

# STOP PRZEMOCY !

## **INFORMATOR DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU SIERADZKIEGO**



**POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE  
W SIERADZU**



*To już druga edycja Informatora dla mieszkańców powiatu sieradzkiego pn. STOP PRZEMOCY. Zawiera on przydatne wskazówki i opis zagadnień związanych z problematyką przeciwdziałania przemocy w rodzinie.*

*Każdy człowiek jest istotą wolną i ma prawo do godnego życia. Działanie wymierzone przeciw tym niezbywalnym prawom osoby, jest rozumiane jako akt przemocy.*

*Dom rodzinny powinien kojarzyć się z ciepłem, miłością i akceptacją, a stosowanie przemocy przez bliskich sprawia, że staje się miejscem związanym z bólem, cierpieniem czy tragedią.*

*Jeżeli doświadczasz przemocy ze strony najbliższych  
i potrzebujesz wsparcia  
lub stosujesz przemoc i chcesz zmienić swoje postępowanie,  
aby nigdy więcej nie krzywdzić innych,  
przeczytaj, gdzie można uzyskać profesjonalną pomoc.*



## **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         |
| 5. Jesteś świadkiem? .....                                                                                                                                      | 6         |
| 6. Co to jest Niebieska Karta? - podstawowe informacje. ....                                                                                                    | 7         |
| 7. Co to jest Zespół Interdyscyplinarny? .....                                                                                                                  | 9         |
| <b>Rozdział II. Punkt Interwencji Kryzysowej w Sieradzu. ....</b>                                                                                               | <b>11</b> |
| <b>Rozdział III. Instytucje i służby zajmujące się przeciwdziałaniem<br/>przemocy w rodzinie w powiecie sieradzkim oraz na terenie<br/>całego kraju. ....</b>   | <b>12</b> |
| <b>Rozdział IV. Instytucje i organizacje pozarządowe działające na<br/>rzecz ofiar przemocy w rodzinie – przydatne linki. ....</b>                              | <b>16</b> |
| <b>Rozdział V. Oddziaływania prowadzone wobec osób stosujących<br/>przemoc w rodzinie – dane teleadresowe podmiotów oraz<br/>organizacji pozarządowych.....</b> | <b>19</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 Przestępstwem (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.

## 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.

## 5. Jesteś świadkiem?

Jeżeli jesteś sąsiadem lub znajomym osób krzywdzonych i słyszysz: awantury, krzyki lub stłumione krzyki, płacz dzieci lub nietypowe hałasy, obserwujesz, że np. koleżanka lub sąsiadka ma siniaki (lub nagle zaczęła chodzić w słonecznych okularach albo założyła bluzkę z długimi rękawami, a jest lato), możesz pomóc na kilka sposobów.

### Możesz:

- porozmawiać z osobą krzywdzoną i powiedzieć jej, że domyślasz się, że w jej domu jest przemoc; zapytać, czego by potrzebowała;
- zaoferować wezwanie policji czy też zaproponować inną pomoc - w zależności od potrzeb osoby krzywdzonej;
- jeżeli jesteś bardziej odważny/a - możesz też porozmawiać z osobą stosującą przemoc, informując ją, że wiesz o przemocy, i że przemoc jest przestępstwem;
- jeżeli chcesz pozostać najbardziej neutralny - możesz po prostu wezwać policję, zawiadomić najbliższy Ośrodek Pomocy Społecznej lub zadzwonić do "Niebieskiej Linii" pod numer **800 12 00 02 (Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie)**, czynny całą dobę);
- możesz też przekazać numer do "Niebieskiej Linii", osobie krzywdzonej.

**Pamiętaj**, że osoba krzywdzona może "kryć" sprawcę, ponieważ wstydzi się swojej sytuacji w domu. Może też nie chcieć przyznać się, że doznaje przemocy, gdyż jest zastraszona przez osobę stosującą przemoc, która powtarza na co dzień, że jest do niczego, i że nikt jej nie pomoże. Nie zniechęcaj się tym, tylko działaj!

Warto przyjrzeć się sytuacji osób krzywdzonych i udzielić im pomocy w celu przerwania przemocy. Twoja interwencja może zapoczątkować proces wychodzenia z przemocy osoby pokrzywdzonej, ale przede wszystkim może pomóc zapewnić jej bezpieczeństwo.

Jeżeli jesteś koleżanką (kolegą), przyjaciółką (przyjacielem), dobrą znajomą (dobrym znajomym) osoby krzywdzonej lub krzywdzącej:

- reaguj na każde zachowanie przemocowe pokazując, że Ci się ono nie podoba, że nie zgadzasz się na nie (np. kiedy na przyjęciu mąż wyzywa żonę od "głupiej baby", szarpnie ją, uderzy!);
- wyrażaj głośno swoje oburzenie na stosowanie przemocy;
- rozmawiaj z osobą krzywdzącą - informuj, że jej zachowania przemocowe niepokoją cię, i że "tak dalej być nie może "; nazywaj przemoc przemocą i mów, że to przestępstwo;
- rozmawiaj z osobą krzywdzoną, pytaj ją czego potrzebuje i jak możesz pomóc;
- wysłuchaj osoby krzywdzonej, zapewnij ją że w razie wystąpienia przez nią na drogę prawną - zostaniesz świadkiem w sądzie;
- udziel jej pomocy finansowej lub jakiegokolwiek innej, jakiej jesteś w stanie jej udzielić (przenocowanie, schronienie, pójście z nią do urzędu, pomoc w urządzeniu się - gdyby odeszła od krzywdziciela, itp.);
- przyjdź do niej, gdy zadzwoni do ciebie i poprosi o to;
- pomóż jej wezwać policję, jeśli jest jej trudno to zrobić; zostań jej świadkiem na policji, w sądzie;
- podaj jej telefon do "Niebieskiej Linii" **800 12 00 02 (Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie, czynny całą dobę)**;

## 6. 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 doświadczająca przemocy w rodzinie może zwrócić się po pomoc.
- Osoba doświadczająca 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.

## 7. 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 instruktora terapii 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 211)
- **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. Miejski 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 informacji 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

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 Urząd Gminy w Braszewicach**

ul. Starowiejska 1, w każdy wtorek w godzinach 12.00-14.00

#### **Punkt Przyjęć Interesantów Urząd Gminy we Wróblewie**

Wróblew 15, w każdą środę w godzinach 12.00-14.00

### **Komisariat Policji w Warcie**

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

#### **Punkt Przyjęć Interesantów Urząd Gminy w Goszczanowie**

ul. Kaliska 19, w każdy piątek w godzinach 9.00-11.00

### **Komisariat Policji w Złoczewie**

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

#### **Punkt Przyjęć Interesantów Urząd Gminy w Burzeninie**

ul. Sieradzka 4, w każdy poniedziałek w godzinach 10.00-12.00

#### **Punkt Przyjęć Interesantów Urząd Gminy w Klonowej**

ul. Ks. Dalaka 2, w każdy poniedziałek w godzinach 10.00-12.00

#### **Punkt Przyjęć Interesantów Urząd Gminy w Brzeźniu**

ul. Wspólna 44, w każdy czwartek w godzinach 10.00-12.00

**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 przemocy w Twoim domu towarzyszy picie alkoholu, możesz zwrócić się do nich z wnioskiem o skierowanie sprawcy przemocy 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. Instytucje i 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:

1. **Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”**, Aleje Jerozolimskie 155, 02-326 Warszawa  
**telefon 800 120 002 czynny całą dobę**,  
kontakt online [niebieskaLinia@niebieskaLinia.info](mailto:niebieskaLinia@niebieskaLinia.info)
2. **Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” Instytutu Psychologii Zdrowia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego**  
ul. Korotyńskiego 13, 02-121 Warszawa,  
**telefon 22 668 70 00 Poradnia telefoniczna „Niebieskiej Linii”** – czynna codziennie w godzinach 12.00-18.00 dla wszystkich osób pokrzywdzonych przestępstwem, ze szczególnym uwzględnieniem osób doświadczających przemocy w rodzinie oraz jej świadków, kontakt online: [pogotowie@niebieskaLinia.pl](mailto:pogotowie@niebieskaLinia.pl)
3. [www.pokrzywdzeni.gov.pl](http://www.pokrzywdzeni.gov.pl) – strona Ministerstwa Sprawiedliwości dotycząca osób pokrzywdzonych przestępstwem;
4. [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;
5. [www.fdds.pl](http://www.fdds.pl) – strona Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę, która oferuje pomoc krzywdzonym dzieciom i ich opiekunom

w formie bezpłatnych i anonimowych konsultacji telefonicznych i wiadomości online;

**116 111 – bezpłatny telefon zaufania dla dzieci i młodzieży,**  
czynny codziennie od 12.00- do 02.00,  
[www.116111.pl](http://www.116111.pl);

**800 100 100 – bezpłatny telefon dla rodziców i nauczycieli**  
w sprawie bezpieczeństwa dzieci, czynny od poniedziałku do  
piątku w godzinach 12.00-15.00,  
[www.800100100.pl](http://www.800100100.pl)

**6. Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka**  
czynny od poniedziałku do piątku od 8.15 - do 20.00  
**800 12 12 12**

**7. [www.liniawsparcia.pl](http://www.liniawsparcia.pl) – strona Centrum Wsparcia dla Osób**  
**w Stanie Kryzysu Psychicznego;**  
kontakt online [porady@liniawsparcia.pl](mailto:porady@liniawsparcia.pl)

**800 70 22 22 – całodobowy bezpłatny telefon**

**8. [www.cpk.org.pl](http://www.cpk.org.pl) – strona Fundacji Centrum Praw Kobiet,**  
świadczącej pomoc kobietom znajdującym się w trudnych  
sytuacjach życiowych, a w szczególności doświadczających  
różnych form przemocy  
kontakt online [porady@cpk.org.pl](mailto:porady@cpk.org.pl)

**600 070 717 – telefon interwencyjny – wsparcie**  
interwencyjne dla kobiet poszukujących informacji, co zrobić  
z problemem przemocy w związku, niezadowolonych  
z interwencji policji, poszukujących wsparcia w zawiadomieniu  
policji czy interwencyjnego noclegu.

**9. OŚRODEK POMOCY POKRZYWDZONYM PRZESTĘPSTWEM w Zduńskiej Woli – Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przepstewem w Sieradzu, ul. Tysiąclecia Państwa Polskiego 3 świadczy bezpłatną pomoc: prawną, psychologiczną, psychoterapeutyczną i materialną.**

Dyżur osoby pierwszego kontaktu – w piątki, w godz. 11:00-15:00.

Stowarzyszenie „TRAMPOLINA DLA POLSKI”  
O/Zduńska Wola

**tel. 43 659 20 09 czynny całodobowo**

kontakt online – [pokrzywdzeni.trampolina@gmail.com](mailto:pokrzywdzeni.trampolina@gmail.com)

**10. SPECJALISTYCZNE CENTRUM POMOCY „SUBVENIO”**

Łódź, ul. Rewolucji 1905r. nr 52, budynek AHE, pokój G3

[www.subvenio.org.pl](http://www.subvenio.org.pl)

**SUBVENIO** – Fundacja Interwencji Kryzysowej i Pomocy Psychologicznej świadczy bezpłatną pomoc osobom pokrzywdzonym przestępstwem.

*Dni przyjęć psychologa pierwszego kontaktu:*

- poniedziałek, wtorek w godz. 10:00 -20:00,
- środa, czwartek, piątek w godz. 8:00-18:00.

**Bezpłatnej pomocy dla osób pokrzywdzonych przestępstwem z terenu całej Polski** udziela zespół specjalistów: psychologów, psychoterapeutów, rehabilitantów, lekarzy i prawników

**tel. 514 025 546**

## **Rozdział V. Oddziaływania prowadzone wobec osób stosujących przemoc w rodzinie – dane teleadresowe podmiotów oraz organizacji pozarządowych.**

---

Trudno jest nakreślić portret osoby stosującej przemoc. Postępowanie sprawców często bywa wspierane przez czynniki kulturowe, w wielu przypadkach ma związek z używaniem alkoholu. Nic jednak nie może usprawiedliwiać przemocy. Wyłącznie odpowiedzialność za stosowanie przemocy ponosi sprawca. Stan nietrzeźwości stanowi natomiast czynnik ryzyka, mogący wyzwać bądź wzmacniać zachowania nacechowane przemocą. Wyeliminowanie alkoholu nie zawsze jest jednoznaczne z zaprzestaniem stosowania przemocy. Skuteczne zapobieganie zjawisku wymaga podejmowania różnorodnych działań w tym również bezwzględnego egzekwowania odpowiedzialności karnej sprawców. Kodeks karny przewiduje sankcje za czyny takie jak: znęcanie, naruszenie czynności narządu ciała lub rozstroju zdrowia, ciężki uszczerbek na zdrowiu, groźby karalne, zmuszanie do określonego zachowania lub zgwałcenie.

### **ODDZIAŁYWANIA KOREKCYJNO – EDUKACYJNE WOBEC OSÓB STOSUJĄCYCH PRZEMOC W RODZINIE**

Obowiązek opracowania i realizacji programów oddziaływań korekcyjno-edukacyjnych dla osób stosujących przemoc w rodzinie określony został przepisami ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie. Zadanie to realizowane jest przez powiat - powiatowe centrum pomocy rodzinie .

**Program korekcyjno-edukacyjny** dla osób stosujących przemoc w rodzinie ma charakter programu terapeutycznego, nastawionego na udzielenie pomocy psychologicznej osobom stosującym przemoc. Celem działań korekcyjno-edukacyjnych jest zmiana zachowań i postaw sprawców przemocy w rodzinie, a także zwiększenie zdolności do samokontroli agresywnych zachowań. Uczestnicy rozwijają umiejętności konstruktywnego wyrażania uczuć i rozwiązywania konfliktów bez użycia agresji.

**Program psychologiczno – terapeutyczny** realizowany jest jako uzupełnienie oddziaływań korekcyjno – edukacyjnych i przewidziany jest dla osób, które wymagają dalszej, pogłębionej terapii.

Uczestnikiem programu oddziaływań korekcyjno – edukacyjnych nie może być osoba, u której zostało rozpoznane uzależnienie od alkoholu lub narkotyków lub innych środków odurzających, substancji psychotropowych albo środków zastępczych. Osoby te, w pierwszej kolejności kieruje się na terapię uzależnień.

## **CEL ODDZIAŁYWAŃ KOREKCYJNO – EDUKACYJNYCH WOBEC SPRAWCÓW PRZEMOCY W RODZINIE:**

- powstrzymanie osoby stosującej przemoc w rodzinie przed dalszym stosowaniem przemocy;
- rozwijanie umiejętności samokontroli i współżycia w rodzinie;
- kształtowanie umiejętności w zakresie wychowywania dzieci bez używania przemocy w rodzinie;
- uznanie przez osobę stosującą przemoc w rodzinie swojej odpowiedzialności za stosowanie przemocy;
- zdobycie i poszerzenie wiedzy na temat mechanizmów powstawania przemocy w rodzinie;
- zdobycie umiejętności komunikowania się i rozwiązywania konfliktów w rodzinie bez stosowania przemocy;
- uzyskanie informacji o możliwościach podejmowania działań terapeutycznych.

**NIE ZASTANAWIAJ SIĘ!**

**SKORZYSTAJ Z POMOCY!**

Jeżeli zależy ci na zmianie swojego życia przyjdź do pracownika socjalnego i poproś o indywidualną rozmowę, znajdźcie odpowiednich specjalistów, skorzystaj ze specjalistycznego wsparcia psychologicznego lub zgłoś się do udziału w bezpłatnym programie skierowanym dla osób stosujących przemoc.

**Przyjdź do Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Sieradzu, Plac Wojewódzki 3, IV piętro, pokój 410 lub II piętro, pokój 211 i zgłoś się do pracownika socjalnego lub/i psychologa (tel. 43 827 18 07 lub 43 822 43 77). Tutaj uzyskasz informacje, gdzie realizowane są oddziaływania korekcyjno – edukacyjne.**

Specjalistycznej pomocy udzielają placówki na terenie powiatu sieradzkiego:

**1. PORADNIA PSYCHOLOGICZNA** Niepubliczny Specjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej MARK-MED. Sp. o.o. Sieradz, ul. Paderewskiego 1A tel. 43 822 06 38  
[www.markmed.webity.pl](http://www.markmed.webity.pl)

**2. PORADNIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO DLA DOROSŁYCH:**

- Niepubliczny Specjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej MARK-MED. Sp. z o.o. Sieradz, ul. Paderewskiego 1A, tel. 43 822 06 38  
[www.markmed.webity.pl](http://www.markmed.webity.pl)
- Szpital Wojewódzki im. Prymasa Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Sieradzu, Warta, ul. Sieradzka 3, tel. 43 829 40 13

**3. PORADNIA LECZENIA UZALEŻNIEŃ:**

- Niepubliczny Specjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej MARK-MED. Sp. z o.o. Sieradz, ul. Paderewskiego 1A, tel. 43 822 06 38  
[www.markmed.webity.pl](http://www.markmed.webity.pl)
- Szpital Wojewódzki im. Prymasa Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Sieradzu, Warta, ul. Sieradzka 3, tel. 43 829 40 13

**4. SIERADZKIE TOWARZYSTWO TRZEŹWOŚCI „PRZYJAŹŃ”**

Sieradz, ul. Krakowskie Przedmieście 12/1,  
tel. 43 826 35 19

**5. STOWARZYSZENIE ABSTYNENTÓW „PRYZSTAŃ”**

Sieradz, ul. Lokajskiego 1,  
tel. 43 827 19 67

[illegible]



**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)**

