

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

Egyenlő bánásmód sérelme, diszkrimináció	Alapvető Jogok Biztosának Hivatala Egyenlő Bánásmódért Felelős Főosztály	https://www.ajbh.hu/ebff-kerelem-benyujtasa https://www.ajbh.hu/ebff-mikor-serul-az-egyenlo-banasmod-kovetelmenye	(06-1-) 475-7100 (06-1-) 475-7129	emailben nem lehet eljárást indítani
Fogyasztóvédelem	megyei kormányhivatalok fogyasztóvédelmi osztályai	https://fogyasztovedelem.kormany.hu/#/fogyasztovedelmi_hatosag	megyénként eltérő	megyénként eltérő
CIVIL SZERVEZETEK:				
Antisemitizmus, zsidóellenes jogsértések	Tett és Védelem Alapítvány	https://tev.hu/jogsegely/	06 1 510 0000	info@tev.hu
Büntetővégrehajrással, menedéjjoggal és rendészeti joggal kapcsolatosan kérdések	Magyar Helsinki Bizottság	https://helsinki.hu/segitseg-kerese/	06 1 321 4323 / 06 1 321 4327 / 06 1 321 4141	helsinki@helsinki.hu
Fogyatékosokkal 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	Kézénfogva Alapítvány	http://kezenfogva.hu/	06 1 215 52 13 / 06 1 217 81 00	kezenfogva@kezenfogva.hu
Gyermekbántalmazás elleni fellépés, szexedukáció	Hintalovon Alapítvány: 2021-ben nem vállalnak új ügyet, a honlapjukon lévő chatbotjukon keresztül (honlap jobb alsó sarok) lehet segítséget kérni.	http://www.hintalovon.hu/ gyakori kérdések: https://hintalovon.hu/esettanulmanyok/		
Gyermekkiemelés szegénység miatt, Budapesten	Utcajogász Egyesület	http://avarosmindenkie.blog.hu/	Ország Dóra (0630-167-2588) +36 20 282 3616 kedden és csütörtökön 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"		https://utcajogasz.hu/	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	http://www.hatter.hu/jogsegely	137 37 (ingyenes szám) / 06 1 329 3380 üzenetrögzítő: 06 1 6 333 454	jogsegely@hatter.hu
HIV-vel élők érdekvédelmi szervezete	RetroPajzs Egyesület	https://www.retropajzs.hu/	06 70 785 8026 hétfőn, szerdán és pénteken 17:00-19:00 között	info@retropajzs.hu
LMBTQI-embereket érintő jogsértések	Háttér Társaság Jogsegélyszolgálat	http://www.hatter.hu/jogsegely	137 37 (ingyenes szám) / 06 1 329 3380 üzenetrögzítő: 06 1 6 333 454	jogsegely@hatter.hu
Mediációs szolgáltatás	Partners Hungary Alapítvány	https://partnershungary.hu/	06 70 944 6196	irodavezeto@partnershungary.hu
Menekültek és más harmadik országbeliek támogatása	Menedék - Migránsokat Segítő Egyesület	http://menedek.hu/	06 1 322 1502	menedek@menedek.hu
Mozgáskorlátozott emberek segítése, főleg TB-ügyek	Mozgáskorlátozottak Egyesületeinek Országos Szövetsége (MEOSZ)	http://www.meosz.hu/rolunk/kapcsolat/	06 1 388 2387 / 06 1 388 2388 Fax: 06 1 454 1144	meosz@meosz.hu
Autista emberek országos érdekvédő szervezete (jogsegély, és tájékoztatás ellátásokról, szolgáltatásokról)	Autisták Országos Szövetsége (AOSZ)	https://aosz.hu/kapcsolat/	06 1 354 1073 és 06 1 266 53 92 Hétfő-csütörtök: 9-16 óra között. Péntek: 9-14 óra között.	info@esoember.hu
Értelmi fogyatékos emberek országos érdekvédő szervezete (jogsegély, és tájékoztatás ellátásokról, szolgáltatásokról)	Értelmi Fogyatékosokkal Élők és Segítőik Országos Érdekvédelmi Szövetsége (ÉFOÉSZ)	https://efoesz.hu/kapcsolat/	06 1 411 13 56	efoesz@efoesz.hu
Mentális zavarban szenvedők segítése (ellátások és zárt osztályos kezelés kapcsán nyújt jogsegélyt)	Pszichiátriai Érdekvédelmi Fórum (PÉF)	https://www.pef.hu/static/?path=elerhetosegeink	06 1 341 0521 06 30 561 8816	https://www.pef.hu/jogsegely/ pef@hu.inter.net
Nő és gyermek bántalmazás, szexuális bántalmazás (jogi segítség)+ abortus + prostitúció. Van náluk lehetőség eljárási költségek fedezésére is.	Patent Egyesület	http://www.patent.org.hu/	06 70 220 25 05 szerda 16-18: csütörtök 10-12	jog@patent.org.hu

Nő és gyermek bántalmazás, szexuális bántalmazás (krízistelefon)	Nane	http://nane.hu/	06 80 505 101 Hétfő, kedd, csütörtök, péntek 18-22 óra között, szerda 12-14 óra között.	segelylevel@nane.hu https://nane.hu/erintetteknek/chat-segely/ 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)	http://sinosz.hu/	06 1 351 04 34 (munkanapokon, 8.00-14.00 óra között)	jogsegelyszolgalat@sinosz.hu
Szexmunkások elleni jogsértések	Szexmunkások Érdekvédelmi Egyesülete (SZEKE)	http://szexmunka.hu	06 20 334 5210	info@szexmunka.hu
Transzfób támadások, transz embereket érintő jogsértések	Transvanilla Transznemű Egyesület	https://transvanilla.hu/		szervezet@transvanilla.hu
Várandósság, szülés, gyermekágy, anyaság – jó és rossz érzések – hívj EMMÁT ha beszélgetni szeretnél, ha információt keresel:	EMMA Egyesület	http://www.emmaegyesulet.hu/emma-vonal/	06 80 414 565 minden munkanap 10-12 és 21-23 óra között	emmavonal@emmaegyesulet.hu
ADOMÁNYOZÓ SZERVEZETEK				
Adományok kiosztása	Országos Roma Civil Tanács	https://www.facebook.com/groups/773062486432963		radicsjoszi66@gmail.com
Élelmiszer gyűjtési akció Élelmiszer adományozás	Magyar Élelmiszerbank Egyesület	https://www.elelmiszerbank.hu/	Tel.: 06(1)261-3991	elelmiszerbank@elelmiszerbank.hu
Adományok gyűjtése, kiosztása	SZOCSOMA (Szociális Csomagküldő Mozgalom Alapítánya)	https://szocsoma.hu/ https://www.facebook.com/SZOCSOMA/		szocsoma@gmail.com
Ingyenes adomány szállítás	Adománytaxi	https://adomanytaxi.hu/		info@adomanytaxi.hu
Természetbeni segítség, iskolakezdés, gyermekek felzárkóztatása	Ökomenikus Segélyszervezet	https://www.segelyszervezet.hu/hu	+36-1 289 0056 06 30 828 27 78 (munkanapokon 9 és 13 óra között hívható)	segelyszervezet@segelyszervezet.hu
Adományok, tanácsadás, szociális ellátások	Magyar Máltai Szeretetszolgálat	https://maltai.hu/	+36 1 39 14 700 +36 1 39 14 704	mmsz@maltai.hu mmszok@maltai.hu
Roma tehetség programot, Esélyt a szemnek! program, szeptemberben cipőt/tanszert és karácsonykor játékot gyűjt	Új Start Alapítvány	http://ujstartalapitvany.hu/	+36 30 906 0858	info@ujstartalapitvany.hu
Tárgyi adomány	Charity Hungary Közhasznú Nonprofit Kft.	http://cseriti.hu/hol-talalsz-minket/	+36 30 285 0030	cseriti@cseriti.hu
Adományok, szociális segély	Baptista Szeretetszolgálat	http://www.baptistasegely.hu/	06 20 2654733	adomany@baptistasegely.hu
Családsegítés, hajléktalan és idős emberek ellátása, tárgyi adomány	Oltalom Karitatív Egyesület	https://oltalom.hu/	(06-1-)210-5400	oltalom@oltalom.hu
Élelmiszer adomány	Ételt az életért Közhasznú Alapítvány	https://www.karitativ.hu/	06 30 684 68 61 06 30 678 32 17	info@karitativ.hu
Tehetséggondozás, tárgyi adomány	Igazgyöngy Alapítvány	https://igazgyongyalapitvany.hu/	(0036) 54-789-010	info@igazgyongyalapitvany.hu