



Jeśli w Twoim otoczeniu znajduje się rodzina lub osoba, której sytuacja życiowa zaniepokoiła Ciebie i uważasz, że członkowie tej rodziny potrzebują Naszej pomocy, zgłoś się do
Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Dobrej.

Od dnia 14.03.2011r. na terenie Gminy Dobra funkcjonuje powołany Uchwałą Rady Gminy Dobra Nr V/36/11 Gminny Zespół Interdyscyplinarny d/s przeciwdziałania przemocy w rodzinie działający przy Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Dobrej.

Ośrodek Pomocy Społecznej w Dobrej udziela wszelkich informacji dotyczących przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie. Codziennie w godzinach pracy Ośrodka można porozmawiać z pracownikami socjalnymi na temat przemocy w rodzinie lub na temat innych trudnych do przewyżnienia sytuacji życiowych.

Oferowana pomoc:

- **PUNKT KONSULTACYJNY DLA OSÓB DOTKNIĘTYCH PRZEMOCĄ W DOBREJ:**

- porady,
- informacje,
- konsultacje,
- interwencja,
- pomoc socjalna

Godziny pracy punktu

poniedziałek od 8:00 do 16:00

wtorek-piątek od 7:15 do 15:15

TELEFON DLA OFIAR PRZEMOCY 18-3330060

- **POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE W LIMANOWEJ:**

- ✓ **PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE**

Poradę i wsparcie psychologa można uzyskać w każdy wtorek w godzinach **od 15:30 do 17:00**. Rejestracja obowiązkowa: osobista pokój **138a** lub pod numerem **(18) 3337 912**.

- ✓ **PORADNICTWO PRAWNE**

Poradnictwo prawne dla osób doświadczających przemocy w rodzinie można uzyskać w każdy wtorek i piątek w godzinach **od 8:30-10:00**. Rejestracja obowiązkowa: osobista pokój **138a** lub pod numerem **(18) 3337 912**.

- ✓ **MEDIACJE RODZINNE -**

Mediacja jest jednym z najczęściej stosowanych sposobów rozwiązywania **konfliktów**. Poprzez mediację rozumiemy próbę osiągnięcia porozumienia między stronami przy udziale bezstronnej i neutralnej osoby trzeciej, która pełni rolę mediatora. **Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej** oferuje możliwość skorzystania z bezpłatnych mediacji rodzinnych po wcześniejszym telefonicznym uzgodnieniu terminu.

Prosimy o kontakt telefoniczny dzwoniąc pod numer **(18) 3337 827**.

- ✓ **GRUPA WSPARCIA**

Grupy wsparcia skierowanej do osób doświadczających przemocy w rodzinie celem wsparcia ich w przewyżnieniu trudnych sytuacji życiowych. Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej zachęca do kontaktu telefonicznego pod numerem **(18) 33-37-912**.

- **LOKALNY PUNKT POMOCY OSOBOM POKRZYWDZONYM PRZESTĘPSTWEM W LIMANOWEJ:**

ul. Żwirki i Wigury 3

34-600 Limanowa

tel. **783 222 800**

Punkt zapewnia bezpłatną pomoc – prawnika, psychologa, psychiatry, mediatora, interwenta kryzysowego, pomoc materialną

LOKALNY PUNKT POMOCY
OSOBOM POKRZYWDZONYM PRZESTĘPSTWEM

MINISTERSTWO
SPRAWIEDLIWOŚCI



FUNDUSZ
SPRAWIEDLIWOŚCI

www.omp.pl



Prawo zabrania stosowania przemocy i krzywdzenia swoich bliskich. Jeżeli Ty lub ktoś z Twoich bliskich jest ofiarą przemocy ze strony osoby najbliższej, nie wstydź się prosić o pomoc!!!

Prawo stoi po Twojej stronie!!!

Od 30 listopada 2020 roku Policja otrzymała nowe uprawnienie w postaci możliwości wydania wobec osoby stosującej przemoc w rodzinie **nakazu natychmiastowego opuszczenia wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia** lub **zakazu zbliżania się do mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia**.

Zgodnie z nowymi uregulowaniami, policjant będzie miał prawo wydać nakaz lub zakaz:

- podczas interwencji podjętej we wspólnie zajmowanym mieszkaniu lub jego bezpośrednim otoczeniu, jak również
- w związku z powzięciem informacji o stosowaniu przemocy w rodzinie, (w szczególności w wyniku zgłoszenia przez osobę dotkniętą przemocą w rodzinie, kuratora sądowego lub pracownika jednostki organizacyjnej pomocy społecznej, w związku z wykonywaniem ustawowych obowiązków).

Do wydania nakazu lub zakazu zobowiązany będzie każdy policjant, który poweźmie informację o stosowaniu przemocy w rodzinie. **Nakaz lub zakaz będzie obowiązywał przez okres 14 dni, z możliwością przedłużenia czasu jego obowiązywania przez sąd.**



POMOC TELEFONICZNA !!!

NAZWA	NR TELEFONU	INFORMACJE
Infolinia dla seniora	12 392 11 10 działa od poniedziałku do piątku w godz. 8.00–17.00	W związku z aktualną sytuacją epidemiologiczną wojewoda małopolski Piotr Ćwik uruchomił specjalną infolinię dla Seniorów – z myślą o tych, którzy potrzebują pomocy w tych trudnych chwilach. Dzwoniąc na infolinię, osoby starsze mogą uzyskać rzetelne informacje, zalecenia i wskazówki, jak odnaleźć się w obecnej sytuacji.
Ogólnopolski Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”.	800 120 002 Bezpłatna pomoc dostępna przez całą dobę	Zadzwoń, jeśli ktoś w Twojej rodzinie krzywdzi Cię – bije lub obraża. Możesz tam opowiedzieć o swojej sytuacji i dowiedzieć się gdzie szukać pomocy w Twoim otoczeniu.
Policyjny Telefon Zaufania ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie	800 120 226 Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 9.30 - 15.30 (połączenie bezpłatne).	Pod tym numerem telefonu można uzyskać wsparcie w sytuacji przemocy w rodzinie. Pomoc dla dzieci i dorosłych.
Ogólnopolski Telefon Zaufania „Narkotyki – Narkomania”	801 199 990 Telefon jest czynny codziennie w godzinach od 16.00 do 21.00. Dzwoniąc płacisz tylko za pierwszy impuls połączenia	Zadzwoń jeśli masz problemy z narkotykami, używasz ich, jesteś uzależniony lub martwisz się o kogoś z Twojego otoczenia. Możesz tam uzyskać fachową poradę, a także informację o tym, jak pomóc sobie lub bliskiej osobie.
Linia wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego.	800 70 22 22 Całodobowa i bezpłatna	Całodobowa i bezpłatna pomoc psychologiczna przez telefon, email i chat. Dyżurujący konsultanci udzielają porad i kierują osoby dzwoniące lub piszące do odpowiedniej placówki pomocowej w ich regionie. https://liniawsparcia.pl/
Bezpłatna linia wsparcia dla osób po stracie bliskich.	800 108 108 Telefon wsparcia działa w dni powszednie od 14:00 do 20:00	Linia adresowana jest do wszystkich osób w żałobie, które potrzebują pomocy. Dzwoniący mogą anonimowo porozmawiać o swojej sytuacji, otrzymać wsparcie, zasięgnąć porady
Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka.	800 12 12 12 od poniedziałku do piątku od godziny 8:15 do 20:00 (połączenie bezpłatne). Jeśli zadzwonisz tam w godzinach nocnych i zostawisz informację o sobie i swój numer – konsultanci do Ciebie oddzwonią.	Tu również możesz zadzwonić, gdy nie wiesz z kim porozmawiać, a coś bardzo Cię martwi.
Telefon Zaufania Dla Dzieci i Młodzieży.	116 111	Zadzwoń lub napisz, gdy coś Cię martwi, masz jakiś problem, nie masz z kim porozmawiać



Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Dobrej
34-642 Dobra 38
Tel 18 33 30 060 / ops@gminadobra.pl



	<p>Numer czynny codziennie od godziny 12.00 do 2.00 w nocy, wiadomość przez stronę www.116111.pl możesz przestać całą dobę. Pomoc jest całkowicie bezpłatna.</p>	<p>lub wstydzisz się o czymś opowiedzieć.</p>
--	---	---