

# STOP PRZEMOCY!

## **INFORMATOR DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU SIERADZKIEGO**



**POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE  
W SIERADZU**



## ***Drogi Czytelniku!***

*Mimo iż od prawie 20 lat w Polsce rozwija się ruch na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie, to nadal zdarza się, że to ofiary przemocy są obarczane odpowiedzialnością za sytuację, w której się znalazły. Takie bazujące na stereotypach, niemające nic wspólnego z prawdą podejście, skutkuje przyjmowaniem przez pokrzywdzonych postawy wycofania, poczucia winy, braku wiary w możliwość przeciwstawienia się problemowi. Taka sytuacja uniemożliwia udzielenie im skutecznej pomocy.*

*Chciałabym uświadomić Państwu, że prawo zabrania stosowania przemocy i krzywdzenia swoich bliskich. Jeżeli jesteście ofiarami przemocy ze strony osób najbliższych, nie wstydźcie się prosić o pomoc. Macie prawo do życia w rodzinie wolnej od przemocy, ochrony prawnej swojego życia, zdrowia, czci i dobrego imienia oraz do samodzielnego decydowania o swoim życiu osobistym. Jeżeli jesteście świadkami przemocy w rodzinie proszę:*

***Reagujcie! Nie bądźcie obojętni!***

*Mając powyższe na uwadze, przekazujemy w Państwa ręce informator, w którym znajdziecie podstawowe informacje dotyczące uzyskania kompleksowej pomocy odpowiednich służb i instytucji działających na terenie powiatu sieradzkiego oraz kraju.*

*Informator został opracowany przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sieradzu. Adresowany jest do mieszkańców powiatu sieradzkiego doświadczających przemocy w rodzinie oraz osób wspierających ich w zatrzymaniu tej przemocy.*

***Krystyna Marcińczak  
Dyrektor  
Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie  
w Sieradzu***



## **Spis treści:**

<b>Rozdział I. Podstawowe informacje.....</b>	<b>2</b>
1. Czym jest przemoc? .....	2
2. Rodzaje przemocy – charakterystyka. ....	2
3. Karta praw osoby dotkniętej przemocą w rodzinie.....	3
4. Rodzaje pomocy. ....	5
4. Co to jest Niebieska Karta? - podstawowe informacje.....	7
5. Co to jest Zespół Interdyscyplinarny? .....	9
<b>Rozdział II. Punkt Interwencji Kryzysowej w Sieradzu. ....</b>	<b>10</b>
<b>Rozdział III. Instytucje i służby zajmujące się przeciwdziałaniem przemocy w rodzinie w powiecie sieradzkim oraz na terenie całego kraju. ....</b>	<b>11</b>
<b>Rozdział IV. Organizacje pozarządowe działające na rzecz ofiar przemocy w rodzinie – przydatne linki. ....</b>	<b>15</b>

## 1. Czym jest przemoc?

Przemoc w rodzinie stanowi jednorazowe albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie, naruszające prawa lub dobra osobiste osoby najbliższej lub innej osoby wspólnie zamieszkującej lub gospodarującej, w szczególności narażające te osoby na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, naruszające ich godność, nietykalność cielesną, wolność (w tym seksualną), powodujące szkody na ich zdrowiu fizycznym lub psychicznym, a także wywołujące cierpienia i krzywdy moralne u osób dotkniętych przemocą.

## 2. Rodzaje przemocy – charakterystyka.

Przemoc w rodzinie może przybierać różne formy, wyróżnia się zwykle cztery – często współwystępujące - jej postacie (w nawiasach informacje charakterystycznych dla tych form zachowaniach osób stosujących przemoc):

- **Przemoc fizyczna** (popychanie, odpychanie, obezwładnianie, przytrzymywanie, policzkowanie, szczypanie, kopanie, duszenie, bicie otwartą ręką i pięściami, bicie przedmiotami, ciskanie w kogoś przedmiotami, powodowanie poparzeń, polewanie substancjami żrącymi, użycie broni, porzucanie w niebezpiecznej okolicy, nieudzielenie koniecznej pomocy, itp.)
- **Przemoc psychiczna** (wyśmiewanie poglądów, religii, pochodzenia, narzucanie własnych poglądów, karanie przez odmowę uczuć, zainteresowania, szacunku, stała krytyka, wmawianie choroby psychicznej, izolacja społeczna - kontrolowanie i ograniczanie kontaktów z innymi osobami, domaganie się posłuszeństwa, ograniczanie snu i pożywienia, degradacja werbalna, np. wyzywanie, poniżanie, upokarzanie, zawstydzanie, stosowanie gróźb, itp.)

- **Przemoc seksualna** (wymuszanie pożycia seksualnego, wymuszanie nieakceptowanych praktyk seksualnych, wymuszanie seksu z osobami trzecimi, sadystyczne formy współżycia seksualnego, demonstrowanie zazdrości, krytyka zachowań seksualnych kobiety, itp.)
- **Przemoc ekonomiczna** (odbieranie zarobionych pieniędzy, uniemożliwianie podjęcia pracy zarobkowej, nie zaspakajanie podstawowych, materialnych potrzeb rodziny, itp.).

### 3. Karta praw osoby dotkniętej przemocą w rodzinie.

Sprawca każdego rodzaju przemocy winien być pociągnięty do odpowiedzialności karnej.

Dla swojego bezpieczeństwa oraz bezpieczeństwa innych podejmij czynności umożliwiające pociągnięcie osoby stosującej przemoc do odpowiedzialności:

- **w sytuacjach zagrożenia życia lub zdrowia powiadom Policję (tel. 997 lub 112) lub prokuratora;** szybka reakcja umożliwi zapewnienie Tobie oraz Twoim bliskim ochrony, wszczęcie odpowiednich procedur, a także zabezpieczenie dowodów zdarzenia;
- **w razie doznania obrażeń ciała zgłoś się do lekarza** w celu udzielenia Ci pomocy medycznej; **możesz zażądać** wystawienia **bezpłatnego zaświadczenia lekarskiego** o przyczynach i rodzaju uszkodzeń ciała związanych z użyciem przemocy w rodzinie;
- **jeśli potrzebujesz rozmowy, wsparcia psychologicznego w związku z przemocą w Twojej rodzinie** albo udzielenia informacji o miejscach pomocy w Twojej najbliższej okolicy, możesz zadzwonić pod numer **800-120-002** Ogólnopolskiego Telefonu dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”, który jest **czynny całą dobę**;

- **w celu uzyskania kompleksowej pomocy możesz zgłosić się do właściwej instytucji działającej na terenie swojej gminy/ miasta/ powiatu np.**
  - Ośrodka Pomocy Społecznej,
  - Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie,
  - Ośrodka Interwencji Kryzysowej,
  - Ośrodka wsparcia,
  - Specjalistycznego Ośrodka Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie,
  - Ośrodka Pomocy dla Osób Pokrzywdzonych Przepęstwem (OPOPP),
  - Miejskiej lub Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

To osoba stosująca przemoc w rodzinie musi się liczyć z tym, że będzie zmuszona sama opuścić zajmowane mieszkanie.

- **Masz prawo żądać od Policji, prokuratury lub sądu ochrony i zapewnienia Ci bezpieczeństwa**, w szczególności poprzez izolację osoby stosującej przemoc.
- Możesz żądać:
  - zatrzymania osoby stosującej przemoc przez Policję,
  - nałożenia na nią przez prokuratora lub sąd obowiązku opuszczenia dotychczas zamieszkiwanego z Tobą lokalu,
  - nałożenia na nią przez sąd zakazu kontaktowania się z Tobą lub zbliżania do Ciebie na określoną odległość.
- Masz prawo do **żądania wszczęcia procedury „Niebieskiej Karty”** przez przedstawicieli jednostek organizacyjnych pomocy społecznej, gminnych komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, Policji, oświaty lub ochrony zdrowia.
- Masz także prawo **złożyć w sądzie cywilnym wniosek o zobowiązanie sprawcy przemocy w rodzinie do opuszczenia zajmowanego wspólnie z Tobą mieszkania**, nawet wtedy, gdy nie zdecydowałaś/eś się jeszcze na zawiadomienie Policji.



## **Jeśli jesteś świadkiem przemocy w rodzinie: Zareaguj! Nie bądź obojętny!**

- **Powiadom służby** zajmujące się przeciwdziałaniem przemocy w rodzinie (np. Policję, placówki udzielające specjalistycznej pomocy) lub **porozmawiaj z osobą dotknięta przemocą** w rodzinie i **przekonaj ją**, że ma prawo szukać pomocy.
- Jeśli jesteś świadkiem sytuacji, w której jest **zagrożone życie lub zdrowie dziecka w związku z przemocą w rodzinie**, niezależnie od zawiadomienia Policji, **zgłoś ten przypadek do sądu rodzinnego**, który może wydać stosowne zarządzenie opiekuńcze w celu ochrony dziecka.

### **4. Rodzaje pomocy.**

**Masz prawo oczekiwać od organów władzy publicznej ochrony Ciebie oraz Twojego dziecka przed przemocą lub okrucieństwem, w tym ze strony osoby Ci najbliższej.**

### **W szczególności masz prawo do:**

- Pomocy ze strony władz publicznych, w postaci m.in.:
  - **zapewnienia Tobie oraz dzieciom** pozostającym pod Twoją opieką **schronienia w specjalistycznym ośrodku wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie, bez skierowania i bez względu na dochód**, przez okres do trzech miesięcy z możliwością przedłużenia w przypadkach uzasadnionych Twoją sytuacją osobistą,

- **zapewnienia natychmiastowej pomocy psychologicznej i prawnej oraz zorganizowania Ci niezwłocznie dostępu do pomocy medycznej** w przypadku, gdy wymaga tego Twój stan zdrowia,
- **udzielenia poradnictwa; medycznego, prawnego, psychologicznego oraz socjalnego,**
- **interwencji kryzysowej i wsparcia** polegających na podjęciu działań interdyscyplinarnych na rzecz osób i rodzin będących w stanie kryzysu.
- **Pomocy lekarskiej, w tym wydania bezpłatnego zaświadczenia lekarskiego przez lekarza pierwszego kontaktu o przyczynach i rodzaju uszkodzeń ciała** związanych z życiem przemocy w rodzinie.
- **Żądania od organów ścigania wszczęcia postępowania przygotowawczego wobec osoby stosującej przemoc** w Twojej rodzinie, w razie potrzeby – jej izolacji.
- **Aktywnego udziału w postępowaniu przed prokuratorem oraz przed sądem** w charakterze strony, w tym m.in. dostępu do akt sprawy, składania wniosków dowodowych (np. przesłuchanie wskazanych przez Ciebie osób) czy też zaskarżania wydanych orzeczeń.

## 4. Co to jest Niebieska Karta? - podstawowe informacje.

**Niebieska Karta to nazwa procedury**, która obejmuje ogół czynności podejmowanych i prowadzonych przez zespół osób będących przedstawicielami jednostek organizacyjnych pomocy społecznej, gminnych komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, Policji, oświaty i ochrony zdrowia, w związku z uzasadnionym podejrzeniem istnienia przemocy w rodzinie.

- Procedurę Niebieskiej Karty może wszcząć osoba uprawniona, która w toku wykonywania swoich czynności zawodowych uzna, że wobec osoby dorosłej lub dziecka stosowana jest przemoc.

Może to być: **policjant, pracownik socjalny, nauczyciel, pedagog lub psycholog szkolny, lekarz, pielęgniarka lub ratownik medyczny.**

### **WAŻNE!**

**Do wszczęcia procedury Niebieska Karta nie jest wymagana zgoda osoby doświadczającej przemocy w rodzinie.**

### KROK PO KROKU

- Wszczęcie następuje przez wypełnienie formularza Niebieska Karta – A, przez osobę zgłaszającą (jedną z wyżej wymienionych) problem przemocy w rodzinie. Następnie formularz ten należy niezwłocznie, (nie później niż w ciągu 7 dni) przekazać do przewodniczącego zespołu interdyscyplinarnego, właściwego ze względu na miejsce zamieszkania rodziny.
- Podczas wypełnienia formularza A osoba dotknięta przemocą w rodzinie otrzymuje formularz Niebieska Karta - B, zawierający podstawowe informacje dotyczące zjawiska przemocy w rodzinie oraz wskazanie miejsc, do których osoba doznająca przemocy w rodzinie może zwrócić się po pomoc.

- Osoba doznająca przemocy w rodzinie jest zapraszana na posiedzenie zespołu interdyscyplinarnego lub grupy roboczej. Podczas spotkania analizowana jest sytuacja rodzinna tej osoby i wypełniany jest formularz Niebieskiej Karty – C. Następnie grupa robocza opracowuje indywidualny plan pomocy rodzinie, który zawiera propozycje działań pomocowych.
- Na posiedzenie zespołu lub grupy również zostaje wezwana osoba, wobec której istnieje podejrzenie, że stosuje przemoc w rodzinie, z jej udziałem wypełnia się formularz Niebieska Karta – D. Jeżeli w trakcie posiedzenia powzięta zostanie informacja, że przemoc stosowana jest w związku z nadużywaniem alkoholu, sprawca przemocy zostanie skierowany do miejskiej lub gminnej komisji rozwiązywania problemów alkoholowych.

### **Zakończenie procedury.**

W przypadku gdy przemoc w rodzinie ustanie, indywidualny plan pomocy zostanie zrealizowany, a grupa robocza orzeknie o braku zasadności podejmowania dalszych działań, wtedy następuje zakończenie procedury Niebieskiej Karty.

O zakończeniu procedury powiadamia się wszystkie podmioty uczestniczące w tym postępowaniu.

### **WAŻNE!**

Procedura Niebieskiej Karty jest prowadzona niezależnie od innych rodzajów postępowań wszczętych względem sprawcy przemocy w rodzinie, np. postępowania karnego, postępowania cywilnego czy rodzinnego.

## 5. Co to jest Zespół Interdyscyplinarny?

**Zespół Interdyscyplinarny** tworzy wójt, burmistrz lub prezydent miasta, powołując do niego przedstawicieli jednostek organizacyjnych pomocy społecznej, gminnej komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, Policji, oświaty, ochrony zdrowia i organizacji pozarządowych. **W skład Zespołu wchodzi również kuratorzy sądowi, prokuratorzy oraz przedstawiciele instytucji działających na rzecz przeciwdziałania przemocy.**

Posiedzenia zespołu interdyscyplinarnego odbywają się w zależności od potrzeb, jednak nie rzadziej niż raz na trzy miesiące.

Zadaniem Zespołu jest diagnozowanie problemu przemocy w rodzinie, podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą w celach zapobiegawczych bądź podejmowanie interwencji w środowisku.

Zadaniem Zespołu jest opracowanie i realizacja indywidualnych planów pomocy i inicjowanie działań w stosunku do osób stosujących przemoc, a następnie monitorowanie (sprawdzanie) sytuacji w tych rodzinach.

Zespół Interdyscyplinarny może tworzyć **grupy robocze** w celu rozwiązania problemów związanych z wystąpieniem przemocy w rodzinie.

W skład grupy roboczej mogą wchodzić przedstawiciele instytucji lub/i organizacji pozarządowych, wymienieni w składzie Zespołu.

## Rozdział II. Punkt Interwencji Kryzysowej w Sieradzu.

---

### Jeżeli:

- jesteś ofiarą, przemocy,
- znalazłeś/aś się w trudnej sytuacji życiowej,
- czujesz się bezradny/a
- nadużywasz alkoholu,
- jesteś niepełnosprawny/a lub masz taką osobę w rodzinie,
- chcesz uzyskać informacje o swoich prawach i uprawnieniach,
- jesteś świadkiem przemocy,
- nie potrafisz rozwiązać swoich problemów

**Przyjdź do nas!**

**Jesteśmy po to, aby Ci pomóc!**

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sieradzu prowadzi **Punkt Interwencji Kryzysowej** w ramach którego każdy mieszkaniec powiatu sieradzkiego może skorzystać z pomocy w formie poradnictwa prawnego i socjalnego, oferujemy również pomoc psychologiczną oraz certyfikowanego terapeuty leczenia uzależnień.

**Zapraszamy  
do skorzystania z bezpłatnych, także anonimowych,  
konsultacji i porad**

Dyżury specjalistów odbywają się w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Sieradzu, Plac Wojewódzki 3 (budynek Starostwa Powiatowego w Sieradzu). Porady:

- **psychologiczne** (w środy, w godz. 15:30-17:30, II piętro, pokój 210)
- **prawne** (w środy, w godz. 15:30-17:30, III piętro, pokój 316)
- **socjalne** (codziennie, w godz. 7:30-15:30, IV piętro, pokój 410)
- **w zakresie uzależnienia i współuzależnienia** (w piątki, w godz. 15:30-17:30, II piętro, pokój 212).

## Rozdział III. Instytucje i służby zajmujące się przeciwdziałaniem przemocy w rodzinie w powiecie sieradzkim oraz na terenie całego kraju.

---

Nazwy instytucji i organizacji, do których możesz zwrócić się o pomoc:

### **1. Ośrodki Pomocy Społecznej** – pomogą Ci w sprawach socjalnych, bytowych i prawnych.

1. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sieradzu, ul. Polna 5, tel. (43) 65-11-402, (43)-827-45-66.
2. Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sieradzu, ul. Armii Krajowej 5 tel. (43) 827-60-27 wew. 36, 37, 38, 39.
3. Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej we Wróblewie, Wróblew 15, 98-285 Wróblew, tel. (43) 828-66-16 .
4. Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Brzeźniu, ul. Wspólna 44, 98-275 Brzeźnio, tel. (43) 820-32-11.
5. Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Klonowej, ul. Ks.J. Dalaka 2, 98-273 Klonowa (43) 820-84-93.
6. Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Goszczanowie, ul. Kaliska 19 98-215 Goszczanów, tel/fax. (43) 829-82-41.
7. Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Brąszewicach, 98-227 Brąszewice, ul. Starowiejska 1, tel. (43) 821-13-70.
8. Miejsko - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Warcie, ul. Skarżyńskiego 12, 98-290 Warta, tel. (43) 829-40-29.
9. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Błaszczkach, 98-235 Błaszki, Lubanów 27 (43) 829-34-69.
10. Miejsko - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Złoczewie, ul. Burzenińska 4, 98-270 Złoczew. Tel. (43) 820-24-56.
11. Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Burzeninie, 98-260 Burzenin, ul. Sieradzka 4, tel. (43) 821-43-66.

**2. Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie** - pomoże Ci w zakresie prawnym, socjalnym, terapeutycznym lub udzieli informację na temat instytucji świadczących taką pomoc w Twoim powiecie lub województwie.

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie Plac Wojewódzki 3, 98-200 Sieradz**

tel. (43) 827-18-07, (43) 822-43-77, 509-951-700

adres e-mail: [pcpr.sieradz@gmail.com](mailto:pcpr.sieradz@gmail.com)

strona internetowa: [www.pcprsieradz.pl](http://www.pcprsieradz.pl)

**3. Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie** - zapewni bezpłatne schronienie Tobie i twojej rodzinie, udziela Ci specjalistycznej pomocy psychologicznej, prawnej, socjalnej, terapeutycznej i medycznej, wsparcie w przezwyciężeniu sytuacji kryzysowej, a także opracują plan pomocy.

**Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie w Łodzi.**

**Ośrodek prowadzi Stowarzyszenie Promocji Zdrowia i Psychoterapii w Łodzi** 91-837 Łódź, ul. Franciszkańska 85 tel. (42) 640 65 91.

**4. Prokuratura, Policja** – organy, do których możesz złożyć zawiadomienie o przestępstwie popełnionym na Twoją szkodę lub na szkodę Twoich bliskich i uzyskać informację o dalszym toku postępowania.

**1. Prokuratura Rejonowa w Sieradzu**

98-200 Sieradz, ul. Józefa Piłsudskiego 4 tel. (43) 826-65-20

**2. Prokuratura Okręgowa w Sieradzu**

98-200 Sieradz, ul. Józefa Piłsudskiego 4 tel. (43) 826-64-50

**3. Komenda Powiatowa Policji w Sieradzu**

98-200 Sieradz, ul. Gen. Wł. Sikorskiego 2 tel. (43) 827-77-05



## **jednostki podległe:**

### **Komisariat Policji w Błaszczach**

98-235 Błaszki Pl. Niepodległości 13A, tel. (43) 829-20-07

#### **Punkt Przyjęć Interesantów w Brąszewicach**

98-277 Brąszewice nr 54B, tel. (43) 821-17-77

#### **Punkt Przyjęć Interesantów we Wróblewie**

98-285 Wróblew, Ocin 63, tel. (43) 821-31-77

### **Komisariat Policji w Warcie**

98-290 Warta ul. 3 maja 29, tel. (43) 829-40-07

### **Komisariat Policji w Złoczewie**

98-270 Złoczew, ul. Parkowa 12b, tel. (43) 820 22 07

#### **Punkt Przyjęć Interesantów w Burzeninie**

98-260 Burzenin, ul. Sieradzka, tel. (43) 821 40 77

#### **Punkt Przyjęć Interesantów w Klonowej**

98-273 Klonowa, ul. Złoczewska, tel. (43) 820 84 77

#### **Punkt Przyjęć Interesantów w Brzeźniu**

98-275 Brzeźnio, ul. Wspólna 32, tel. (43) 820 30 77

**5.Sąd rodzinny i opiekuńczy** – możesz tam złożyć pozew w sprawach rodzinnych lub wniosek dotyczący spraw opiekuńczych Twoich dzieci.

### **Sąd Rejonowy w Sieradzu**

#### **III Wydział Rodzinny i Nieletnich**

98-200 Sieradz, ul. Aleja Zwycięstwa 1, tel. (43) 826-66-00.

**6.Ochrona zdrowia** – w placówkach medycznych możesz uzyskać zaświadczenie lekarskie o doznanych obrażeniach, poprosić o pomoc lekarską, spytać o adresy specjalistycznych poradni – dotyczy wszystkich ośrodków zdrowia POZ.

**7. Komisje rozwiązywania problemów alkoholowych** – jeśli przemoc w Twoim domu towarzyszy picie alkoholu, możesz zwrócić się do nich z wnioskiem o skierowanie sprawcy przemoc na leczenie odwykowe lub uzyskać inną pomoc związaną z nadużywaniem alkoholu.

Komisje rozwiązywania problemów alkoholowych działają w każdej gminie w powiecie sieradzkim, o pomoc w załatwieniu sprawy skierowanej do KRPA można zwrócić się do właściwego ośrodka pomocy społecznej.

## Rozdział IV. Organizacje pozarządowe działające na rzecz ofiar przemocy w rodzinie – przydatne linki.

---

Lista wybranych placówek świadczących pomoc osobom dotkniętym przemocą w rodzinie - przydatne strony internetowe oraz numery telefonów:

- [www.niebieskalinia.pl](http://www.niebieskalinia.pl) – strona dotycząca problematyki przemocy w rodzinie, **Stowarzyszenie na Rzecz Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie Niebieska Linia** ul. Jaktorowska 4, 01-202 Warszawa tel.: 22 499-37-33;
- [www.pokrzywdzeni.gov.pl](http://www.pokrzywdzeni.gov.pl) – strona Ministerstwa Sprawiedliwości dotycząca osób pokrzywdzonych przestępstwem;
- [www.rpo.gov.pl](http://www.rpo.gov.pl) – strona Rzecznika Praw Obywatelskich, instytucji do której wszyscy obywatele Rzeczypospolitej Polski mogą nadsyłać skargi dotyczące naruszenia wolności lub prawa;
- [www.dzieckokrzywdzone.pl](http://www.dzieckokrzywdzone.pl) – strona poświęcona dzieciom, na której znajdują Państwo artykuły dotyczące dzieci, informacje na temat prowadzonych kampanii.
- **800 12 12 12** - Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka. Linia interwencyjna dla dzieci i młodzieży. Psycholodzy, pedagodzy, prawnicy udzielają niezbędnego wsparcia wszystkim dzwoniącym dzieciom.  
Pod numer interwencyjny osoby dorosłe mogą zgłaszać problemy dzieci lub rażące zaniedbania względem nich.

- **116 123 Kryzysowy Telefon Zaufania** – Instytut Psychologii Zdrowia, czynny codziennie w godz. 14.00 - 22.00 połączenie jest bezpłatne. Oferta Poradni kierowana jest do osób dorosłych w kryzysie emocjonalnym, potrzebujących wsparcia i porady psychologicznej, rodziców potrzebujących wsparcia w procesie wychowawczym oraz osób niepełnoprawnych, udzielana jest pomoc psychologiczna osobom doświadczającym kryzysu emocjonalnego, samotnym, cierpiącym z powodu depresji, bezsenności, chronicznego stresu.
- **(22) 621 35 37 Telefon Zaufania** - Fundacja Centrum Praw Kobiet, która świadczy pomoc telefoniczną oraz mailową kobietom znajdującym się w trudnych sytuacjach życiowych; lub można dzwonić pod numer:
- **600 070 717 Telefon Interwencyjny** - Fundacja Centrum Praw Kobiet (telefon interwencyjny dla kobiet doświadczających różnych form przemocy) – o kontakt pod tym numerem proszone są osoby, które znalazły się w trudnej sytuacji i potrzebują interwencyjnego wsparcia, w tym m.in. niezadowolone z interwencji policji, poszukujące wsparcia w zawiadomieniu policji, informacji o tym, co mogą zrobić z problemem przemocy w związku, poszukujące interwencyjnego noclegu.







Wersja elektroniczna niniejszego informatora  
znajduje się również na stronie internetowej  
[www.pcprsieradz.pl](http://www.pcprsieradz.pl)

Opracowano i wydano ze środków Powiatu Sieradzkiego



**POWIATOWE CENTRUM  
POMOCY RODZINIE**  
Plac Wojewódzki 3  
98-200 Sieradz  
tel. 43 827 18 07  
[www.pcprsieradz.pl](http://www.pcprsieradz.pl)

