

gmina Siedlce

# Informator dla osób stosujących przemoc domową

Zespół Interdyscyplinarny w Gminie Siedlce  
ul. M. Asłanowicza 10, 08-110 Siedlce  
tel. 25 633 09 64

Sfinansowano ze środków własnych Gminnej Komisji  
Rozwiązywania Problemów Alkoholowych





## Zapamiętaj, stosowanie przemocy domowej jest przestępstwem ściganym z urzędu!

Mówi o tym art. 207 Kodeksu Karnego: Służby i instytucje, takie jak: policja, ochrona zdrowia, ośrodki pomocy społecznej, szkolnictwo, komisje ds. rozwiązywania problemów alkoholowych mają obowiązek podejmować interwencje zawsze, gdy zachodzi podejrzenie takiego czynu i uruchomić procedurę „Niebieskie Karty”. Celem tych działań jest zatrzymanie przemocy i udzielenie pomocy osobom pokrzywdzonym.



W świetle obowiązującego w Polsce prawa osoba stosująca przemoc domową musi liczyć się z ponoszeniem konsekwencji, takich jak np.:

- rozpoczęcie procedury karnej/administracyjnej
- nakaz opuszczenia lokalu mieszkalnego
- zakaz kontaktowania się z danymi osobami
- zakaz zbliżania się do określonych osób

**Jeśli otrzymała/otrzymał Pani/Pan tę broszurę informacyjną w związku z wszczęciem procedury „Niebieskie Karty” to znaczy, że Pani/Pana zachowanie wobec bliskich osób zostało uznane za stosowanie przemocy.**



Powinna/powinien Pani/Pan pamiętać o tym, że za przemoc odpowiedzialna jest osoba, która ją stosuje. Nic nie usprawiedliwia jej stosowania, nawet kiedy Pani/Pan czuje się sprowokowana/y. Nad tym w jaki sposób się zachowujemy trzeba panować.

**Jeśli chce Pani/Pan zmienić swoje zachowanie to można wziąć udział w nieodpłatnych zajęciach programu korekcyjno-edukacyjnego.**

Dzięki udziałowi w programie można nauczyć się radzić sobie z emocjami: złością, gniewem, agresją, stresem, a także nauczyć się wywierać wpływ na innych – bez stosowania przemocy.

Dzięki temu można polepszyć swoje relacje z bliskimi i innymi osobami.

**Pomoc w tym zakresie można otrzymać w:**



**Powiatowym Centrum  
Pomocy Rodzinie w Siedlcach**  
ul. J. Piłsudskiego 40, 08-110 Siedlce  
tel. 25 644 81 72



**Gminnym Ośrodkiem Pomocy  
Społecznej w Siedlcach**  
ul. M. Asłanowicza 10, 08-110 Siedlce  
tel. 25 633 09 64

**Ponadto, wszyscy mieszkańcy Gminy Siedlce (dzieci i osoby dorosłe) mogą skorzystać z nieodpłatnej pomocy Punktu Konsultacyjnego w Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Siedlcach.**

**Dyżury pełnią:**

- Instruktor terapii uzależnień
- Pomoc prawna
- Psycholog
- Przewodniczący Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

**ZAPISY OSOBIŚCIE W GMINNYM  
OŚRODKU POMOCY SPOŁECZNEJ  
W SIEDLCACH LUB POD NUMEREM  
TEL: 25 633 09 64**



**Zapamiętaj, gdy zdarza się, że wobec kogoś bliskiego, który jest słabszy od Ciebie stosujesz poniższe zachowania:**

- popychasz, policzkujesz, uderzasz, szarpiesz
- obrzucasz obelgami, wyzwiskami
- zależy Ci na tym i domagasz się ograniczenia kontaktu tej osoby z bliskimi i znajomymi
- w przyпіywie złości niszczysz specjalnie własność bliskiej osoby
- grozisz, że zrobisz jej krzywdę, zabijesz, zranisz
- zmuszasz do robienia rzeczy, które poniżają osobę doznającą przemocy
- skłaniasz bliską Ci osobę do kontaktów seksualnych, mimo że nie ma na to ochoty
- uważasz, że bliska osoba zasłużyła sobie na takie “traktowanie”



- kontrolujesz w pełni wszystkie wydatki w domu i dajesz bliskiej osobie pieniądze dopiero wtedy kiedy o to poprosi
- jesteś przekonana/przekonany o tym, że ta osoba doprowadza Cię do furii w związku z czym Twoje zachowania są uzasadnione
- problemy lub nieporozumienia próbujesz rozwiązać nadmiernym krzykiem lub siłą
- systematycznie dokuczysz bliskiej osobie



**... ISTNIEJE RYZYKO, ŻE STOSUJESZ PRZEMOC WOBEC SWOICH BLISKICH!**

**Warto również zapoznać się z mini - słownikiem pojęć z zakresu przemocy domowej:**



### **Przemoc fizyczna**

bicie, popychanie, szarpanie, kopanie, duszenie, policzkowanie, przetrzymywanie



### **Przemoc seksualna**

wymuszanie pożycia seksualnego, wymuszanie nieakceptowanych zachowań seksualnych, wymuszanie seksu z osobami trzecimi

### **Przemoc za pomocą środków komunikacji elektronicznej**

wyzywanie, straszenie, poniżanie osoby w Internecie lub przy użyciu telefonu, robienie jej zdjęcia lub rejestrowanie filmów bez jej zgody, publikowanie w Internecie lub rozsyłanie telefonem zdjęć, filmów lub tekstów, które ją obrażają lub ośmieszają



### **Przemoc ekonomiczna**

zmuszanie do oddawania uzyskiwanych środków finansowych, uniemożliwienie podjęcia pracy, niezaspakajanie podstawowych potrzeb materialnych, niszczenie rzeczy osobistych

### **Przemoc psychiczna**

obrażanie, wyzywanie, wyśmiewanie, szydzenie, okazywanie braku szacunku, poniżanie w obecności innych osób, kontrolowanie i ograniczanie kontaktu z bliskimi, poddawanie stałej krytyce



### **Inne rodzaje zachowań**

pozostawianie bez opieki osoby, która z powodu choroby, niepełnosprawności bądź wieku nie może samodzielnie zaspokoić swoich potrzeb, zmuszanie do picia alkoholu, zmuszanie do zażywania środków odurzających, substancji psychotropowych lub leków