



Informator dla osób stosujących przemoc w rodzinie



To informator dzięki, któremu dowiesz się jak poradzić sobie z negatywnymi emocjami oraz jak je rozpoznawać i wyrażać w kontrolowany sposób. Informator pomoże zmienić Twoje życie. Poznasz czym jest przemoc i jakie przybiera formy, a także jak jej przeciwdziałać. Zapoznasz się z bazą teleadresową instytucji przeciwdziałających zjawisku przemocy na terenie Powiatu Limanowskiego i poza jego obszarem.

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
w Limanowej**

ul. Józefa Marka 9, 34-600 Limanowa

tel. (18) 3337826

www.pcpr-limanowa.pl

e-mail: pcpr@powiat.limanowa.pl

Spis treści

Wstęp.....	3
1. Przemoc w rodzinie i jej formy.....	4
2. Prawo a przemoc w rodzinie	8
3. Co warto wiedzieć	11
4. Możesz zmienić swoje życie.....	12
5. Program korekcyjno-edukacyjny dla osób stosujących przemoc w rodzinie	13
6. Ośrodki Pomocy Społecznej w Powiecie Limanowskim.....	19
7. Komisje Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.....	22
8. Instytucje realizujące program korekcyjno-edukacyjny dla osób stosujących przemoc w rodzinie.....	27

Wstęp

Nic nie usprawiedliwia przemocy w rodzinie. Przemoc jest przestępstwem ściganym przez prawo, niezależnie od tego jaką przybiera formę. Stała się ona powszechnym problemem społecznym. Trudności z samokontrolą negatywnych przeżyć, brak umiejętności rozładowania napięcia emocjonalnego i stresu, chęć zwrócenia na siebie uwagi partnera oraz potrzeba odzyskania kontroli nad swoim życiem, wpływają na przekonanie osoby o skuteczności stosowania zachowań agresywnych w relacjach z innymi.

Jak zatem przeciwdziałać przemocy w rodzinie? Jak radzić sobie z własną niepohamowaną agresją, żeby nie krzywdzić innych członków rodziny? Czy nauka samokontroli, wyzwolenie z przemocy i zmiana w życiu jest możliwa?

Na te i inne pytania znajdziesz odpowiedź w niniejszym informatorze. Jeśli dostrzegasz w sobie problem z rozładowaniem emocji, używasz przemocy w relacjach z innymi, utraciłeś kontrolę nad swoim życiem, pamiętaj zwróć się szybko o pomoc im szybciej to uczynisz tym szybciej otrzymasz specjalistyczną pomoc.



1. Przemoc w rodzinie i jej formy

Przemocą w rodzinie są wszystkie jednorazowe lub powtarzające się działania lub zaniechania osoby najbliższej wspólnie gospodarującej lub zamieszkującej zmuszające do podejmowania zachowań wbrew woli pozostałych członków rodziny, przede wszystkim narażające ich na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, naruszające godność i nietykalność cielesną, wolność w tym również seksualną, powodujące szkody na zdrowiu fizycznym, psychicznym, wywołujące cierpienia i krzywdy moralne. Definicja wg art. 2, pkt 2 ustawy z dnia 29 lipca 2005 o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie (t. j. Dz. U. z 2015r, poz. 1390).



To również wykorzystanie swojej przewagi nad drugim człowiekiem (fizycznej, emocjonalnej, społecznej, duchowej). Mamy z nią do czynienia wówczas, gdy osoba słabsza (doznająca przemocy) poddana jest przez dłuższy czas negatywnym działaniom osoby lub grupy osób silniejszych (sprawców przemocy). Przemoc w rodzinie może przybierać różne formy.

Wyróżnia się przemoc czynną i bierną. O **przemocy czynnej** mówimy w sytuacjach, gdy osoba stosująca przemoc skieruje gniew wprost na otaczającą go osobę, powodując krzywdę psychiczną, fizyczną lub seksualną. Natomiast o **przemocy biernej** mówimy w kontekście zaniedbywania fizycznego, emocjonalnego, seksualnego lub ekonomicznego. Wówczas gniew osoby stosującej przemoc przejawia się w braku zainteresowania lub unikaniu interakcji z drugą osobą.

Do najczęstszych form przemocy w rodzinie zalicza się:

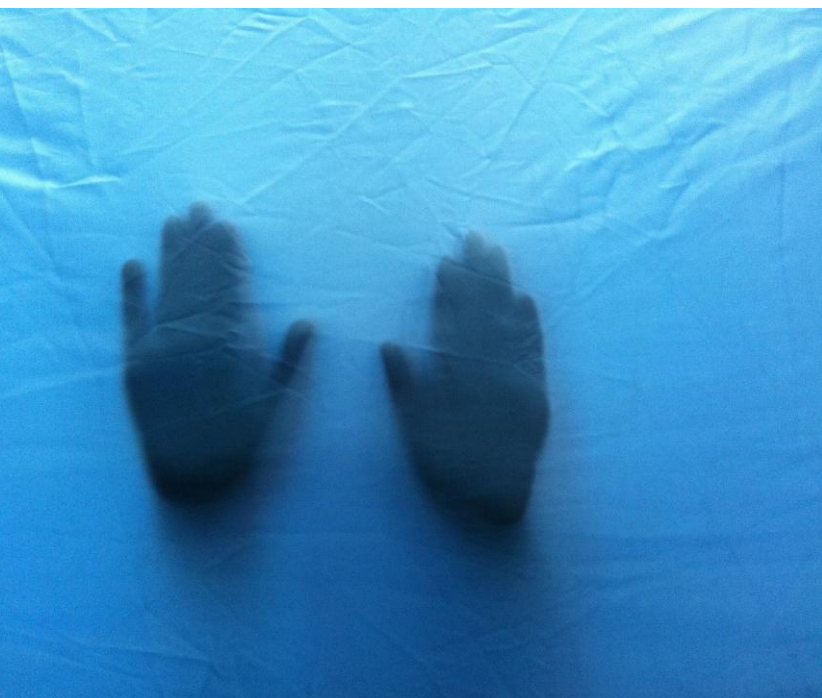
- **Przemoc fizyczną** - obejmującą każde zachowanie wiążące się z zadawaniem bólu fizycznego, powodujące uszkodzenie ciała, pogorszenie zdrowia w konsekwencji pozbawianie życia ofiary.

Przykłady: bicie, szturchanie, policzkowanie, popychanie, duszenie, ciągnięcie za włosy, wykręcanie rąk, kopanie, zadawanie ran, odmawianie koniecznej pomocy medycznej, pozbawianie jedzenia, picia, snu, zmuszanie do zażywania alkoholu, narkotyków.

- **Przemocą seksualną** - którą określa się, każde zachowanie podejmowane w celu zmuszenia osoby do podjęcia współżycia lub niechcianych zachowań seksualnych a także deprecjonowanie jej seksualności, wymuszanie podejmowania zachowań o charakterze seksualnym z osobami trzecimi.



Przykłady: obmacywanie, zmuszanie do uprawiania nieakceptowanych form współżycia (seks oralny, analny, sodomia, sadomasochizm), poniżanie i wyśmiewanie preferencji seksualnych, gwałt.



- **Przemoc psychiczną** obejmującą zachowanie mające na celu niszczenie poczucia własnej wartości u osoby, wzbudzenie w ofierze strachu oraz pozbawianie jej poczucia bezpieczeństwa i kontroli nad własnym życiem.

Przykłady: ciągłe krytykowanie, poniżanie w obecności innych, szyczenie, grożenie, upokarzanie, wmawianie choroby psychicznej, kontrolowanie, grożenie odebraniem dzieci, izolowanie od rodziny i ograniczanie kontaktu z bliskimi, zabranianie opuszczania domu.

- **Przemoc ekonomiczną** stanowiącą zachowanie, którego celem jest ekonomiczne zniewolenie osoby i całkowite uzależnienie jej od sprawcy. Bezprawne finansowe wykorzystanie i/lub kontrolowanie środków niezbędnych do utrzymania ekonomicznej niezależności.

Przykłady: zabieranie wynagrodzenia, kart kredytowych, uniemożliwianie podjęcia pracy zawodowej, niszczenie rzeczy osobistych, niezaspakajanie potrzeb materialnych, kontrolowanie wydatków, ukrywanie informacji o stanie finansowym rodziny, zmuszanie do podpisywania zobowiązań finansowych (kredyt, pożyczka).



Osobą doznającą przemocy w rodzinie może być każdy, w tym:

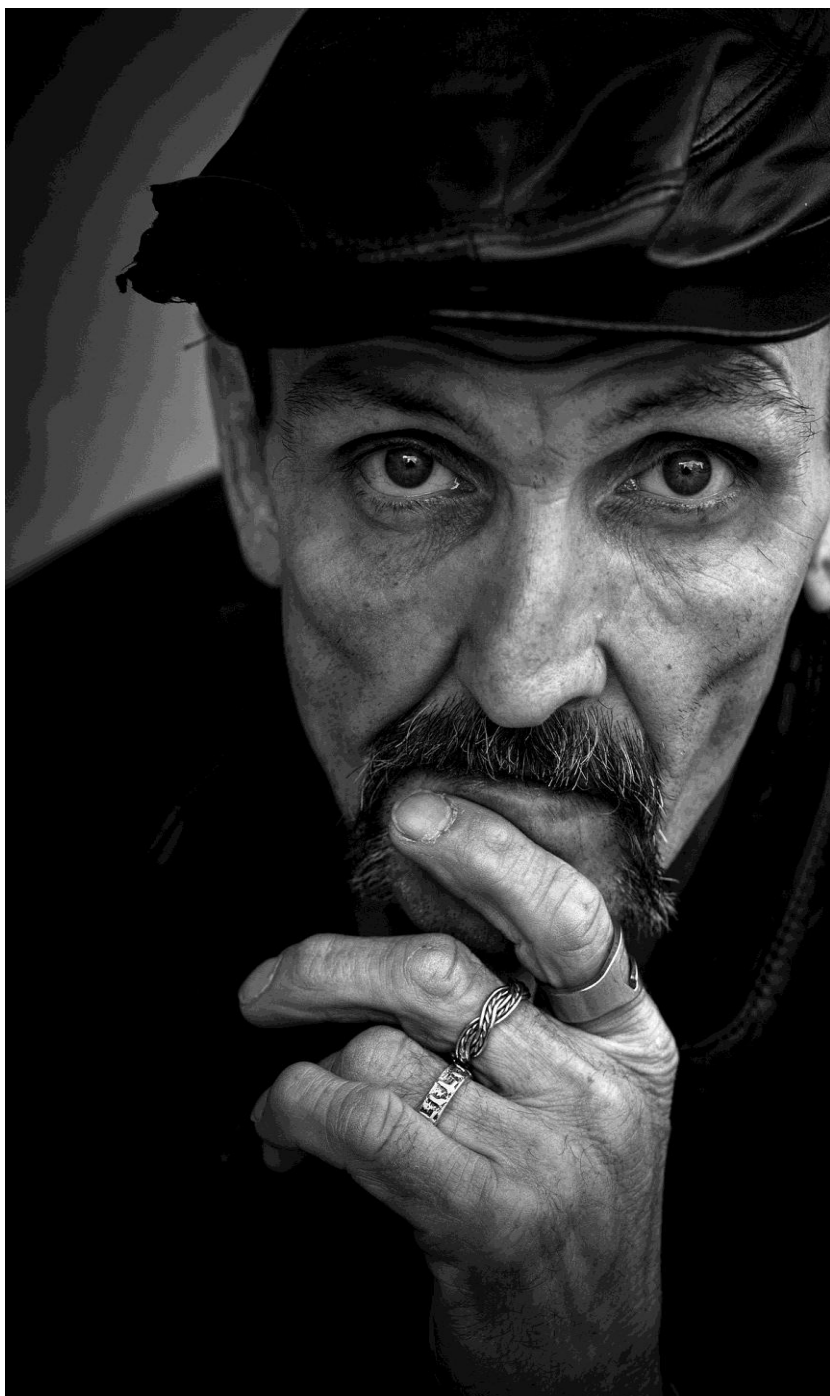
- współmałżonek, partner w związku nieformalnym
- dzieci
- osoby niepełnosprawne
- osoby starsze

UWAGA: różne formy złego traktowania występują łącznie, w różnych postaciach i konfiguracjach. Akty przemocy mogą dotyczyć jednorazowego incydentu, jednakże w większości przypadków utrzymują się przez długi czas, w różnej formie i o różnym stopniu natężenia.



Ponadto o przemocy mówimy, gdy działanie osoby stosującej przemoc określa:

- **Intencjonalność** – przemoc nie jest przypadkowa. Agresor chce przejąć kontrolę i władzę nad osobą, która stanowi jego ofiarę.
- **Dysproporcja siły** – osoba stosująca przemoc ma widoczną przewagę (fizyczną, psychiczną, materialną itp.) nad osobą, która staje się jego ofiarą. Każdy kolejny atak pogłębia dysproporcję.
- **Naruszanie godności i praw** – sprawca poniża, ośmiesza, pozbawia praw, przejmuje kontrolę nad drugą osobą.
- **Powodowanie cierpienia i bólu** – osoby doświadczające przemocy doznają zarówno szkód fizycznych jak i psychicznych. W efekcie wieloletniej przemocy osoby te mogą dojść do przekonania, że na to zasługują.

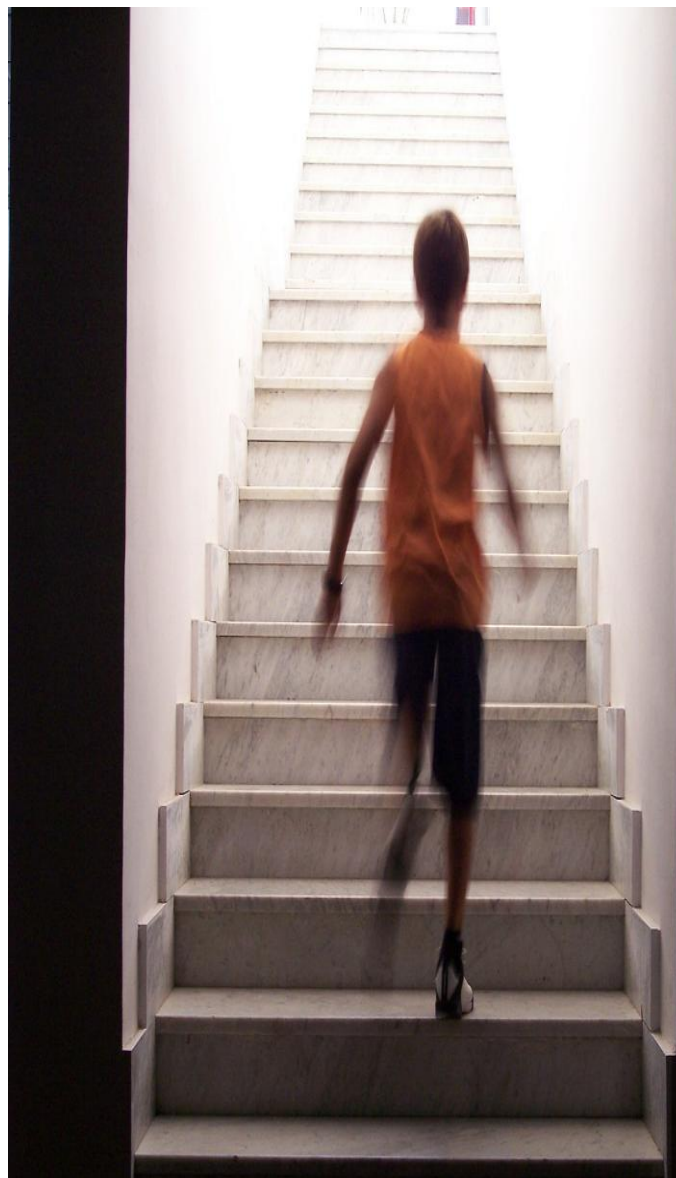


2. Prawo a przemoc w rodzinie

Zapisy prawne przewidują wymierzanie kary wobec sprawców przemocy i innych przestępstw za:

- znęcanie się fizyczne lub psychiczne nad osobą najbliższą lub nad inną osobą pozostającą w stałym lub przemijającym stosunku zależności od sprawcy albo nad małoletnim lub osobą nieporadną ze względu na jej stan psychiczny lub fizyczny - art. 207 k.k.;
- 
- uderzenie człowieka lub naruszenie jego nietykalności cielesnej w inny sposób - art. 217 k.k. (ściganie przestępstwa odbywa się z oskarżenia prywatnego);
 - pozbawienie człowieka wolności - art. 189 k.k.;
 - grożenie innej osobie popełnieniem przestępstwa na jej szkodę lub szkodę osoby najbliższej, jeżeli groźba wzbudza w zagrożonym uzasadnioną obawę, że będzie spełniona - art. 190 k.k. (ściganie na wniosek pokrzywdzonego);
 - wzbudzanie u innej osoby uzasadnionego okolicznościami poczucia zagrożenia lub naruszenie jej prywatności poprzez uporczywe nękanie - art. 190a § 1 k.k. (ściganie na wniosek pokrzywdzonego);
- 
- utrwalanie wizerunku nagiej osoby lub osoby w trakcie czynności seksualnej, przez użycie wobec niej przemocy, groźby bezprawnej lub podstępny, albo rozpowszechnienie wizerunku nagiej osoby lub w trakcie czynności seksualnej bez jej zgody - art. 191 a k.k. (ściganie na wniosek pokrzywdzonego);

- stosowanie przemocy lub groźby bezprawnej, w celu zmuszenia innej osoby do określonego działania, zaniechania lub znoszenia określonego stanu - art. 191 k.k.;
- doprowadzenie innej osoby do obcowania płciowego przemocą, groźbą bezprawną lub podstępem (zgwałcenie) oraz doprowadzenie w ten sam sposób innej osoby do poddania się innej czynności seksualnej lub wykonania takiej czynności - art. 197 k.k. (ścigane na wniosek pokrzywdzonego); Przystępstwo to popełnia również małżonek, który dopuszcza się zgwałcenia współmałżonka,
- spowodowanie ciężkiego uszczerbku na zdrowiu w postaci: pozbawienia człowieka wzroku, słuchu, mowy, zdolności płodzenia bądź innego ciężkiego kalectwa, ciężkiej choroby nieuleczalnej lub długotrwałej, choroby realnie zagrażającej życiu, trwałej choroby psychicznej, całkowitej lub znacznej trwałej niezdolności do pracy w zawodzie lub trwałego, istotnego zespolecenia lub zniekształcenia ciała -art. 156 kk;
- spowodowanie naruszenia czynności narządu ciała lub rozstroju zdrowia, w wyniku którego pokrzywdzonym jest osoba najbliższa -art. 157 § 1 i2k.k.;
- uporczywe uchylanie się od wykonania ciążącego z mocy ustawy lub orzeczenia sądowego obowiązku opieki przez niełożenie na utrzymanie osoby najbliższej lub innej osoby i przez to narażanie jej na niemożność zaspokojenia podstawowych potrzeb życiowych (uchylanie się od obowiązku alimentacyjnego) - art. 209 k.k. (ścigane na wniosek pokrzywdzonego, organu opieki społecznej lub innego właściwego organu);
- rozpijanie małoletniego, przez dostarczanie mu napoju alkoholowego, ułatwianie jego spożycia, lub nakłanianie go do spożycia takiego napoju - art. 208 k.k.



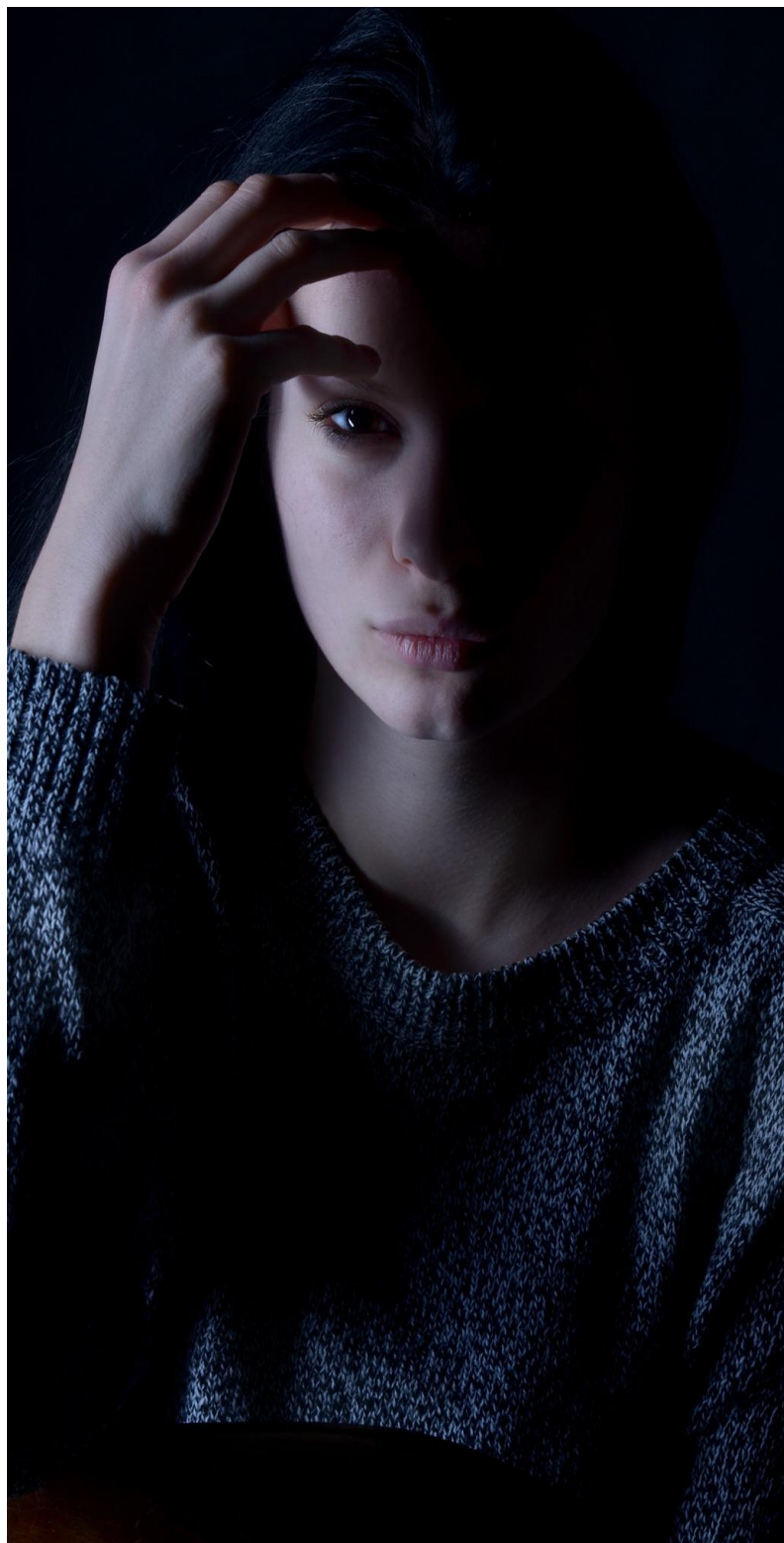
- uprowadzenie lub zatrzymanie małoletniego poniżej lat 15 albo osoby nieporadnej ze względu na jej stan psychiczny lub fizyczny, wbrew woli osoby powołanej do opieki lub nadzoru - art. 211 k.k.
- kradzież lub kradzież z włamaniem na szkodę osoby najbliższej - art. 278 k.k. i art. 279 k.k. (ścigane na wniosek pokrzywdzonego);
- niszczenie, uszkodzanie cudzej rzeczy lub czynienie jej niezdatną do użytku - art. 288 k.k. (ścigane na wniosek pokrzywdzonego);
- porzucenie wbrew obowiązкови troszczenia się o małoletniego poniżej lat 15 albo o osobę nieporadną ze względu na jej stan psychiczny lub fizyczny - art. 210 k.k.;
- obcowanie płciowe z małoletnim poniżej lat 15 lub dopuszczenie się wobec takiej osoby innej czynności seksualnej lub doprowadzenie jej do poddania się takim czynnościom albo do ich wykonania - art. 200 k.k.

Kiedy przestępstwo zostaje stwierdzone jego sprawca jest wówczas pociągnięty do odpowiedzialności karnej. W ten sposób zabezpiecza się interes pokrzywdzonego.

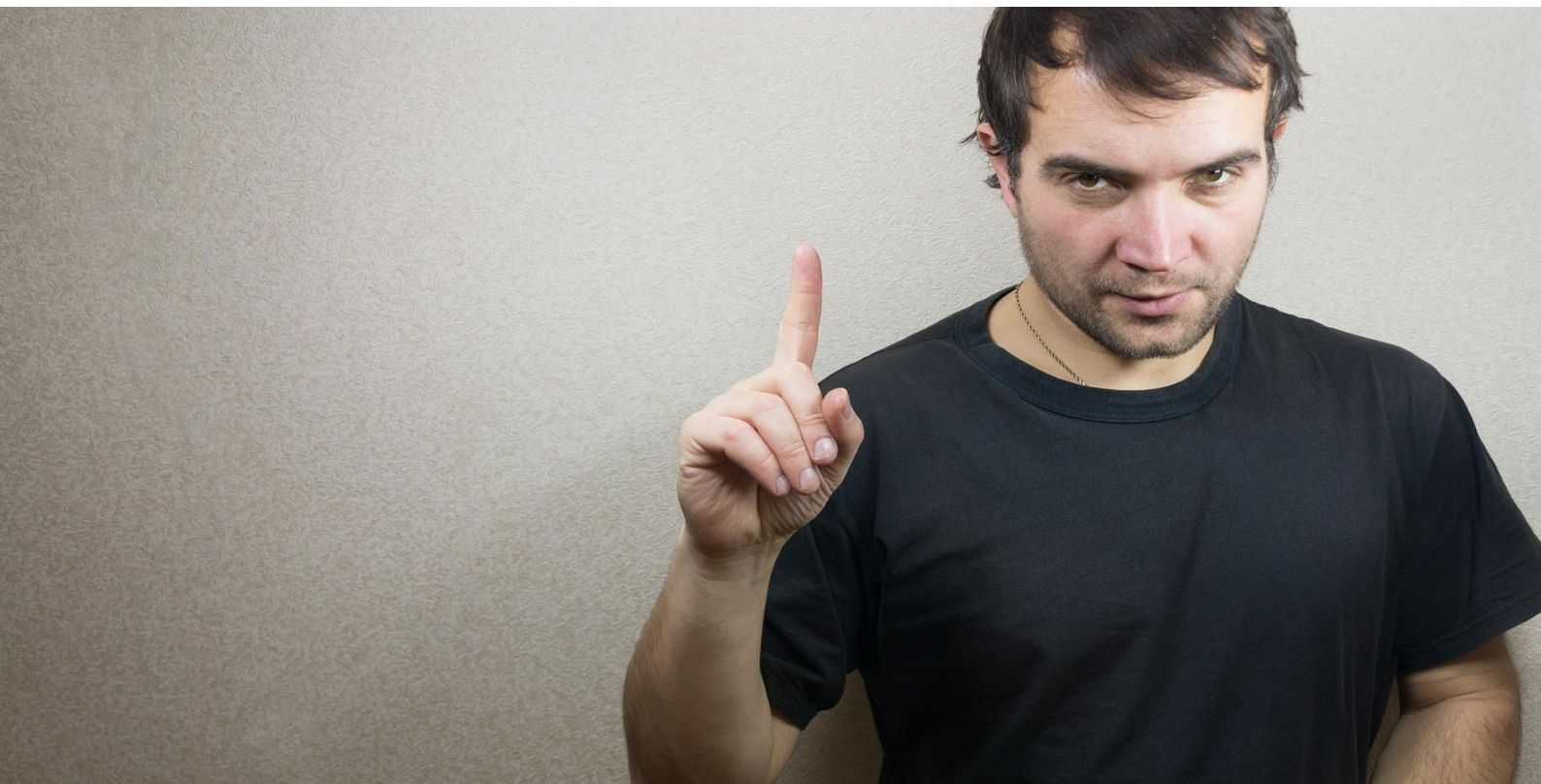


3. Co warto wiedzieć

- ✓ **Masz trudności z samokontrolą emocji, żyjesz w ciągłym napięciu?**
- ✓ **Rozładowujesz napięcie w niewłaściwy sposób krzywdząc najbliższych?**
- ✓ **Swoim agresywnym zachowaniem wzbudzasz strach w najbliższych Ci osobach?**
- ✓ **Zachowujesz się agresywnie wobec bliskich po spożyciu alkoholu, środków odurzających lub substancji psychoaktywnych?**
- ✓ **Nie masz prawa stosować przemocy wobec najbliższych!**
- ✓ **Przemoc w rodzinie jest zjawiskiem nieakceptowanym społecznie.**
- ✓ **Osobą stosującą przemoc w rodzinie może być każdy, bez względu na pozycję społeczną, stan majątkowy czy wykształcenie itp.**
- ✓ **Przemoc nie skończy się sama.**



4. Możesz zmienić swoje życie



- W sytuacji wszczęcia procedury „Niebieskiej Karty” podejmij współpracę z Zespołem Interdyscyplinarnym oraz grupą roboczą.
- Odpowiedz na wezwanie Zespołu Interdyscyplinarnego, przyjdź na spotkanie. Zastosuj się do zaleceń specjalistów pracujących w zespole czy grupie.
- Weź udział w programie korekcyjno-edukacyjnym dla osób stosujących przemoc w rodzinie.
- Jeżeli jesteś uzależniony od alkoholu, w pierwszej kolejności udaj się do ośrodka leczenia uzależnień i przejdź stosowną terapię.
- Jeżeli zachowujesz się agresywnie wobec bliskich, a ponadto nadużywasz alkoholu, możesz zwrócić się do:
 - ✓ **Gminnej/Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w swoim miejscu zamieszkania**
 - ✓ **Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (PARPA), tel.: (22) 250 63 25**
 - ✓ **Zadzwoń na Infolinie AA: 801 033 242** gdzie uzyskasz informacje o placówkach leczenia odwykowego.
- Skorzystaj ze specjalistycznej pomocy psychologicznej, socjalnej i prawnej w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie, ośrodku pomocy społecznej, ośrodku interwencji kryzysowej.

5. Program korekcyjno – edukacyjny skierowany jest do osób stosujących przemoc:

- ✓ skazanych za stosowanie przemocy – z warunkowym zawieszeniem wykonania kary pozbawienia wolności i zobowiązanych przez sąd do uczestnictwa w oddziaływaniach korekcyjno-edukacyjnych,
- ✓ dotychczas nie karanych – skierowanych do programu przez zespoły interdyscyplinarne lub grupy robocze działające w oparciu o procedurę Niebieskiej Karty.
- ✓ które zgłosiły się do programu pod wpływem motywowania osób najbliższych lub innych osób (znajomych, sąsiadów, pracowników służb i instytucji pomocowych i interwencyjnych) albo informacji medialnych, ulotkowych i innych.



- ✓ zmotywowanych do zmiany swoich destrukcyjnych, agresywnych, przemocowych zachowań wobec rodziny i najbliższych.
- ✓ uczestniczących w terapii uzależnienia od alkoholu lub narkotyków, dla których program korekcyjno-edukacyjny jest uzupełnieniem.



Udział w programie korekcyjno-edukacyjnym dla osób stosujących przemoc w rodzinie zwiększy szanse na:

- 1) zaprzestanie stosowania przemocy wobec bliskich osób,
- 2) uświadomienie sobie czym jest przemoc,
- 3) uzyskanie świadomości własnych zachowań przemocowych wobec bliskich,
- 4) rozpoznanie przez osobę sygnałów ostrzegawczych zapowiadających zachowania przemocowe,
- 5) opracowanie „planu bezpieczeństwa”, który będzie zapobiegał użyciu siły i przemocy,
- 6) nabycie nowych umiejętności służących rozwiązywaniu konfliktów, sporów w rodzinie bez użycia agresji,
- 7) naukę umiejętności partnerskiego układania stosunków w rodzinie, uczenie się korzystania z pomocy innych,
- 8) naukę umiejętności konstruktywnego wyrażania uczuć,
- 9) kształtowanie właściwych sposobów rozładowania napięcia i samokontrolę negatywnych emocji i zachowań.



Warto wiedzieć:

Działania są podejmowane wobec grupy 8-12 osobowej. W trakcie trwającej edycji – cyklu zajęć – możliwe jest włączenie do zajęć kolejnych uczestników, wg zasad wypracowanych przez grupę i trenerów prowadzących (np. 1-2 „wejścia” w miesiącu).

Sesje trwają 3 godziny warsztatowe i prowadzone są raz w tygodniu o stałej porze. Program przewiduje łącznie min. 60 godzin zajęć grupowych.

Uczestnik, który odbędzie min. 50% zajęć otrzyma zaświadczenie o udziale w programie.

Uczestnik, który odbędzie min. 75% zajęć otrzyma zaświadczenie o ukończeniu programu.

W oparciu o sesje grupowe prowadzona jest właściwa praca korekcyjno-edukacyjna z osobami stosującymi przemoc.

Praca z uczestnikami programu opiera się na:

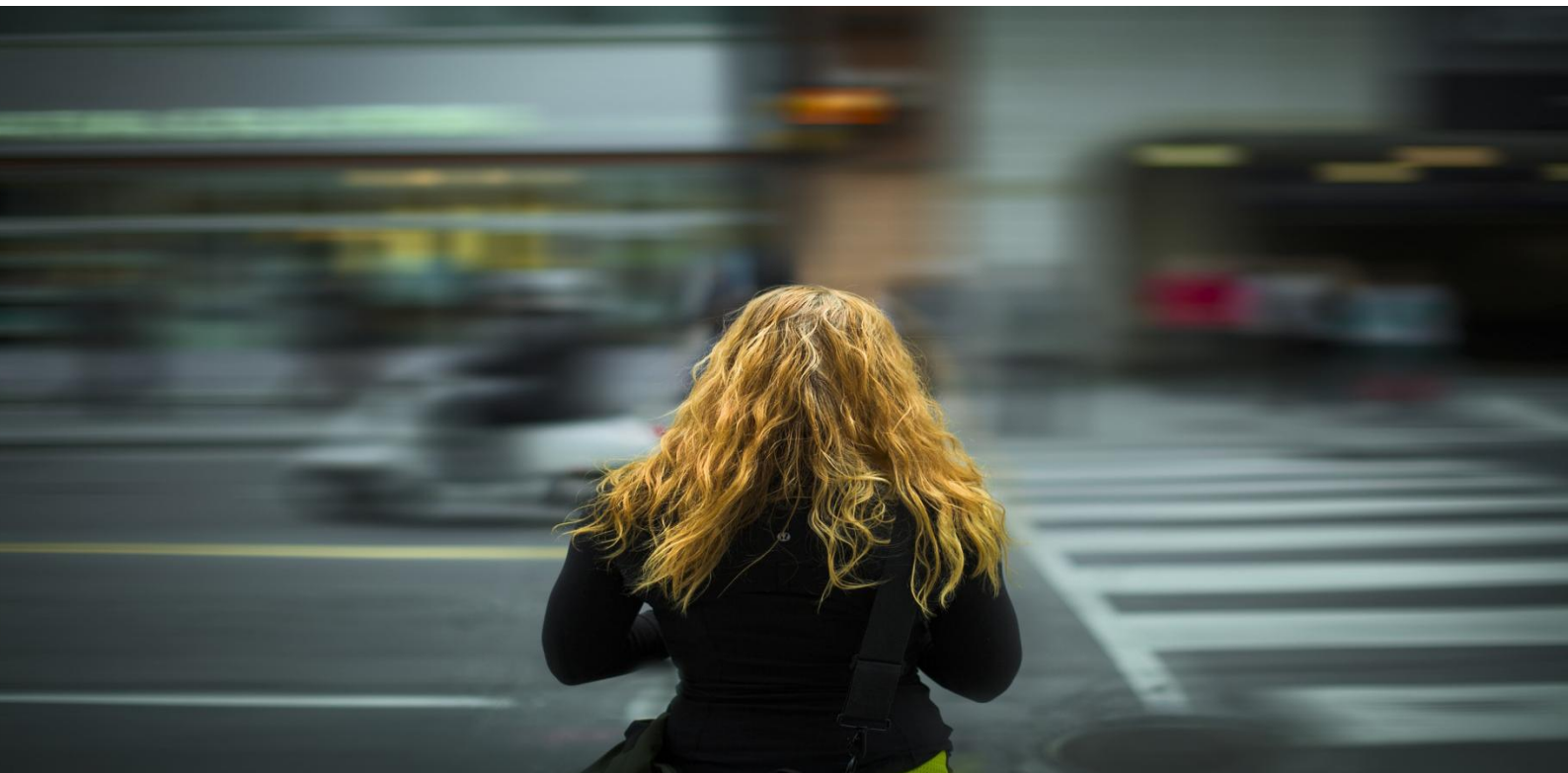
- 1) aktywizacji uczestników,
- 2) otwartej dyskusji,
- 3) pracy nad rozpoznawaniem i zmianą przekonań oraz postaw osobistych poprzez analizę sytuacji przedstawionych w programie, a także swoich własnych doświadczeń,
- 4) ćwiczeniach nowych konstruktywnych form myślenia i reagowania w grupie.



W ramach programu prowadzone są również sesje indywidualne - obejmujące szczegółową diagnozę stanu psychicznego, sytuacji prawnej i rodzinnej kandydata na uczestnika programu.



Indywidualne sesje terapeutyczne umożliwią przepracowanie uruchomionych podczas realizacji programu, bolesnych doświadczeń oraz domknięcia zdarzeń z przeszłości.



Program korekcyjno-edukacyjny opiera się na założeniach:

1. Przemoc domowa jest wyuczonym zachowaniem,
2. Nie stosowania przemocy domowej również można się nauczyć,
3. Korzenie przemocy tkwią w stereotypach kulturowych i obyczajowych - jest tolerowana i wzmacniana przez postawy i poglądy ludzi, jest zakorzeniona we wzorach postępowania przekazywanych z pokolenia na pokolenie,
4. Przemoc domowa jest szkodliwym i raniącym nadużyciem siły i władzy oraz dąży do kontrolowania i zniewolenia osoby zależnej,
5. Stosowanie przemocy jest wyborem, za który sprawca ponosi odpowiedzialność moralną i prawną,
6. Stosowanie przemocy w żadnym przypadku nie może być usprawiedliwiane i tolerowane.



Tłumaczysz swoje zachowanie wybuchowością i gwałtownością charakteru? Przez co nie możesz od czasu do czasu zapanować nad intensywnymi emocjami? Pamiętaj nic nie usprawiedliwia przemocy. Twoje przekonania o sobie nie zdejmują z ciebie odpowiedzialności za krzywdzenie innych.

Funkcjonowania bez przemocy można się nauczyć. Zdobądź wiedzę na temat zjawiska przemocy. Skoryguj swoje zachowanie zdobądź umiejętności niestosowania przemocy. Zdobądź kompetencje społecznych i poddaj się treningowi asertywności. Podejmij wyzwanie i rozpocznij naukę konstruktywnego rozwiązywania konfliktów.

Zrób pierwszy krok.

Zwróć się o pomoc do Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej. Tutejsze Centrum realizuje program korekcyjno-edukacyjny dla osób stosujących przemoc w rodzinie.

Zdobądź więcej informacji o programie. Zadzwoń pod numer telefonu **(18) 3337 912**.

6. Ośrodki Pomocy Społecznej w Powiecie Limanowskim

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Limanowej

adres: ul. M. B. Bolesnej 18B

34-600 Limanowa

tel.: 18 337 36 57

fax: 18 337 47 81

e-mail: gops_lwa@ns.onet.pl



Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Limanowej

adres: ul. Kilińskiego 11

34-600 Limanowa

tel.: 18 337 13 10

fax: 18 337 13 10

e-mail: mopsl-wa@pro.onet.pl



Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Mszanie Dolnej

adres: ul. Spadochroniarzy 6

34-730 Mszana Dolna

tel.: 18 331 05 41

fax: 18 331 05 41

e-mail: gopsmdol@pro.onet.pl



Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Mszanie Dolnej

adres: ul. Starowiejska 2

34-730 Mszana Dolna

tel.: 18 331 00 84

fax: 18 331 00 84

e-mail: mops-md@xl.wp.pl

**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
w Niedzwiedziu**

adres: Niedzwiedź 233

34-735 Niedzwiedź

tel.: 18 331 70 02

fax: 18 331 70 02

e-mail: gopsnied@pro.onet.pl



**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
w Słopnicach**

adres: Słopnice 911

34-615 Słopnice

tel.: 18 332 62 00

fax: 18 332 60 18

e-mail: opssłopnice@poczta.onet.pl



**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
w Dobrej**

adres: Dobra 38

34-642 Dobra

tel.: 18 333 00 60

fax: 18 333 01 41

e-mail: opsdobra@pro.onet.pl

**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
w Jodłowniku**

adres: Plac III Rzeczypospolitej 198

34-620 Jodłownik

tel.: 18 332 12 51

fax: 18 332 11 21

e-mail: gmina@jodlownik.iap.pl



**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
w Kamienicy**

adres: Kamienica 420, 34-608 Kamienica

tel.: 18 332 30 67

fax: 18 332 30 51

e-mail: ug_kamienica420@pro.onet.pl

**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
w Laskowej**

adres: Laskowa 643

34-602 Laskowa

tel.: 18 333 30 25

fax: 18 333 30 25

e-mail: gops_laskowa@poczta.onet.pl



**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
w Łukowicy**

adres: Łukowica 286

34-606 Łukowica

tel.: 18 333 50 66

faks: 18 333 50 66

e-mail: opsluko@pro.onet.pl



**Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
w Tymbarku**

adres: Rynek 49

34-650 Tymbark

tel.: 18 332 53 22

faks: 18 332 56 32

e-mail: gops.tymbark@neostrada.pl



7. Miejskie i Gminne Komisje Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

➤ GMINNA KOMISJA ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH W DOBREJ

Adres: 34-642 Dobra 38

Tel: (18) 33-30-060

Dni i godziny pracy: wg potrzeb, co najmniej 1 raz w miesiącu

Punkt Konsultacyjny

Adres: 34-642 Dobra 38

Dni i godziny pracy punktu: 1 i 3 wtorek miesiąca w godz. 16.00-19.00

Personel: pedagog/ psychoterapeuta

Zakres udzielanych świadczeń:

- udzielanie porad w obszarze uzależnień i przemocy w rodzinie
- wydawanie opinii dla GKRPA
- pomoc w realizacji szkolnych programów profilaktycznych

➤ **GINNNA KOMISJA ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH
W JODŁOWNIKU**

Adres: 34-620 Jodłownik, Urząd Gminy

Tel: (18)332-12-51

Dni i godziny pracy: nie ma ustalonych godzin wnioski i zgłoszenia przyjmuje pracownik Urzędu Gminy w godzinach pracy

➤ **GINNNA KOMISJA ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH
W KAMIENICY**

Adres: 34-608 Kamienica Urząd Gminy

Tel: (18)33-23-150

Dni i godziny pracy: środa 13.00-15.00

➤ **GINNNA KOMISJA ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH
W LASKOWEJ**

Adres: 34-602 Laskowa 643

Tel: (18)33-33-076

Punkt Konsultacyjny przy Urzędzie Gminy w Laskowej

Adres: 34-602 Laskowa 643

Dni i godziny pracy punktu: piątek 15.00-17.30

Personel:

- psycholog
- pedagog

Zakres udzielanych świadczeń:

- udzielanie porad psychologiczno-pedagogicznych w szczególności w zakresie uzależnień i przemocy domowej
-

➤ **GINNNA KOMISJA ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH-
LIMANOWA – URZĄD MIEJSKI**

Adres: ul. Jana Pawła II 9, 34-600 Limanowa

Tel: (18)33-72-054

**Miejsko-Gminny Punkt Konsultacyjny ds. Rozwiązywania Problemów
Alkoholowych**

Adres: ul. Spacerowa 8, 34-600 Limanowa

Tel: (18)33-75-500

Dni i godziny pracy punktu: pon. 9.00-14.00 wt. 12.00-17.00 śr. 15.00-17.00 czw. 12.00-17.00 pt. 12.00-17.00

Personel:

- psycholog
- instruktor terapii uzależnień
- nauczyciel

Zakres udzielanych świadczeń:

- poradnictwo dla osób uzależnionych od alkoholu i członków ich rodzin
- udzielanie informacji o chorobie alkoholowej i możliwościach leczenia
- współpraca z innymi instytucjami pomagającymi osobom uzależnionym i członkom ich rodzin

INNE INSTYTUCJE ŚWIADCZĄCE POMOC OSOBOM UZALEŻNIONYM LUB CZŁONKOM ICH RODZIN:

Grupa Wsparcia Al.-Anon „Uzdrowienie”

Adres: ul. Kilińskiego 11, 34-600 Limanowa

Tel: (18)337-13-10

Godziny pracy: czw. 17.00-19.00

Grupa AA „Jutrzienka”

Adres: ul. Kilińskiego 11, 34-600 Limanowa

Godziny pracy: wt. 17.00

Grupa AA „Sami Swoi”

Adres: ul. Jana Pawła II 1, 34-600 Limanowa

Godziny pracy: czw. 17.30

➤ **GMINNA KOMISJA ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH-
GMINA LIMANOWA**

Adres: ul. Matki Bożej 18 B, 34-600 Limanowa

Tel: (18)33-72-252

Dni i godziny pracy: 1 raz w mies. 13.00-16.00, w razie potrzeby 2 razy w miesiącu

Miejsko – Gminny Punkt Konsultacyjny

Tel: (18)33-75-500

Dni i godziny pracy punktu: pon. 9.00-14.00 wt., Śr. 12.00-17.00 czw., pt. 12.00-17.00

Personel:

- terapeuta uzależnień

Zakres udzielanych świadczeń:

- motywowanie do podjęcia terapii uzależnienia

INNE INSTYTUCJE ŚWIADCZĄCE POMOC OSOBOM UZALEŻNIONYM LUB CZŁONKOM ICH RODZIN:

Grupa dla kobiet AL.-ANON „Uzdrowienie”

Adres: ul. Kilińskiego 11, 34-600 Limanowa

Godziny pracy: czw. 17.00-19.00

Grupa AA „Jutrzienka”

Adres: ul. Kilińskiego 11, 34-600 Limanowa

Godziny pracy: wt. 17.00-19.00

➤ **GMINNA KOMISJA ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH
w MSZANA DOLNA – URZĄD MIEJSKI**

Adres: ul. Piłsudskiego 2, 34-730 Mszana Dolna

Tel: (18)33-10-622 w. 222

Dni i godziny pracy: każdy 2 i 4 wtorek mies.

Punkt Konsultacyjny Terapii Uzależnień

Adres: ul. Piłsudskiego 2, 34-730 Mszana Dolna

Tel: (18)33-10-622 w. 222

Personel:

- psycholog
- terapeuta uzależnień
- pedagog rodzinny profilaktyk

➤ **GMINNA KOMISJA ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH
GMINA MSZANA DOLNA**

Adres: Dolna ul. Spadochroniarzy 6, 34-730 Mszana Dolna Urząd Gminy Mszana

Tel: (18)33-19-805

Dni i godziny pracy: pon. – pt. 8.00-15.00

Punkt konsultacyjny terapii uzależnień

Adres: ul. Spadochroniarzy 6, 34-730 Mszana Dolna

Tel: (18)33-19-810

Dni i godziny pracy punktu: wt., śr., czw. 16.00-18.00

Personel:

- psycholog
- pedagog
- terapeuta

Zakres udzielanych świadczeń:

- porady
- pomoc psychologiczna dla osób współuzależnionych i dzieci z rodzin zagrożonych patologią
- rozmowy motywujące do podjęcia leczenia odwykowego
- porady dla osób uzależnionych i współuzależnionych

➤ **GMINNA KOMISJA ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH
w NIEDŹWIEDZIU**

Adres: Niedźwiedź 233

Tel: (18)33-17-002 w.325

**Punkt Konsultacyjno-Informacyjny Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
w Niedźwiedziu**

Dni i godziny pracy punktu: pon. 7.30-10.30 i 11.00-13.00

Personel:

- instruktor terapii uzależnień
- psycholog

Zakres udzielanych świadczeń:

- poradnictwo
- prowadzenie dokumentacji z pracy z klientami punktu

➤ **GMINNA KOMISJA ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH
w SŁOPNICACH**

Adres: 34-615 Słopnice 911

Tel: (18)33-47-429

Dni i godziny pracy: pon. – pt. 7.30-15.30



8. Instytucje realizujące program korekcyjno-edukacyjny dla osób stosujących przemoc w rodzinie

**Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej
Powiat m. Kraków**
Adres: ul. Józefińska 14, 30-529 Kraków
Tel: (12) 616-54-27, (12) 616-53-20
Fax: (12) 616-53-06
e-mail: do@mops.krakow.pl

**Ośrodek Interwencji Kryzysowej
Powiat bocheński**
Adres: ul. Karolina 14 F, 32-700 Bochnia
Tel: (14) 611-28-92
Fax: (14) 611-28-93
e-mail: oik.bochnia@op.pl

**Ośrodek Interwencji Kryzysowej
Powiat myślenicki**
Adres: ul. Kazimierza Wielkiego 5, 32-400 Myślenice
Tel: (12) 271-04-29
Fax: (12) 271-04-29
e-mail: oik@myslenicki.pl

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
Powiat brzeski**
Adres: ul. Piastowska 2B, 32-800 Brzesko
Tel: (14) 663-00-31
Fax: (14) 663-00-31
e-mail: pcprbrzesko@op.pl

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
Powiat chrzanowski**
Adres: ul. Topolowa 16, 32-500 Chrzanów
Tel: (32) 624-76-01
Fax: (32) 624-11-31
e-mail: pcpr@powiat-chrzanowski.pl

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
Powiat dąbrowski**
Adres: ul. Berka Joselewicza 5, 33-200 Dąbrowa Tarnowska
Tel.: (14) 642-44-15
Fax: (14) 642-44-15
e-mail: pcprdt@interia.pl

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
Powiat gorlicki**
Adres: ul. Słoneczna 7, 38-300 Gorlice
Tel: (18) 352-53-80
Fax: (18) 352-43-80
E-mail: sekretariat@pcpr.gorlice.pl

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
Powiat krakowski**
Adres: ul. Słowackiego 20, 30-037 Kraków
Tel.: (12) 634-42-70
Fax: (12) 423-47-84
e-mail: pcpr@powiat.krakow.pl

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
Powiat limanowski**
Adres: ul. J. Marka 9, 34-600 Limanowa
Tel.: (18) 3375826
Fax: (18) 3375825
e-mail: pcpr@limanowa.powiat.pl

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
Powiat nowosądecki**
Adres: ul. J.Kilińskiego 72A, 33-300 Nowy Sącz
Tel: (18) 443-75-91, (18) 443-82-51
Fax: (18) 444-27-17
e-mail: pcprns@poczta.onet.pl

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
Powiat nowotarski**
Adres: ul. Szaflarska 39, 34-400 Nowy Targ
Tel: (18) 266-42-07, (18) 264-08-07
Fax: (18) 266-42-07
e-mail: pcpr@nowotarski.pl

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
Powiat olkuski**
Adres: ul. Piłsudskiego 21, 32-300 Olkusz
Tel: (32) 643-39-41, (32) 641-32-92
Fax: (32) 643-39-41
e-mail: pcprolkusz@wp.pl

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
Powiat proszowicki**
Adres: ul. 3 Maja 72, 32-100 Proszowice
Tel: (12) 386-29-60, (12) 386-22-24
Fax: (12) 386-29-60
e-mail: pcpr.pro@interia.pl

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
Powiat tarnowski**
Adres: ul. Szujskiego 66, 33-100 Tarnów
Tel: (14) 621-56-83
Fax: (14) 621-30-40
e-mail: pcpr.tarnow@wp.pl

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
Powiat wielicki**
Adres: ul. Daniłowicza 12, 32-020 Wieliczka
Tel: (12) 288-02-20

Fax: (12) 288-02-20
e-mail: pcpr@powiatwielicki.pl

Sąddecki Ośrodek Interwencji Kryzysowej
Powiat m. Nowy Sącz
Adres: ul. Śniadeckich 10A, 33-300 Nowy Sącz
Tel: (18) 449-07-30
Fax: (18) 449-07-31
e-mail: sekretariat@soik.pl

Tarnowski Ośrodek Interwencji Kryzysowej i Wsparcia Ofiar Przemocy
Powiat m. Tarnów
Adres: ul. Szarych Szeregów 1, 33-100 Tarnów
Tel: (14) 655-36-36
Fax: (14) 655-66-59
e-mail: oiktarnow@op.pl

Tatrzański Ośrodek Interwencji Kryzysowej i Wsparcia Ofiar Przemocy w Zakopanem
Powiat tatrzański
Adres: ul. Makuszyńskiego 9, 34-500 Zakopane
Tel: (18) 206-44-54
Fax: (18) 206-44-54
e-mail: oik.zakopane@op.pl

*zamieszczone w Informatorze zdjęcia pochodzą ze strony internetowej: <https://pixabay.com/pl/>