



## Stop przemocy – warto wiedzieć...

Przemoc w rodzinie narusza podstawowe prawa człowieka, w tym prawo do życia i zdrowia oraz poszanowania godności osobistej. Przemoc w rodzinie należy rozumieć jako jednorazowe albo powtarzające się umyślne działania lub zaniechanie naruszające prawa lub dobra osobiste osób najbliższych, w szczególności narażające te osoby na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, naruszające ich godność, nietykalność cielesną, wolność, w tym seksualną, powodującą szkody na ich zdrowiu fizycznym lub psychicznym, a także wywołujące cierpienia i krzywdy moralne u osób dotkniętych przemocą.



### CZY WIESZ, ŻE

ten, kto znęca się fizycznie lub psychicznie nad osobą najbliższą lub nad inną osobą pozostającą w stałym lub przemijającym stosunku zależności podlega karze pozbawienia wolności od 3 miesięcy do lat 5. (art. 207 Kodeksu Karnego).

### PAMIĘTAJ, ŻE

popychanie, uderzenie, wykręcanie rąk, duszenie, kopanie, spoliczkowanie, uszkodzenie ciała, izolacja, wyzwiska, ośmieszanie, groźby, kontrolowanie, ograniczenie kontaktów, krytykowanie, poniżanie, demoralizacja, ciągłe niepokojenie, zmuszanie do obcowania płciowego i innych czynności seksualnych, niszczenie/uszkodzenie mienia, zabór/przywłaszczenie mienia, groźba karalna/znieważenie, zmuszanie do picia alkoholu, zmuszanie do zażywania środków odurzających lub substancji psychotropowych, inne działania na szkodę najbliższych - **to coś więcej niż kłótnia, nieporozumienia czy konflikty małżeńskie. Choć przez wiele lat traktowane jako sprawa prywatna, bicie, wykorzystywanie i krzywdzenie osób bliskich jest przestępstwem podlegającym karze tak samo jak przemoc wobec obcych osób.**

**Pamiętaj, że jest to przestępstwo ścigane z urzędu!** Policja ma obowiązek interweniować zawsze, gdy zachodzi podejrzenie takiego czynu, a w przypadku stwierdzenia przemocy w rodzinie jest zobowiązana wdrożyć procedurę interwencji „Niebieska Karta”.

Wraz z nowelizacją ustawy o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie, od 30 listopada 2020 roku obowiązują nowe uregulowania prawne policjant ma prawo wydać nakaz natychmiastowego opuszczenia wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia lub zakazu zbliżania się do mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia. Przepisy pozwalają na skuteczniejszą walkę ze zjawiskiem przemocy w rodzinie i osobami stosującymi przemoc wobec najbliższych tj. natychmiastową izolację sprawcy od ofiary.

**NIC NIE USPRAWIEDLIWIA PRZEMOCY !!!**

**Możesz zmienić swoje życie zgłoś się do ludzi, instytucji, organizacji MOGĄCYCH CI POMÓC  
w ZMIANIE ZRÓB TO DLA SIEBIE I SWOJEJ RODZINY**

**Na terenie Gminy Tuchów i Powiatu Tarnowskiego są to:**

**- Policja 997 CPR 112**

**- Straż pożarna 998**

**- Pogotowie ratunkowe 999**

**- Ośrodek Pomocy Społecznej w Tuchowie**

**Zespół Interdyscyplinarny**

ul. Jana Pawła II 4, 33-170 Tuchów tel. **14 6525 489, 14 6510169**

**e-mail [przemoc.zi@tuchow.pl](mailto:przemoc.zi@tuchow.pl), -strona internetowa [www.ops.tuchow.pl](http://www.ops.tuchow.pl)**

**- Komisariat Policji w Tuchowie**

ul. Kopernika 4, 33-170 Tuchów, tel. **47 8312380**

**- Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych**

ul. Rynek 1, tel. **14 6525 176 , 14 6625474**

**- Prokuratura Rejonowa w Tarnowie**

ul. Dąbrowskiego 27, 33-170 Tarnów tel. **14 6222731 do 33**

**- Komenda Miejska Policji ul. Traugutta 4, 33-100 Tarnów tel. 47 8311222**

**- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie**

ul. Urszulańska 19, 33-100 Tarnów tel. **14 6215683**

**- Ogólnopolski Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” tel. 801-1200-02**

**- Ośrodek Psychoterapii w Tuchowie**

ul. Kolejowa 8, tel. **14 6870400**

**- Centrum Wsparcia Pokrzywdzonych Prześstępstwem prowadzone przez Fundację Hetmana Jana Tarnowskiego**

Dyżur osób pierwszego kontaktu; Tarnów ul. Krakowska 13 IVp.

Poniedziałek: 9.00-16.00

Wtorek: 9.00-16.00

Środa: 13.00-20.00

Czwartek: 10.00-17.00

Piątek: 9.00-16.00

Sobota: 8.00-13.00

**tel. 519 820 707**

**- Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej z siedzibą w Wojniczu**

ul. Jagiellońska 17, 32-830 Wojnicz tel 14 6501392 infolinia ; całodobowa **512259253**

**e-mail [pcpr.poik@powiat.tarnow.pl](mailto:pcpr.poik@powiat.tarnow.pl), strona internetowa [www.pcprtarnow.pl](http://www.pcprtarnow.pl)**

**- Tarnowski Ośrodek Interwencji Kryzysowej i Wsparcia Ofiar Przemocy**

ul. Szarych Szeregów 1, 33-100 Tarnów tel. **14 6553636**

**Korzyści, jakie możesz osiągnąć:**

**- polepszenie relacji w rodzinie,**

**- poszerzenie świadomości,**

**- rozwój samoświadomości emocjonalnej,**

**- zdobycie umiejętności rozpoznawania nazywania uczuć i ich wyrażania.**



**Jeśli stosujesz przemoc – warto wiedzieć ...**



**Przemoc w rodzinie nie kończy się sama, to od ciebie zależy, czy zostanie przerwana!**

**Powiedz Przemocy Stop!**

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Tarnowie realizuje Program Korekcyjno-Edukacyjny dla sprawców przemocy oraz program Psychologiczno – Terapeutyczny dla Osób Stosujących Przemoc w Rodzinie.**

Masz problem z kontrolowaniem swoich emocji?  
Zdarza ci się poniżać, upokarzać, ranić innych?  
Bywa, że reagujesz agresją, złością?  
Chcesz zmienić swoje zachowanie wobec rodziny?  
Przyjdź nie Czekaj!

**Szczegółowych informacji udziela:**

**Ośrodek Pomocy Społecznej w Tuchowie ul. Jana Pawła II 4 tel. 14 6525 489,**

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Tarnowie 33-100 Tarnów ul. Urszulańska 19  
tel. 14 621 56 83, wew. 18**

**Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Wojniczu  
ul. Jagiellońska 17, 32-830 Wojnicz tel. 512 259 253**

