

# Przemoc - Gdzie szukać pomocy ?

## Treść

Przeciwdziałanie przemocy domowej oraz niesienie pomocy osobom doświadczającym przemocy i ich rodzinom jest zadaniem realizowanym przez różne instytucje i służby społeczne. Należą do nich między innymi: Policja, prokuratura, pomoc społeczna (w tym ośrodki pomocy społecznej, specjalistyczne ośrodki wsparcia dla osób doświadczających przemocy domowej, ośrodki interwencji kryzysowej), gminne komisje rozwiązywania problemów alkoholowych, służba zdrowia. Warto wiedzieć do czego zobowiązane są poszczególne instytucje, jaki rodzaj pomocy oferują osobom uwikłanym w przemoc oraz jakie prawa przysługują tym, którzy szukają pomocy.

Poniżej znajdują się adresy instytucji z terenu gminy Grybów, działających w obszarze przeciwdziałania przemocy domowej.

Lp.	Nazwa i adres instytucji/ organizacji	Numer telefonu	Adres mailowy
1.	<p>Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Grybowie ul. Jakubowskiego 33, 33-330 Grybów Punkt Informacji, Konsultacji i Wsparcia dla Osób Dotkniętych Przemocą w Rodzinie Pracownicy socjalni: poniedziałek, środa, piątek w godz. od 8.00 do 14.00 Psycholog: poniedziałek w godz. od 12:30 do 16:30 lub wtorek w godz. od 8:00 do 12:00 Grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy: ostatni wtorek miesiąca w godz. od 9:00 do 11:00 Prawnik: wtorek w godz. od 7:15 do 11:15 Punkt Informacyjno-Konsultacyjny ds. Uzależnień i Przemocy Domowej, ul. Kościuszki 20, 33-330 Grybów Prawnik: każdy 1 i 3 piątek miesiąca w godz. od 16.00 do 19.00</p>	<p>18 448 42 18 18 448 42 46</p>	<p><a href="mailto:gops@gminagrybow.pl">gops@gminagrybow.pl</a></p>

Lp.	Nazwa i adres instytucji/ organizacji	Numer telefonu	Adres mailowy
2.	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie ul. Kilińskiego 72a 33-300 Nowy Sącz	Punkt konsultacyjny Poradnictwa Specjalistycznego Dla Rodzin, Dzieci i Osób Doświadczających Przemocy: 18 447 79 25 Telefon z wybieraniem numeru wewnętrznego: 18 443 82 51 18 443 75 91	sekretariat@pcpr-ns.pl
3.	Komisariat Policji w Grybowie ul. Ogrodowa 2 33-330 Grybów	Oficer dyżurny: 47 833 51 50	sekretariat.grybow@nowy-sacz.policja.gov.pl
4.	Prokuratura Rejonowa w Gorlicach ul. Biecka 5 38-300 Gorlice	18 353 55 54 18 35 51 160	biuro.podawcze.prgor@ prokuratura.gov.pl
5.	Sąd Rejonowy w Gorlicach ul. Biecka 5 38-300 Gorlice	Wydział Rodzinny i Nieletnich 18 35 51 127 Infolinia: 12 286 32 83  Zespół Kuratorskiej Służby Sądowej 18 53 17 063 511 927 775	gorlice@s.r.gov.pl
6.	Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych ul. Jakubowskiego 33 33-330 Grybów	18 448 42 46	

Lp.	Nazwa i adres instytucji/ organizacji	Numer telefonu	Adres mailowy
7.	Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Limanowej ul. Marka 9 34-600 Limanowa	W godz. 7:15 - 15:15 tel. stacjonarny: (18) 33-37-912 lub tel. 573 782 441 Po godzinie 15:15 oraz w weekendy i dni wolne od pracy tel. 730 677 983	pcpr@powiat.limanowski.pl

*Aktualizacja podmiotów realizujących pomoc w dniu 18.02.2025 r.*

Każda osoba doznająca przemocy domowej może zadzwonić również pod numery telefonów:

- Poradni Telefonicznej "Niebieska Linia" IPZ:

tel. (22) 668 70 00

tel: 116 123

Poradnia działa 7 dni w tygodniu 24h; Dyżury pełnią przeszkoleni specjaliści.

Infolinia przeznaczona jest dla osób w kryzysie emocjonalnym, w tym ze szczególnym

uwzględnieniem osób doświadczających przemocy domowej.

- Ogólnopolskiego Pogotowia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”:

tel. 800 12 00 02 (linia całodobowa i bezpłatna)

tel. (22) 666 28 50 — dyżur prawny (linia płatna, czynna w

poniedziałek i wtorek w godz. 17:00—21:00)

Poradnia e-mailowa: [niebieskalinia@niebieskalinia.info](mailto:niebieskalinia@niebieskalinia.info)

SKYPE: [pogotowie.niebieska.linia](https://www.skype.com/join/pogotowie.niebieska.linia)

- Ogólnokrajowej Linii Pomocy Pokrzywdzonym:

tel. +48 222 309 900 (linia całodobowa)

- Policyjnego telefonu zaufania dla osób doświadczających przemocy domowej:

tel. 800 120 226 (linia bezpłatna przy połączeniu telefonów stacjonarnych, czynna codziennie w godz. 9:30 do 15:30, od godz. 15:30 do 9:30 włączony jest automat)

W sytuacjach zagrożenia życia lub zdrowia powiadom Policję (997, 112) lub Prokuraturę.

Tylko szybka reakcja umożliwi zapewnienie Tobie i Twoim bliskim ochronę, wszczęcie odpowiednich procedur oraz zabezpieczenie dowodów zdarzenia.

Przedstawiciele i Służby realizujące zawodowo zadania z zakresu przeciwdziałania przemocy domowej:

[Baza instytucji udzielających pomocy i wsparcia osobom uwikłanym w przemoc domową - stan na 1 lutego 2025 r.](#)

[Rejestr Jednostek Specjalistycznego Poradnictwa 2024 r.](#)

[Wykaz placówek tymczasowego schronienia stan na 1 marca 2024 r](#)

[Wykaz Ośrodków Interwencji Kryzysowej - stan na listopad 2024 r.](#)

[Wykaz Specjalistycznych Ośrodków Wsparcia 2024 r.](#)

[Wykaz wolnych miejsc schronienia dla osób doświadczających przemocy domowej i osób w kryzysie – stan na 28 luty 2025 r.](#)

[Wykaz jednostek realizujących programy korekcyjno-edukacyjne 2024 r.](#)

[Wykaz jednostek realizujących programy psychologiczno-terapeutyczne 2024 r.](#)

[Przewiń do początku](#)