



**PRZERWIJ**

**PRZEMOC**

**PRZYJDŹ ZGŁOŚ**

**ZAREAGUJ**

**OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ  
W ŁĄCKU**

**TELEFON: 18-414-07-35**

# STOP PRZEMOCY – SZUKAJ POMOCY

## CO TO JEST PRZEMOC W RODZINIE?

Przemoc w rodzinie jest to jednorazowe, albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie naruszające prawa lub dobra osobiste osób. W szczególności narażające je 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.

## KTO MOŻE BYĆ OFIARĄ PRZEMOCY W RODZINIE?

- współmałżonkowie
- partnerzy w związkach nieformalnych
- dzieci
- osoby starsze
- osoby niepełnosprawne

## NAJCZĘSTSZE FORMY PRZEMOCY W RODZINIE TO :

- **Przemoc fizyczna:** bicie, popychanie, kopanie, duszenie, oparzenie, bicie przy użyciu przedmiotów.
- **Przemoc psychiczna:** wyśmiewanie, szydzenie, okazywanie braku szacunku, poddawanie stałej krytyce, kontrolowanie i ograniczanie kontaktów z bliskimi.
- **Przemoc seksualna:** wymuszanie pożycia seksualnego, wymuszanie nieakceptowanych praktyk seksualnych, wymuszanie seksu z osobami trzecimi, demonstrowanie zazdrości.

## PAMIĘTAJ !

**JĘŚLI JESTEŚ ŚWIADKIEM PRZEMOCY W TWOIM OTOCZENIU** tj. często słyszysz awantury rodzinne; widzisz, że jakież osoby noszą ślady pobicia; obserwujesz niedostateczną troskę o osoby starsze, niepełnosprawne lub dzieci — **ZAREAGUJ!**

**JĘŻELI JESTEŚ OFIARĄ PRZEMOCY** koniecznie powiadom służby zajmujące się przeciwdziałaniem przemocy w rodzinie:

- **Punkt konsultacyjny dla osób i rodzin znajdujących się w kryzysie:** tel. 517-577-892; Ośrodek Pomocy Społecznej w Łącku, tel. 18-414-07-35 (porady prawne, psychologiczne i socjalne);
- **Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Łącku:** Świetlica Środowiskowa (tel. 18-444-52-28);
- **Posterunek Policji w Łącku:** tel. 18-444-60-07;
- **Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Nowym Sączu:** tel. 18-443-82-51, 18-443-75-91, 18-444-26-72
- **Sądecki Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Nowym Sączu:** hostel czynny 24h (tel. 18-442-03-52), [www.soik.pl](http://www.soik.pl)
- **NIEBIESKA LINIA:** tel. 800-200-02, [www.niebieskalinia.pl](http://www.niebieskalinia.pl)