

PARYSÓW

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
ul.Kościuszkzi 28 08-441 Parysów
tel. 25 685-01-42 e-mail: gops@parysow.pl
Punkt konsultacyjny - dla uzależnionych i osób dotkniętych przemocą
- I i III środa m-ca od 15:00

PILAWA

Miejsko - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
08-440 Pilawa Al.Wyzwolenia 158 tel.25 685 60 53
mgops@pilawa.com.pl
AA- niedziela. g 18:00 – budynek PKO Pilawa
AL-ANON- czwartek g. 18:00 budynek PKO Pilawa
- wtorek (latem) g.19:00, (zimą) g.18:00- Plebania Trąbki
Punkt konsultacyjny dla uzależnionych i współuzależnionych
- czwartek g.15:00-17:00- UG Pilawa
Psycholog- III wtorek m-ca g.15:00-17:00 UG Pilawa

SOBOLEW

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
08-460 Sobolew ul.Rynek 1 tel. 25 68 25 103, e-mail: gopssobolew@o2.pl
AA- piątek. g.19:00- UG Sobolew
AL-ANON- wtorek g.16:30- UG Sobolew

TROJANÓW

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
08-455 Trojanów 57a tel. 25 68 27 195
e-mail: gops@trojanow.pl
AA- czwartki (lato) g.17:00, (zima) g.16:00- UG Trojanów
Psycholog I i III środę g. 14:00-17:00- UG Trojanów
Terapeuta uzależnień- II i IV środa g.14:00-17:00-UG Trojanów

WILGA

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
08-470 Wilga ul.Warszawska 38 tel. 25 685 30 71, e-mail: gopswilga@interia.pl

ŻELECHÓW

Miejsko - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
08-430 Żelechów ul.Piłsudskiego 47 tel: 25 754 11 46
e-mail: mgops_z@interia.pl
AA- poniedziałek g.18:00- Żelechów ul.Piłsudskiego 34
Psycholog- czwartek g.15:30- 17:30- zelechów ul.Piłsudskiego 34

SPZÓZ ŁUKÓW

21-400 Łuków, ul. Dr Andrzeja Rogalińskiego 3
tel.25 798 20 01 e-mail: spzoz@spzoz.lukow.pl
Oddział odwykowy tel.25 7984880
Oddział psychiatryczny wew. 314, 316
Oddział detoksykacyjny wew. 312, 313
Terapia współuzależnienia od alkoholu wew. 325

BIURO PORAD OBYWATELSKICH

08-400 Garwolin- ul. Zgoda 2 tel. 25 682 20 75
mail: bpo_garwolin@interia.pl
-Porady prawne
-Pomoc psychologiczna

OŚRODEK REHABILITACJI „MONAR”

08-412 Borowie Głosków 43 tel. 25 681 64 24
mail: gloskow@monar.org

GARWOLIN

Gminny ośrodek pomocy społecznej
08-400 Garwolin ul.Mazowiecka 16 tel. 25 682 05 60
e-mail: gops@garwolin-gmina.pl
Miejsko - gminny ośrodek pomocy społecznej
08-400 Garwolin ul.Staszica 15 tel. 25 684 34 41
e-mail: mops@garwolin.pl
„Trzeźwymi bądźcie”- Wojciech Urbański
tel. 664957530 08-400 Garwolin ul. Staszica 13
AA-wtorek, piątek (lato) g.19:00, (zima) g.18:00, niedz.g.11:00
Grupa terapeutyczna dla osób uzależnionych czwartek g. 19:30
AL-ANON- poniedziałek g. 18:00

GÓRZNO

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
Górzno 131 08-404 Górzno tel. 25 681 22 84
e-mail: gops@gorzno.ugm.pl

ŁASKARZEW

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
08-450 Łaskarzew ul.Duży Rynek 32 tel. 25 684 50 59
e-mail: gops_laskarzew@pro.onet.pl
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej
08-450 Łaskarzew ul.Duży Rynek 32 tel.25 684 59 63
e-mail: mops@miasto.laskarzew.pl
AA- niedziela. g.19:00- Plebania Łaskarzew
AL-ANON - wtorek. g. 18:00 –Plebania Łaskarzew
TERAPIA UZALEŻNIEN - poniedziałek od 16:00 -
„Dom Kultury Bajka” Łaskarzew ul.Alejowa 13

MACIEJOWICE

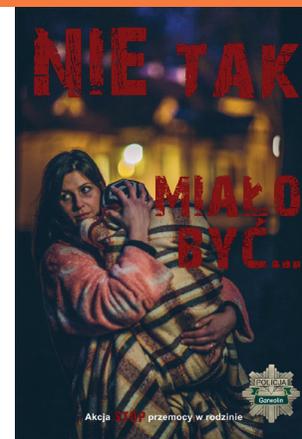
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
08- 480 Maciejowice ul. Tadeusza Kościuszki 17
tel.25 682 5780 e mail: gops_maciejowice@poczta.onet.pl
AA- poniedziałek g. 18:00 Plebania Maciejowice

MIASTKÓW KOŚCIELNY

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
08-420 Miastków Kośc. ul.Rynek 6 tel. 25 751 12 88
gops@miastkowkoscielny.pl

POWIATOWY INFORMATOR

DLA OSÓB DOTKNIĘTYCH PRZEMOCĄ W RODZINIE



Przemoc w rodzinie- to wszystkie jedno-razowe lub powtarzające się działania lub zaniechania osoby najbliższej, wspólnie zamieszkującej lub gospodarującej, zmuszające Cię do zachowań wbrew Twojej woli, w szczególności narażające Cię na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, naruszające Twoją godność, nietykalność cielesną, wolność, w tym seksualną, powodujące szkody na Twoim zdrowiu fizycznym lub psychicznym, a także wywołujące cierpienia i krzywdy moralne.

Przemoc w rodzinie może przybrać różne formy, np:

- przemocy fizycznej (np. Gdy ktoś Cię bije, popycha, szarpie, kopie, dusi);
- przemocy psychicznej (np. gdy ktoś Cię obraża, wyzywa, poniża w obecności innych osób, pozbawia kontaktu z bliskimi, kontroluje, ciągle krytykuje);
- przemocy seksualnej (np. gdy ktoś Cię zmusza do współżycia, do zachowań seksualnych przez Ciebie nieakceptowanych).

Ofiara przemocy w rodzinie może być np.:

- dziecko
- współmałżonek / partner
- osoba niepełnosprawna
- osoba starsza

PAMIĘTAJ!

Nic nie usprawiedliwia aktów przemocy!
Sprawca każdego rodzaju przemocy winien być pociągnięty do odpowiedzialności karnej.

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

- w sytuacjach zagrożenia życia lub zdrowia powiadom Policję (997,112) lub prokuratora; szybka reakcja umożliwi zapewnienie Tobie i Twoim bliskim ochrony, wszczęcie odpowiednich procedur, a także zabezpieczenie dowodów zdarzenia;
- w razie doznania obrażeń ciała zgłoś się do lekarza , który jest zobowiązany do wystawienia bezpłatnego zaświadczenia lekarskiego oraz sporządzenia Niebieskiej Karty.



POLICJA



STAROSTWO POWIATOWE GARWOLIN

KOMISJE
ROZWIĄZYWANIA
PROBLEMÓW
ALKOHOLOWYCH

-Jeśli potrzebujesz rozmowy, bezpłatnej porady prawnej, wsparcia psychologicznego w związku z przemocą w Twojej rodzinie, albo udzielenia informacji o miejscach pomocy Twojej najbliższej okolicy, możesz zadzwonić pod numery:
801 12 00 02 Ogólnopolskiego Telefonu dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”
116 111 Telefonu Zaufania dla Dzieci i Młodzieży
600 070 717 Fundacji Centrum Praw Kobiet
800 12 12 12 Dziecięcego Telefonu Zaufania Rzecznika Praw Dziecka
800 676 676 Rzecznika Praw Obywatelskich

PAMIĘTAJ!

To nie Ty musisz się wyprowadzać z domu!

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

Masz prawo żądać od Policji, prokuratury lub sądu ochrony i zapewnienia Ci bezpieczeństwa, a w szczególności izolacji 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 określonej odległości.

Masz prawo do żądania wszczęcia procedury „Niebieskie Karty” przez przedstawicieli 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 jeśli nie zdecydowałaś/łeś 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 dotkniętą 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 zarządzenia opiekuńcze w celu ochrony dziecka.

MASZ PRAWO DO:

- Życia w rodzinie wolnej od przemocy
- Ochrony prawnej Twojego życia, zdrowia, czci i dobrego imienia oraz samodzielnego decydowania o swoim życiu osobistym

- Żądania od organów władzy publicznej ochrony Ciebie oraz Twojego dziecka przed przemocą lub okrucieństwem, w tym ze strony osoby Ci najbliższej

Szczegółowe informacje o przysługujących Ci prawach i obowiązkach znajdziesz w Informatorze dla osoby dotkniętej przemocą w rodzinie dostępnym na stronie internetowej
www.ms.gov.pl,
www.pokrzywdzeni.gov.pl,
www.mpips.gov.pl

POLICJA – tel. 997

| | | |
|--------------|------------------|-------------------|
| KPP Garwolin | ul.Stacyjna 23 | Tel: 25 68 40 200 |
| KP Łaskarzew | ul.Szkolna 3 | Tel: 25 68 40 390 |
| PP Pilawa | ul.Letniskowa 2 | Tel: 25 68 40 300 |
| PP Trojanów | ul.Trojanów 57A | Tel: 25 68 40 340 |
| PP Wilga | ul.Warszawska 58 | Tel: 25 68 40 330 |
| PP Żelechów | ul.Traugutta 5 | Tel: 25 68 40 400 |

SĄD REJONOWY W GARWOLINIE
ul. Aleja Legionów 46 Garwolin
tel/fax.025 682-30-41 poczta@garwolin.sr.gov.pl

PROKURATURA REJONOWA W GARWOLINIE
Al. Legionów 46 Garwolin
tel. (25) 684-36-33 pr.garwolin@siedlce.po.gov.pl
POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE
08-400 Garwolin ul.Sportowa 5 tel. 25 682 43 19
e-mail: wydz.pcpr@garwolin-starostwo.pl
-Radca prawny- poniedziałek 8:00-10:00
-Terapeuta uzależnień -poniedziałek 13:00-16:00
-Psycholog -środa 9:00-12:00

PORADNIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA
08-400 Garwolin ul.Staszica 18 tel. 25 684 37 89
e-mail: poradniagarwolin@poczta.onet.pl
-Trening umiejętności wychowawczych
-Radzenie sobie z agresywnym zachowaniem dziecka
-Szkoła dla rodziców; -Terapia psychologiczna dla dzieci i ich rodzin
-Konsultacje telefoniczne

SPZOZ- 08-400 Garwolin ul. Staszica 18 tel. 25 682 30 23

Poradnia leczenia uzależnień
Jadwiga Stobiecka zapisy tel.601 970 921
Wanda Cabaj tel. 509 965 876

Dorota Starzyńska tel. 692413804

Anetta Stobiecka-Donicz tel.509 594 695 program CANDIS dla eksperymentujących i uzależnionych od canabinoidów Poradnia zdrowia psychicznego dla dzieci i dorosłych

NZOZ „ZDROWIE” ul. Dobra 3/9 08-400 Garwolin
Zapisy osobiście w rejestracji lub tel.25 682-46-59
Poradnia leczenia uzależnień
Poradnia zdrowia psychicznego
Poradnia psychologiczna

PRACOWNIA PSYCHOLOGICZNA „GAYA”
ASD Anetta Stobiecka-Donicz tel. 509 594 695
08-400 Garwolin ul.Wiejska 57/9
tel.25 682 38 59 /503 751 824 e-mail:psycholog-gaya@wp.pl
-Terapia par i rodzin
-Warsztaty rodzicielskie
-Terapia indywidualna dla ofiar i sprawców przemocy
-Krótkoterminowa terapia par wspierająca leczenie uzależnień
-Interwencja rodzinna w celu zatrzymania przemocy.
-Wychowanie bez klapsa- dla rodziców dzieci (0-6)
-Program Wzmacniania Rodziny 10-14- wychowanie bez przemocy
-Trening rozwoju osobistego dla ODP I OSP
-Grupy wsparcia dla osób doznających przemocy
-Trening zastępowania agresji.
-Mediacje rodzinne, porady prawne

PRYWATNE CENTRUM POMOCY PSYCHOLOGICZNEJ „SYNTHESIS” Garwolin ul. Kościuszki 2/2 tel. 25 682 02 18
tel.607 401 384 e-mail: laskowskaa@poczta.onet.pl
-Warsztaty umiejętności wychowawczych dla rodziców
-Terapia małżeńska i rodzinna
-Interwencja rodzinna w celu zatrzymania przemocy
-Grupa wsparcia dla kobiet dotkniętych przemocą
-Terapia indywidualna dla ofiar i sprawców przemocy
-Konsultacje psychiatryczne
-Trening komunikacji i umiejętności interpersonalnych

WOJEWÓDZKI OŚRODEK TERAPII UZALEŻNIENIA OD ALKOHOLU I WSPÓŁUZALEŻNIENIA

05-802 Pruszków ul. Partyzantów 2/4 tel.22 758 60 05
Oddział detoksykacji (alkoholowej) tel.22 758 60 05
SWZP ZAKŁADÓW PSYCHIATRYCZNEJ OPIEKI ZDROWOTNEJ
Oddział Terapii Uzależnienia od Alkoholu
01-045 Warszawa ul. Kolska 2/4 tel. 22 838 91 36
Poradnia Terapii Uzależnienia od Substancji Psychoaktywnych
00-665 Warszawa ul. Nowowiejska 27 tel. 22 825 20 31
w. 311, 341, 399:

POWIATOWY INFORMATOR
DLA OSÓB DOTKNIĘTYCH PRZEMOCĄ W RODZINIE