

## INFORMACJA, GDZIE SZUKAĆ POMOCY W PRZYPADKU PRZEMOCY DOMOWEJ

Możesz zwrócić się po pomoc do podmiotów i organizacji realizujących działania na rzecz przeciwdziałania przemocy domowej. Pomogą Ci:

- **Podstawowy numer alarmowy: 112**
- **Ośrodek Pomocy Społecznej w Raciborzu**  
Ul. Henryka Sienkiewicza 1, 47-400 Racibórz  
Telefon: 32 415 26 50  
– w sprawach socjalnych, bytowych i prawnych.
- **Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Raciborzu**  
ul. Klasztorna 6  
47-400 Racibórz  
Telefon: 32 415 20 28; 32 415 94 62  
– w zakresie prawnym, socjalnym, terapeutycznym lub udzielą informacji na temat instytucji lokalnie działających w tym zakresie w Twojej miejscowości.
- **Ośrodki interwencji kryzysowej i Ośrodki wsparcia** – zapewniając schronienie Tobie i Twoim bliskim, gdy doznajesz przemocy domowej, udzielą Ci pomocy i wsparcia w przezwyciężeniu sytuacji kryzysowej, a także opracują plan pomocy.  
  
Pomoc świadczy:  
Ośrodek interwencji kryzysowej „PERSONA”  
ul. Karola Miarki 7/1,  
47-400 Racibórz  
Tel. stacjonarny (czynny w godzinach dyżuru): 32 414 96 90  
Telefon interwencyjny (czynny całą dobę): 722 304 453
- **Okręgowe ośrodki i lokalne punkty działające w ramach Sieci Pomocy Pokrzywdzonym Przemocą** – zapewniając profesjonalną, kompleksową i bezpłatną pomoc prawną, psychologiczną, psychoterapeutyczną i materialną.  
  
Pomoc świadczona jest w następujących najbliższych punktach:  
1) Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przemocą w Kędzierzynie-Koźlu, ul. Piramowicza 17, 47-200 Kędzierzyn- Koźle, tel.: 885 655 022,  
2) Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przemocą w Mikołowie (Okręgowy Ośrodek w Katowicach), ul. Okrzei 14, 43- 190 Mikołów, tel.: 781 319 781,  
3) Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przemocą w Pszczynie (Okręgowy Ośrodek w Katowicach), ul. Partyzantów 21, 43-200 Pszczyna, tel.: 781 781 846,  
4) Okręgowy Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przemocą w Bielsku-Białej, ul. Wyspiańskiego 33, 43-300 Bielsko-Biała, tel.: 667 252 257.
- **Placówki ochrony zdrowia** – np. uzyskać zaświadczenie lekarskie o doznanych obrażeniach.  
  
Pomoc świadczy m.in.:

- 1) Szpital Rejonowy im. dr. Józefa Rostka w Raciborzu, ul. Gamowska 3, 47-400 Racibórz, tel. 32 755 37 70
  - 2) Centrum Medyczne Eskulap, ul. Kolejowa 19a, 47-400 Racibórz, tel. 32 415 46 34
  - 3) Centrum Zdrowia - Przychodnia „Ocicka”, ul. Ocicka 51a, 47-400 Racibórz, tel. 32 415 35 50; 32 415 48 30
- **Komisje rozwiązywania problemów alkoholowych** – podejmując działania wobec osoby nadużywającej alkoholu.  
  
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Raciborzu  
ul. Londzina 46, 47-400 Racibórz  
Tel: 32 415 31 61
  
  - **Punkty nieodpłatnej pomocy prawnej** – w zakresie uzyskania pomocy prawnej.  
  
Lokalny punkt nieodpłatnej pomocy prawnej w Raciborzu w Starostwie Powiatowym w Raciborzu  
Pl. Stefana Okrzei 4, 47-400 Racibórz  
Tel: 32 45 97 324
  
  - **Możesz zadzwonić także do:**
    - **Ogólnopolskiego Pogotowia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” tel. 800 12 00 02** (linia całodobowa i bezpłatna), w poniedziałki w godz. 18<sup>00</sup>–22<sup>00</sup> można rozmawiać z konsultantem w języku angielskim, a we wtorki w godz. 18<sup>00</sup>–22<sup>00</sup> w języku rosyjskim. **Dyżur prawny (22) 666 28 50** (linia płatna, czynna w poniedziałek i wtorek w godzinach 17<sup>00</sup>–21<sup>00</sup>) oraz **tel. 800 12 00 02** (linia bezpłatna, czynna w środę w godzinach 18<sup>00</sup>–22<sup>00</sup>). **Poradnia e-mailowa:** niebieskalinia@niebieskalinia.info. Członkowie rodzin z problemem przemocy i problemem alkoholowym mogą skonsultować się także przez **SKYPE: pogotowie.niebieska.linia** ze specjalistą z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie – konsultanci posługują się językiem migowym.
    - **Ogólnokrajowej Linii Pomocy Pokrzywdzonym tel. +48 222 309 900** przez całą dobę można anonimowo uzyskać informacje o możliwości uzyskania pomocy, szybką poradę psychologiczną i prawną, a także umówić się na spotkanie ze specjalistami w dowolnym miejscu na terenie Polski. Możliwe są konsultacje w językach obcych oraz w języku migowym.
    - **Policyjny telefon zaufania dla osób doznających przemocy domowej nr 800 120 226** (linia bezpłatna przy połączeniu z telefonów stacjonarnych, czynna codziennie w godzinach od 9<sup>30</sup> do 15<sup>30</sup>, od godz. 15<sup>30</sup> do 9<sup>30</sup> włączony jest automat).
    - **Telefony zaufania dla dzieci i młodzieży** - ogólnopolskie i całkowicie bezpłatne. Telefony te służą młodzieży i dzieciom potrzebującym wsparcia, opieki i ochrony. Zapewnia dzwoniącym możliwość dzielenia się troskami, rozmawiania o sprawach dla siebie ważnych oraz wsparcia w trudnych sytuacjach.  
Dostępne są:  
**Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży: 116 111**  
**Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka: 800 12 12 12**