

WAŻNE ADRESY I TELEFONY:

- **Zespół Interdyscyplinarny w Gminie Dąbrówka**
05-252 Dąbrówka, ul. T. Kościuszki 14, tel. 29 757 80 25
- **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Dąbrówce**
05-252 Dąbrówka ul. T. Kościuszki 14, tel. 29 757 80 25,
tel. kom.: 731 907 002
- **Komisariat Policji w Radzyminie**
05-250 Radzymin ul. Traugutta 17, tel. 47 724 77 80;
Dzielnicy Gmina Dąbrówka kom.: 600-997-212
- **Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych**
05-252 Dąbrówka ul. T. Kościuszki 14, tel. 29 642 90 01
- **Nieodpłatne Poradnictwo Obywatelskie**
05-252 Dąbrówka ul. T. Kościuszki 14
Harmonogram przyjęć:
poniedziałek 14.00 – 18.00 oraz środa 15.00 – 19.00
Zapisy do punktu pod numerem telefonu 735 736 797
- **Przychodnia Podstawowej Opieki Zdrowotnej**
05-252 Dąbrówka, ul. T. Kościuszki 16
poniedziałek –piątek w godz.: 8.00 – 18.00
tel. 22/ 760 72 03
- **Centrum Medyczne Dąbrówka**
05-252 Dąbrówka, ul. Kościelna 8D, tel. 574 137 303
- **Świat Zdrowia Centrum Medyczne**
05-254 Kuligów, ul. Warszawska 5, tel. 29 758 02 02
- **Punkt Konsultacyjno- Informacyjny**
05-252 Dąbrówka ul. T. Kościuszki 14,
Konsultanci:
Dorota Walaśkiewicz – psycholog terapeuta systemowy,
doradca zawodowy (zapisy tel. 606 44 22 72)
Anna Topolewska – konsultant ds. uzależnień, pedagog,
dyżury w każdy czwartek w godz. 15:30 – 19:30 naprzemiennie
Dąbrówka / Kuligów (zapisy tel. 29 6429001, 29 7578025)
dr Marek Mudant – specjalista z zakresu przeciwdziałania
przemocy w rodzinie (zapisy telefoniczne pod numerem tel.
731 907 002, 29 757 80 25)
- **Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej**
05-220 Zielonka ul. Poniatowskiego 29, tel. 22 771-83-84
w godz. 8.00-16.00, 504-221-017 (całodobowy)
- **Niebieska Linia – pogotowie dla ofiar przemocy w rodzinie**
tel. 801-120-002

**DAJ SOBIE SZANSĘ...
PRZERWIJ MILCZENIE!
PRZEMOC SAMA SIĘ NIE KOŃCZY...**



Zespół Interdyscyplinarny
oraz
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Dąbrówce
05-252 Dąbrówka ul. T. Kościuszki 14
tel. 29 757 80 25, tel. kom.: 731 907 002

PRZEMOC DOMOWA

...to jednorazowe albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie, wykorzystujące przewagę fizyczną, psychiczną lub ekonomiczną, naruszające prawa lub dobra osobiste osoby doznającej przemocy domowej, w szczególności:

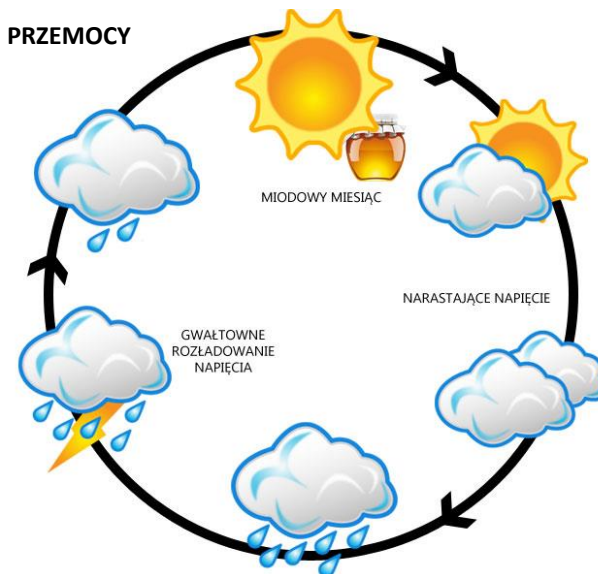
- a) narażające tę osobę na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia lub mienia,
- b) naruszające jej godność, nietykalność cielesną lub wolność, w tym seksualną,
- c) powodujące szkody na jej zdrowiu fizycznym lub psychicznym, wywołujące u tej osoby cierpienie lub krzywdę,
- d) ograniczające lub pozbawiające tę osobę dostępu do środków finansowych lub możliwości podjęcia pracy lub uzyskania samodzielności finansowej,
- e) istotnie naruszające prywatność tej osoby lub wzbudzające u niej poczucie zagrożenia, poniżenia lub udręczenia, w tym podejmowane za pomocą środków komunikacji elektronicznej.

RODZAJE PRZEMOCY: *przemoc fizyczna, przemoc psychiczna, przemoc seksualna, przemoc ekonomiczna, przemoc za pomocą środków komunikacji elektronicznej oraz zaniedbanie.*

Osobie doznającej przemocy domowej udziela się bezpłatnej pomocy, w szczególności w formie:

- 1) poradnictwa medycznego, psychologicznego, prawnego, socjalnego, zawodowego i rodzinnego;
- 2) interwencji kryzysowej i wsparcia;
- 3) ochrony przed dalszym krzywdzeniem, przez uniemożliwienie osobie stosującej przemoc domową korzystania ze wspólnie zajmowanego mieszkania z osobą doznającą przemocy domowej oraz zakazanie kontaktowania się i zbliżania się do osoby doznającej przemocy domowej;
- 4) zapewnienia osobie doznającej przemocy domowej bezpiecznego schronienia w specjalistycznym ośrodku wsparcia dla osób doznających przemocy domowej;
- 5) badania lekarskiego w celu ustalenia przyczyn i rodzaju uszkodzeń ciała związanych z użyciem przemocy domowej oraz wydania zaświadczenia lekarskiego w tym przedmiocie;
- 6) zapewnienia osobie doznającej przemocy domowej, która nie ma tytułu prawnego do lokalu zajmowanego wspólnie z osobą stosującą przemoc domową, pomocy w uzyskaniu mieszkania.

CYKLE PRZEMOCY



JEŻELI PROBLEM PRZEMOCY W RODZINIE DOTYCZY RÓWNIEŻ CIEBIE - PAMIĘTAJ!

SZUKAJĄC WYJŚCIA Z SYTUACJI PRZEMOCY, STWARZASZ SZANSĘ DLA SIEBIE I CAŁEJ SWOJEJ RODZINY !

MAŁOLEJNI ŚWIADEK PRZEMOCY = OSOBA DOZNAJĄCA PRZEMOCY !!!

OD PRZEMOCY MOŻNA SIĘ UWOLNIĆ!

UWIERZ, ŻE MOŻNA CI POMÓC!

Najistotniejszym elementem pomocy rodzinie uwiękłej w przemoc jest szybka i skuteczna **interwencja**, której celem jest zatrzymanie przemocy. Następnie uprawnione służby, zgodnie ze swoimi kompetencjami, powinny podjąć działania, tzw. **pomoc w kryzysie**, mającą na celu trwałe zatrzymanie przemocy. Dopiero kolejnym etapem pracy z rodziną, przy braku bezpośrednich zagrożeń, może być **praca terapeutyczna** – towarzysząca przy wprowadzaniu zmian przez osobę.