

GDZIE SZUKAĆ POMOCY

OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ
w Bukowinie Tatrzańskiej ul. Długa 144
czynny w dni powszednie od 7³⁰ – 15³⁰

18 207 71 10

odwiedź naszą stronę internetową
<http://www.bukowinatatrzańska.naszops.pl/przeciwdzialanie-przemocy>

- Gminny Punkt Konsultacyjny ds. Uzależnień i Przemocy Urząd Gminy Bukowina Tatrzańska

pracownik socjalny - wtorki w godz. od 14⁰⁰ do 15³⁰

psycholog - środy w godz. od 13⁴⁵ do 15²⁰
(tel.728 944 457)

terapeuta uzależnień - czwartki w godz. od 7³⁰ do 10³⁰
(tel. 607 167 689)

KOMISARIAT POLICJI w Bukowinie Tatrzańskiej

18 207 72 07

tel. alarmowe: 112 , 997

**GMINNA KOMISJA ROZWIĄZYWANIA
PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH**

18 20 00 885

**LOKALNY PUNKT POMOCY
POKRZYWDZONYM PRZESTĘPSTWEM W
ZAKOPANEM**
794 001 866

**TATRZAŃSKI OŚRODEK INTERWENCJI
KRYZYSOWEJ I WSPARCIA OFIAR PRZEMOCY
W RODZINIE**

ul. Makuszyńskiego 9
34-500 Zakopane
tel. 18 20 644 54
tel. 18 30 709 50

*pomoc specjalistyczna przede wszystkim
psychologiczna, pedagogiczna w godzinach
od 20.00 do 8.00
tel. 609 417 773,
tel. 608 783 265*

**OGÓLNOPOLSKIE POGOTOWIE
DLA OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE**

Infolinia przeznaczona jest dla osób doświadczających przemocy w rodzinie oraz jej świadków.

Poradnia telefoniczna "Niebieskiej Linii"
22 668-70-00

Poradnia mailowa "Niebieskiej Linii"
poradnia@niebieskalinia.pl

Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka:
800 12 12 12

Kryzysowy Telefon Zaufania: 116 123

Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży : 116 111

**Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w
Kryzysie Psychicznym : 800 70 2222**



PRZEMOCY W RODZINIE

**Zgodnie z art. 207 § 1 Kodeksu karnego
przemoc w rodzinie jest przestępstwem**

Definicja przemocy

Przemoc w rodzinie - to zamierzone i wykorzystujące przewagę sił działanie lub zaniechanie skierowane ku członkowi rodziny, powodujące szkody i cierpienie oraz naruszające godność i prawa jednostki .

Formy przemocy

FIZYCZNA - wszelkiego rodzaju działania bezpośrednie z użyciem siły , których rezultatem jest nieprzypadkowe zranienie np. popychanie , policzkowanie, szarpanie, kopanie.

PSYCHICZNA - zaczyna się często od ignorowania czyichś potrzeb, krytykowania poglądów, wyglądu, zazdrości ,ograniczania kontaktów z bliskimi, a kończy na groźbach, oczernianiu , oskarżaniu ,poniżaniu, wyśmiewaniu , upokarzaniu ,szantażowaniu.

EKONOMICZNA - to np. uniemożliwianie podjęcia pracy, odbieranie zarobionych pieniędzy, niszczenie własności, uniemożliwianie dostępu do wspólnych środków finansowych i dóbr materialnych.

SEKSUALNA - możemy do niej zaliczyć wszelkie zachowania na tle seksualnym , których nie chce druga osoba.

ZANIEDBANIE - ciągle niezaspakajanie podstawowych potrzeb fizycznych i emocjonalnych

PAMIĘTAJ!!!

- Przemoc w rodzinie jest przestępstwem . Masz prawo szukać specjalistycznej pomocy.
- Poniżanie i obelgi bolą tak samo jak bicie. Nie trzeba mieć siniaków by być ofiarą przemocy.

JEŻELI DOŚWIADCZASZ PRZEMOCY W RODZINIE LUB ZNASZ INNE OSOBY, KTÓRE CIERPIĄ Z TEGO POWODU:

- są bite, szarpane, popychane
- są szantażowane, straszone, poniżane, obrzucane wulgarnymi wyzwiskami
- są drastycznie zaniedbywane- pozbawione podstawowej opieki

PRZERWIJ MILCZENIE

POWIEDZ NIE PRZEMOCY !

NIEBIESKA KARTA

Podjęcie interwencji w środowisku wobec rodziny dotkniętej przemocą odbywa się w oparciu o procedurę „Niebieskie Karty” i nie wymaga zgody osoby dotkniętej przemocą w rodzinie.

Wszczęcie procedury następuje przez wypełnienie formularza „Niebieska Karta —A” przez:

przedstawiciela jednego z podmiotów tj :

- Policji,
- pomocy społecznej,
- gminnej komisji rozwiązywania problemów alkoholowych,
- oświaty
- ochrony zdrowia.

Przedstawiciele podmiotów, o których mowa wyżej przekazują wypełnioną Niebieską Kartę przewodniczącemu zespołu interdyscyplinarnego.

ŚWIADKOWIE PRZEMOCY DOMOWEJ

Świadek przemocy to bardzo ważna osoba. Ważna, bo często jedyna, która może pomóc przerwać przemoc!

- **Jeśli jesteś świadkiem przemocy domowej wobec osoby z Twojej rodziny**
- **Jeśli jesteś świadkiem przemocy domowej wobec dziecka**
- **Jeśli jesteś świadkiem przemocy domowej wobec osoby starszej i/lub niepełnosprawnej**
- **Jeśli widzisz , że ktoś z Twoich sąsiadów, znajomych, doznaje przemocy**
- **Jeśli jesteś świadkiem przemocy domowej wobec osoby Tobie nieznannej**

MOŻESZ PRZERWAĆ ZAMKNIĘTY KRĄG MILCZENIA!

MOŻESZ POMÓC!