

PAMIĘTAJ!

Nie masz prawa stosować przemocy wobec najbliższych!!!

W sytuacji wszczęcia procedury „Niebieskie Karty” współpracuj z Zespołem Interdyscyplinarnym lub grupą diagnostyczno-pomocową na terenie swojej gminy. Są tam osoby, które chcą pomóc Twojej rodzinie, w tym Tobie.

Przyjdź na wezwanie i zastosuj się do zaleceń wypracowanych przez zespół bądź grupę.

Możesz zwrócić się do:

Centrum Usług Społecznych

w Tarnowie
ul. Kazimierza Brodzińskiego 14
33 – 100 Tarnów

Przewodnicząca Zespołu
Interdyscyplinarnego w Tarnowie
tel: (14) 688 20 77
Poniedziałek – Piątek 7:30 – 15:30

Zespół ds. Przeciwdziałania Przemocy
Centrum Usług Społecznych Tarnowie

tel: (14) 688 20 78
(14) 688 20 79
(14) 688 21 37
(14) 688 21 38

Poniedziałek – Piątek 7:30 – 15:30

Centrum Usług Społecznych
ul. Kazimierza Brodzińskiego 14
33 – 100 Tarnów
Tel. (14) 688 21 80

cus@cus.tarnow.pl
www.cus.tarnow.pl

godziny pracy:
poniedziałek – piątek 7:30 – 15.30

Zespół do Spraw Przeciwdziałania Przemocy
Centrum Usług Społecznych
w Tarnowie
ul. Goldhammera 3, I piętro

tel.(14) 688 20 77, (14) 688 20 78,
(14) 688 20 79, (14) 688 21 37,
(14) 688 21 38

Tarnowski Ośrodek Interwencji Kryzysowej
i Wsparcia Osób Doznających Przemocy
Domowej

ul. Szarych Szeregów 1
33 – 100 Tarnów

Tel; (14) 655 36 36, (14) 655 66 59

INFORMATOR

dla osób stosujących przemoc

Przemoc domowa– to jednorazowe albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie, wykorzystujące przewagę fizyczną, psychiczną lub ekonomiczną, naruszające prawa lub dobra osobiste osoby doznającej przemocy domowej.

Jeśli jesteś osobą, która ma problem z agresją i złością tj. wszczyną awantury, ogranicza bliskim swobodę wyborów, wypowiedzi, dostęp do środków pieniężnych, bije, kopie, wymusza praktyki seksualne, odmawia opieki lekarskiej, wywołuje u bliskich strach, bezradność, poczucie krzywdy –

to jesteś osobą stosującą przemoc!!!

Skorzystaj z pomocy aby lepiej poradzić sobie ze złością i agresją.

Jeżeli masz problem z wyrażaniem własnych uczuć, niepanowaniem nad swoimi emocjami ...

Jeżeli chcesz podnieść świadomość własnych zachowań przemocowych oraz poznać sposoby, które pomogą Ci w rozwiązywaniu konfliktów i sporów ...

Jeżeli chcesz zmienić swoją dotychczasową postawę, a jednocześnie poprawić atmosferę w rodzinie i w relacjach z innymi ...

Weź udział w programie korekcyjno-edukacyjnym dla osób stosujących przemoc domową lub programie psychologiczno-terapeutycznym dla sprawców przemocy.

NIE ZWLEKAJ!

Zgłoś się do:

**Tarnowski Ośrodek Interwencji
Kryzysowej i Wsparcia Osób
Doznających Przemocy Domowej**

ul. Szarych Szeregów 1
33 – 100 Tarnów
tel: (14) 655 36 36, 655 66 59

czynny całą dobę

PROGRAM KOREKCYJNO - EDUKACYJNY

To forma oddziaływania na sprawców w celu nauczania ich samokontroli, kształtowania u nich postawy partnerstwa i szacunku wobec bliskich oraz odpowiedzialności za popełnione czyny przemocowe.

Podstawowym i głównym celem działań programowych jest pomoc osobom stosującym przemoc domową w zaprzestaniu stosowania przemocy poprzez edukację mającą na celu:

- uświadomienie sprawcy czym jest przemoc,
- uzyskanie przez niego świadomości własnych zachowań przemocowych wobec bliskich,
- rozpoznanie przez niego sygnałów ostrzegawczych zapowiadających zachowania przemocowe,
- opracowanie „planu bezpieczeństwa” zapobiegającemu użyciu siły i przemocy,
- nabycie nowych umiejętności służących rozwiązywaniu konfliktów, sporów w rodzinie bez użycia agresji,
- naukę umiejętności partnerskiego układania stosunków w rodzinie, uczenie się korzystania z pomocy innych,
- naukę umiejętności konstruktywnego wyrażania uczuć
- kształtowanie umiejętności wychowawczych bez użycia przemocy
- trening umiejętności społecznych
- realizację własnych potrzeb w sposób nie krzywdzący innych osób.

PROGRAM PSYCHOLOGICZNO- TERAPEUTYCZNY

Celem Programu psychologiczno-terapeutycznego jest utrwalenie przez sprawców przemocy zmian postaw i zachowań nabytych w trakcie oddziaływań korekcyjno – edukacyjnych, a w konsekwencji wyeliminowania zjawiska przemocy domowej.

Kolejnym celem jest także przeciwdziałanie przemocy domowej, poprzez nabycie wiedzy i umiejętności alternatywnych zachowań oraz kształtowania innego stylu życia, bez zachowań przemocowych, kształtowanie relacji opartych na wzajemnym szacunku.

Wskazane cele przyczynić się mają do poprawy bezpieczeństwa i funkcjonowania rodzin, w których występuje zjawisko przemocy.

PAMIĘTAJ!
**Twoja zmiana to szansa dla
Ciebie
i Twojej rodziny.**

Walcz o swoją rodzinę!!