  | Alapvető Jogok Biztosának Hivatala  | <a href="https://www.ajbh.hu/web/guest/tajekoztato">https://www.ajbh.hu/web/guest/tajekoztato</a>  | 06 1 475 7129<br>06 1 475 7100<br>06 80 215 000  | panasz@ajbh.hu  |
| Közzétételben iskola elleni, de nem tanszabadságos panaszok: jogszerűtlen kirúgás, értékelés stb.                                   | Alapvető Jogok Biztosának Hivatala  | <a href="https://www.ajbh.hu/web/guest/tajekoztato">https://www.ajbh.hu/web/guest/tajekoztato</a>  | 06 1 475 7129<br>06 1 475 7100<br>06 80 215 000  | panasz@ajbh.hu  |
| Felsőoktatásban panaszok egyedi ügyekben -- ha az egyetem belső jogorvoslati eljárásait már kimerítette                             | Alapvető Jogok Biztosának Hivatala  | <a href="https://www.ajbh.hu/web/guest/tajekoztato">https://www.ajbh.hu/web/guest/tajekoztato</a>  | 06 1 475 7129<br>06 1 475 7100<br>06 80 215 000  | panasz@ajbh.hu  |
| Általános jogi segítségnyújtás<br>Pest megyei lakóhellyel/tartózkodási hellyel/bejelentett munkahellyel rendelkező ügyfelek részére | Pest Megyei Kormányhivatal Gyámügyi és Igazságügyi Főosztály Igazságügyi Osztálya Jogi Segítségnyújtó Osztály | <a href="https://www.kormanyhivatal.hu/hu/pest/szervezeti-egysegek-elerhetosegei/gyamugyi-es-igazsagugyi-foosztaly/igazsagugyi-osztaly">https://www.kormanyhivatal.hu/hu/pest/szervezeti-egysegek-elerhetosegei/gyamugyi-es-igazsagugyi-foosztaly/igazsagugyi-osztaly</a>  | 06 1 236 3957  | igazsagugy@pest.gov.hu  |
| Áldozatsegítő Vonal bűncselekmény áldozatainak  | Igazságügyi Minisztérium  | <a href="https://www.kormanyhivatal.hu/hu/aldozatsegito-szolgalat-at">https://www.kormanyhivatal.hu/hu/aldozatsegito-szolgalat-at</a>  | 06 80 225 225  |   |
| Áldozatsegítő Központ bűncselekmény áldozatainak  | Igazságügyi Minisztérium<br>Adott megyei illetékeségű<br>Áldozatsegítő Központok                              | <a href="https://vansegitsege.hu/aldozatsegito_kozpontok">https://vansegitsege.hu/aldozatsegito_kozpontok</a>  | központi telefonszám: 06 80 225 225<br>Budapest: +36-1-550-1636<br>Kecskemét: +36-76-795-955<br>Miskolc: +36-46-303-070<br>Pécs: +36 72 896 410<br>Szeged: +36 62 795 141<br>Szolnok: +36-56-795-984<br>Szombathely: +36-30-682-7113, +36-30-662-2187<br>Veszprém: +36-88-551-998  | attól függően, hogy hol él az áldozat:<br>aldozatsegitokozpontbudapest@im.gov.hu,<br>askmiskolc@im.gov.hu, askszombathely@im.gov.hu,<br>askpecs@im.gov.hu, askszeged@im.gov.hu,<br>askkecskemets@im.gov.hu, askveszprems@im.gov.hu,<br>askszolnok@im.gov.hu |
| Általános jogi segítségnyújtás és jogi képviselet országosan  | Állami Jogi Segítségnyújtó Szolgálat<br>Megyei Kormányhivatalok Jogi segítségnyújtó Osztályai                 | <a href="https://igazsagugyiinformaciok.kormany.hu/jogi-segitsegnyujtas">https://igazsagugyiinformaciok.kormany.hu/jogi-segitsegnyujtas</a><br><a href="https://igazsagugyiinformaciok.kormany.hu/download/c/2b/e0000/jogi%20Seg%3%ADts%3%A9gny%3%BAjt%3%A1s%20-%20el%3%A9rhet%3%91s%3%A9gek.pdf">https://igazsagugyiinformaciok.kormany.hu/download/c/2b/e0000/jogi%20Seg%3%ADts%3%A9gny%3%BAjt%3%A1s%20-%20el%3%A9rhet%3%91s%3%A9gek.pdf</a> | Megyei kormányhivatalok főosztályai<br>Elérhetőségek ITT:<br><a href="https://igazsagugyiinformaciok.kormany.hu/download/c/2b/e0000/jogi%20Seg%3%ADts%3%A9gny%3%BAjt%3%A1s%20-%20el%3%A9rhet%3%91s%3%A9gek.pdf">https://igazsagugyiinformaciok.kormany.hu/download/c/2b/e0000/jogi%20Seg%3%ADts%3%A9gny%3%BAjt%3%A1s%20-%20el%3%A9rhet%3%91s%3%A9gek.pdf</a> |   |
| Fogyatékosági tanácsadás  | Fogyatékosági tanácsadók országosan, a családsegítő szolgálatoknál minden megyében                            | <a href="https://www.efiportal.hu/a-projekt-szolgáltatasai/informacios-es-koordinacios-pontok/">https://www.efiportal.hu/a-projekt-szolgáltatasai/informacios-es-koordinacios-pontok/</a>  | megyéenként eltérő   | megyéenként eltérő  |
| Betegjogi panaszok, ellátási hiányosságok, eü intézményekkel kapcsolatos problémák  | Betegjogi képviselő minden kórházban, IJSZ = Integrált Jogvédelmi Szolgálat (OBDK utódja)                     | <a href="http://www.ijsz.hu/jogvedelmi-kepviselok-elerhetosegei.html">http://www.ijsz.hu/jogvedelmi-kepviselok-elerhetosegei.html</a>  |  |   |
| Szociális intézményekben történő jogsértések  | Ellátottjogi képviselő, IJSZ  | <a href="https://www.ijsz.hu/jogvedelmi-kepviselok-elerhetosegei.html">https://www.ijsz.hu/jogvedelmi-kepviselok-elerhetosegei.html</a>  |  |   |
| Gyermekvédelmi intézményekben, nevelőszülőnél történő jogsértések   | Gyermekjogi képviselő, IJSZ   | <a href="https://www.ijsz.hu/jogvedelmi-kepviselok-elerhetosegei.html">https://www.ijsz.hu/jogvedelmi-kepviselok-elerhetosegei.html</a>  |  |   |
| Média, televízió, rádió, újság tartalommal kapcsolatos panasz   | Nemzeti Média- és Hírközlési Hatóság  | <a href="http://nmhh.hu/cikk/497/Ugyfelszolgalataink-elerhetosegei-es-nyitvatartasi-rendje">http://nmhh.hu/cikk/497/Ugyfelszolgalataink-elerhetosegei-es-nyitvatartasi-rendje</a>  | (+36 1) 468 0673   | info@nmhh.hu  |
| Nemzetközi válással, gyermekelhelyezéssel, nemzetközi gyermekelvitellel és tartásdíjjal kapcsolatos ügyekben                        | Igazságügyminisztérium Nemzetközi Magánjogi Főosztálya  |  | 06 1 795 5397 / 06 1 795 3188<br>Fax: 06 1 795 0463  | nmfo@im.gov.hu  |
| Elterelést nyújtó intézmények listája   |   | <a href="http://igazsagugyiinformaciok.kormany.hu/drogprevencio">http://igazsagugyiinformaciok.kormany.hu/drogprevencio</a>  |  |   |
| Rendőri intézkedésekkel kapcsolatos panaszok  | Alapvető Jogok Biztosának Hivatala Rendészeti Igazgatóság   | <a href="https://www.ajbh.hu/rendeszeti-igazgatóság-tajekoztatás">https://www.ajbh.hu/rendeszeti-igazgatóság-tajekoztatás</a><br><a href="https://www.ajbh.hu/rendeszeti-igazgatóság-panasz-benyujtása">https://www.ajbh.hu/rendeszeti-igazgatóság-panasz-benyujtása</a>   | 06 1 475 7100  | panasz@ajbh.hu  |

|  |   |  |  |   |
|--|---|--|--|---|
| Egyenlő bánásmód sérelme, diszkrimináció   | Alapvető Jogok Biztosának Hivatala Egyenlő Bánásmódért Felelős Főosztály  | <a href="https://www.ajbh.hu/ebff-kerelem-benyujtasa">https://www.ajbh.hu/ebff-kerelem-benyujtasa</a><br><a href="https://www.ajbh.hu/ebff-mikor-serul-az-egyenlo-banasmod-kovetelmenye">https://www.ajbh.hu/ebff-mikor-serul-az-egyenlo-banasmod-kovetelmenye</a> | (06-1-) 475-7100<br>(06-1-) 475-7129   | emailben nem lehet eljárást indítani  |
| Fogyasztóvédelem   | megyei kormányhivatalok fogyasztóvédelmi osztályai  | <a href="https://fogyasztovedelem.kormany.hu/#/fogyasztovedelmi_hatosag">https://fogyasztovedelem.kormany.hu/#/fogyasztovedelmi_hatosag</a>  | megyéenként eltérő   | megyéenként eltérő  |
| <b>CIVIL SZERVEZETEK:</b>  |   |  |  |   |
| Antiszemitizmus, zsidóellenes jogsértések  | Tett és Védelem Alapítvány  | <a href="https://tev.hu/jogsegely/">https://tev.hu/jogsegely/</a>  | 06 1 510 0000  | info@tev.hu   |
| Büntetővégrehajrással, menedéjjoggal és rendészeti joggal kapcsolatosan kérdések   | Magyar Helsinki Bizottság   | <a href="https://helsinki.hu/segitseg-kerese/">https://helsinki.hu/segitseg-kerese/</a>  | 06 1 321 4323 / 06 1 321 4327 / 06 1 321 4141  | helsinki@helsinki.hu  |
| Fogyatékossgal élő emberek segítése a következő témákban: Hátrányos megkülönböztetés (foglalkoztatási, képzési-oktatási, egészségügyi, szociális, lakhatási területen), fogyatékos személyeket – hozzátartozóikat megillető ellátások és támogatások, munkajogi kérdések, komplex rehabilitáció, polgári jogterület - cselekvőképességet érintő gondnokság, támogatott döntéshozatal | Kézenfogva Alapítvány   | <a href="http://kezenfogva.hu/">http://kezenfogva.hu/</a>  | 06 1 215 52 13 / 06 1 217 81 00  | kezenfogva@kezenfogva.hu  |
| Gyermekbántalmazás elleni fellépés, szexedukáció   | Hintalovon Alapítvány: <b>2021-ben nem vállalnak új ügyet, a honlapjukon lévő chatbotjukon keresztül (honlap jobb alsó sarok) lehet segítséget kérni.</b> | <a href="http://www.hintalovon.hu/">http://www.hintalovon.hu/</a><br>gyakori kérdések: <a href="https://hintalovon.hu/esettanulmanyok/">https://hintalovon.hu/esettanulmanyok/</a>   |  |   |
| Gyermekkiemelés szegénység miatt, Budapesten   | Utcajogász Egyesület  | <a href="http://avarosmindenkie.blog.hu/">http://avarosmindenkie.blog.hu/</a>  | Ország Dóra (0630-167-2588)<br>+36 20 282 3616<br>kedden és csütörtökön<br>17 és 19 óra között.  | avarosmindenkie@gmail.com   |
| Hajléktalanság, kilakoltatás, lakhatás + "lakcím kérdésekben, végrehajtási ügyekben, szegénységgel összefüggő szabálysértési ügyekben, szociális ellátásokkal, illetve általánosságban lakásbérleti szerződéssel kapcsolatos kérdések"   |   | <a href="https://utcajogasz.hu/">https://utcajogasz.hu/</a>  | Csak sürgős, rövid határidős jogi ügyben, minden más esetben email-ben várjuk a megkeresését.    | utcajogasz@gmail.com  |
| HIV-vel / kapcsolódó egészségügyi ellátással kapcsolatos kérdések  | Háttér Társaság Jogsegélyszolgálat  | <a href="http://www.hatter.hu/jogsegely">http://www.hatter.hu/jogsegely</a>  | 137 37 (ingyenes szám) / 06 1 329 3380<br>üzenetrögzítő: 06 1 6 333 454                          | jogsegely@hatter.hu   |
| HIV-vel élők érdekvédelmi szervezete   | RetroPajzs Egyesület  | <a href="https://www.retropajzs.hu/">https://www.retropajzs.hu/</a>  | 06 70 785 8026<br>hétfőn, szerdán és pénteken 17:00-19:00 között                                 | info@retropajzs.hu  |
| LMBTQI-embereket érintő jogsértések  | Háttér Társaság Jogsegélyszolgálat  | <a href="http://www.hatter.hu/jogsegely">http://www.hatter.hu/jogsegely</a>  | 137 37 (ingyenes szám) / 06 1 329 3380<br>üzenetrögzítő: 06 1 6 333 454                          | jogsegely@hatter.hu   |
| Mediációs szolgáltatás   | Partners Hungary Alapítvány   | <a href="https://partnershungary.hu/">https://partnershungary.hu/</a>  | 06 70 944 6196   | irodavezeto@partnershungary.hu  |
| Menekültek és más harmadik országbeliek támogatása   | Menedék - Migránsokat Segítő Egyesület  | <a href="http://menedek.hu/">http://menedek.hu/</a>  | 06 1 322 1502  | menedek@menedek.hu  |
| Mozgáskorlátozott emberek segítése, főleg TB-ügyek   | Mozgáskorlátozottak Egyesületeinek Országos Szövetsége (MEOSZ)  | <a href="http://www.meosz.hu/rolunk/kapcsolat/">http://www.meosz.hu/rolunk/kapcsolat/</a>  | 06 1 388 2387 / 06 1 388 2388<br>Fax: 06 1 454 1144  | meosz@meosz.hu  |
| Autista emberek országos érdekvédő szervezete (jogsegély, és tájékoztatás ellátásokról, szolgáltatásokról)   | Autisták Országos Szövetsége (AOSZ)   | <a href="https://aosz.hu/kapcsolat/">https://aosz.hu/kapcsolat/</a>  | 06 1 354 1073 és 06 1 266 53 92<br>Hétfő-csütörtök: 9-16 óra között.<br>Péntek: 9-14 óra között. | info@esoember.hu  |
| Értelmi fogyatékos emberek országos érdekvédő szervezete (jogsegély, és tájékoztatás ellátásokról, szolgáltatásokról)  | Értelmi Fogyatékossgal Élők és Segítőik Országos Érdekvédelmi Szövetsége (ÉFOÉSZ)   | <a href="https://efoesz.hu/kapcsolat/">https://efoesz.hu/kapcsolat/</a>  | 06 1 411 13 56   | efoesz@efoesz.hu  |
| Mentális zavarban szenvedők segítése (ellátások és zárt osztályos kezelés kapcsán nyújt jogsegélyt)  | Pszichiátriai Érdekvédelmi Fórum (PÉF)  | <a href="https://www.pef.hu/static/?path=elerhetosegeink">https://www.pef.hu/static/?path=elerhetosegeink</a>  | 06 1 341 0521<br>06 30 561 8816  | <a href="https://www.pef.hu/jogsegely/">https://www.pef.hu/jogsegely/</a><br>pef@hu.inter.net   |
| Munkajoggal, társadalombiztosítással, adózással, társasági joggal kapcsolatos kérdések   | JOGpontok Jogsegélyszolgálat  | <a href="https://www.jogpontok.hu/">https://www.jogpontok.hu/</a>  | 06-80-77-88-00<br>hétfőtől vasárnapig 09:30-19:30 között   | <a href="https://www.jogpontok.hu/JogsegelyEmails">https://www.jogpontok.hu/JogsegelyEmails</a> |

|   |  |  |   |  |
|---|--|--|---|--|
| Nő és gyermek bántalmazás, szexuális bántalmazás (jogi segítség)+ abortus + prostitúció. <b>Van náluk lehetőség eljárási költségek fedezésére is.</b>   | Patent Egyesület                                     | <a href="http://www.patent.org.hu/">http://www.patent.org.hu/</a>  | 06 70 220 25 05<br>szerda 16-18:<br>csütörtök 10-12   | jog@patent.org.hu  |
| Nő és gyermek bántalmazás, szexuális bántalmazás (krízistelefon)  | Nane   | <a href="http://nane.hu/">http://nane.hu/</a>  | 06 80 505 101<br>Hétfő, kedd, csütörtök, péntek 18-22 óra között,<br>szerda 12-14 óra között. | segelylevel@nane.hu<br><a href="https://nane.hu/erintetteknek/chat-segely/">https://nane.hu/erintetteknek/chat-segely/</a><br>szerdánként 16-18 óra között |
| Siket és nagyothalló emberek számára iratokat elkészítése és felvilágosítás az alábbi témákban: társadalombiztosítási ügyek, munkajog, polgári jog, büntető jog, önkormányzati, államigazgatási ügyek | Siketek és Nagyothallók Országos Szövetsége (SINOSZ) | <a href="http://sinosz.hu/">http://sinosz.hu/</a>  | 06 1 351 04 34 (munkanapokon, 8.00-14.00 óra között)  | jogsegelyszolgalat@sinosz.hu   |
| Szexmunkások elleni jogsértések   | Szexmunkások Érdekvédelmi Egyesülete (SZEEXE)        | <a href="http://szexmunka.hu">http://szexmunka.hu</a>  | 06 20 334 5210  | info@szexmunka.hu  |
| Transzfób támadások, transz embereket érintő jogsértések  | Transvanilla Transznemű Egyesület                    | <a href="https://transvanilla.hu/">https://transvanilla.hu/</a>  |   | szervezet@transvanilla.hu  |
| Várandósság, szülés, gyermekágy, anyaság – jó és rossz érzések – hívd EMMÁT ha beszélgetni szeretnél, ha információt keresel:   | EMMA Egyesület                                       | <a href="http://www.emmaegyesulet.hu/emma-vonal/">http://www.emmaegyesulet.hu/emma-vonal/</a>  | 06 80 414 565<br>minden munkanap 10-12 és 21-23 óra között                                    | emnavonal@emmaegyesulet.hu   |
| <b>ADOMÁNYOZÓ SZERVEZETEK</b>   |  |  |   |  |
| Adományok kiosztása   | Országos Roma Civil Tanács                           | <a href="https://www.facebook.com/groups/773062486432963">https://www.facebook.com/groups/773062486432963</a>                                  |   | radicsjozsi66@gmail.com  |
| Élelmiszer gyűjtési akció<br>Élelmiszer adományozás   | Magyar Élelmiszerbank Egyesület                      | <a href="https://www.elelmiszerbank.hu/">https://www.elelmiszerbank.hu/</a>  | Tel.: 06(1)261-3991   | elelmiszerbank@elelmiszerbank.hu   |
| Adományok gyűjtése, kiosztása   | SZOCSONA (Szociális Csomagküldő Mozgalom Alapítánya) | <a href="https://szocsoma.hu/">https://szocsoma.hu/</a><br><a href="https://www.facebook.com/SZOCSONA/">https://www.facebook.com/SZOCSONA/</a> |   | szocsoma@gmail.com   |
| Ingyenes adomány szállítás  | Adománytaxi  | <a href="https://adomanytaxi.hu/">https://adomanytaxi.hu/</a>  |   | info@adomanytaxi.hu  |
| Természetbeni segítség, iskolakezdés, gyermekek felzárkóztatása   | Ökumenikus Segélyszervezet                           | <a href="https://www.segelyszervezet.hu/hu">https://www.segelyszervezet.hu/hu</a>  | +36-1 289 0056<br>06 30 828 27 78<br>(munkanapokon 9 és 13 óra között hívható)                | segelyszervezet@segelyszervezet.hu   |
| Adományok, tanácsadás, szociális ellátások  | Magyar Máltai Szeretetszolgálat                      | <a href="https://maltai.hu/">https://maltai.hu/</a>  | +36 1 39 14 700<br>+36 1 39 14 704  | mmsz@maltai.hu<br>mmszok@maltai.hu   |
| Roma tehetség programot, Esélyt a szemnek! program, szeptemberben cipőt/tanszert és karácsonykor játékot gyűjt  | Új Start Alapítvány                                  | <a href="http://ujstartalapitvany.hu/">http://ujstartalapitvany.hu/</a>  | +36 30 906 0858   | info@ujstartalapitvany.hu  |
| Tárgyi adomány  | Charity Hungary Közhasznú Nonprofit Kft.             | <a href="http://cseriti.hu/hol-talalsz-minket/">http://cseriti.hu/hol-talalsz-minket/</a>  | +36 30 285 0030   | cseriti@cseriti.hu   |
| Adományok, szociális segély   | Baptista Szeretetszolgálat                           | <a href="http://www.baptistasegely.hu/">http://www.baptistasegely.hu/</a>  | 06 20 2654733   | adomany@baptistasegely.hu  |
| Családsegítés, hajléktalan és idősek emberek ellátása, tárgyi adomány   | Oltalom Karitatív Egyesület                          | <a href="https://oltalom.hu/">https://oltalom.hu/</a>  | (06-1-)210-5400   | oltalom@oltalom.hu   |
| Élelmiszer adomány  | Ételt az életért Közhasznú Alapítvány                | <a href="https://www.karitativ.hu/">https://www.karitativ.hu/</a>  | 06 30 684 68 61<br>06 30 678 32 17  | info@karitativ.hu  |
| Tehetséggondozás, tárgyi adomány  | Igazgyöngy Alapítvány                                | <a href="https://igazgyongyalapitvany.hu/">https://igazgyongyalapitvany.hu/</a>  | (0036) 54-789-010   | info@igazgyongyalapitvany.hu   |