



NIEZBĘDNIK PRAWNY

Gdzie szukać

pomocy i wsparcia?



**INFORMATOR DLA OSÓB POKRZYWDZONYCH PRZESTĘPSTWEM
I DOTKNIĘTYCH PRZEMOCĄ**

Dane aktualne na dzień 11.03.2025 r.

Doznałeś przemocy ze strony osoby najbliższej? Zapewnij sobie i swoim najbliższym bezpieczeństwo zapoznając się z informatorem dla osób dotkniętych przemocą. Zawiera on dane teleadresowe instytucji, w których otrzymasz pomoc i wsparcie.

Pomoc skierowana jest do osób pokrzywdzonych:

- przemocą domową,
- przemocą fizyczną i psychiczną,
- wypadkiem drogowym,
- przestępstwem seksualnym,
- kradzieżą/oszustwem,
- pozbawieniem alimentów,
- innym przestępstwem,
- a także dla świadków przestępstwa.

SPIS TREŚCI

Sieć pomocy ofiarom przestępstw.....	2
Ogólnopolska całodobowa linia pomocy	5
Ogólnopolski telefon dla ofiar przemocy w rodzinie „niebieska linia”	5
Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży	5
Centrum praw kobiet.....	5
Punkty nieodpłatnej pomocy prawnej i nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego	6
Działania na rzecz osób i rodzin dotkniętych przemocą domową w tychach	7

SIEĆ POMOCY OFIAROM PRZESTĘPSTW

1. Okręgowy Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przemocą w Katowicach ul. Wita Stwosza 2, 40-040 Katowice

tel.: 781 996 781

- poniedziałek, wtorek, czwartek, piątek 8.00-15.00
- środa: 13.00-20.00
- sobota: 8.00 - 13.00

Wejście do Punktu Pomocy z ułatwieniami dostępu dla osób z niepełnosprawnością ruchową.
Szczegóły pod podanym powyżej numerem telefonu.

2. Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przemocą w Będzinie (Okręgowy Ośrodek w Katowicach) ul. Sączewskiego 27/7, 42-500 Będzin

tel.: 603 693 978

- Środa 15:00 - 20:00
- Sobota 8:00 - 13:00

**3. Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przesłępstwem w Bytomiu
(Okręgowy Ośrodek w Katowicach) ul. Moniuszki 26A/212, 41-902 Bytom**

tel.: 781 994 781

- Środa 15:00 - 20:00
- Sobota 8:00 - 13:00

**4. Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przesłępstwem w Chorzowie
(Okręgowy Ośrodek w Katowicach) ul. Składowa 17, 41-500 Chorzów**

tel.: 781 963 781

- Środa 15:00 - 20:00
- Sobota 8:00 - 13:00

Wejście do Punktu Pomocy z ułatwieniami dostępu dla osób z niepełnosprawnością ruchową. Szczegóły pod podanym powyżej numerem telefonu.

**5. Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przesłępstwem w Dąbrowie Górniczej
(Okręgowy Ośrodek w Katowicach) ul. Królowej Jadwigi 15, 41-300 Dąbrowa
Górnicza**

tel.: 781 020 381

- Środa 15:00 - 20:00
- Sobota 8:00 - 13:00

**6. Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przesłępstwem w Jaworznie
(Okręgowy Ośrodek w Katowicach) ul. Rzemieślnicza 7, 43-600 Jaworzno**

tel.: 781 316 781

- Środa 15:00 - 20:00
- Sobota 8:00 - 13:00

**7. Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przesłępstwem w Mikołowie
(Okręgowy Ośrodek w Katowicach) ul. Krakowska 21, 43-190 Mikołów**

tel.: 781 319 781

- Czwartek 15:00 - 20:00
- Sobota 8:00 - 13:00

**8. Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przesłępstwem w Mysłowicach
(Okręgowy Ośrodek w Katowicach) ul. Wojska Polskiego 3, 41-400 Mysłowice**

tel.: 781 986 781

- Środa 15:00 - 20:00
- Sobota 8:00 - 13:00

**9. Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przesłępstwem w Pszczynie
(Okręgowy Ośrodek w Katowicach) ul. Partyzantów 21, 43-400 Pszczyna**

tel.: 781 781 846

- Środa 15:00 - 20:00
- Sobota 8:00 - 13:00

Wejście do Punktu Pomocy z ułatwieniami dostępu dla osób z niepełnosprawnością ruchową. Szczegóły pod podanym powyżej numerem telefonu.

**10. Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przesłępstwem w Sosnowcu
(Okręgowy Ośrodek w Katowicach) ul. Kościelna, 16 41-200 Sosnowiec**

tel.: 781 386 781

- Środa 15:00 - 20:00
- Sobota 8:00 - 13:00

**11. Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przesłępstwem w Tychach
(Okręgowy Ośrodek w Katowicach) ul. Barona 30, p. 307 i 316, 43-100 Tychy**

tel.: 781 984 781

- Środa 15:00 - 20:00
- Sobota 8:00 - 13:00

Wejście do Punktu Pomocy z ułatwieniami dostępu dla osób z niepełnosprawnością ruchową. Szczegóły pod podanym powyżej numerem telefonu.

**12. Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym Przesłępstwem w Siemianowicach
Śląskich (Okręgowy Ośrodek w Katowicach) ul. Śmiłowskiego 2a, 41-100
Siemianowice Śląskie**

tel.: 781 062 781

- Środa 15:00 - 20:00
- Sobota 8:00 - 13:00

OGÓLNOPOLSKA CAŁODOBOWA LINIA POMOCY

- Telefon: +48 222 309 900
- E-mail: info@numerosos.pl
- Czat i video-rozmowa: <https://numerosos.pl/>

OGÓLNOPOLSKI TELEFON DLA OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE „NIEBIESKA LINIA”

Czynny całodobowo - 800 12 00 02

TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży - 116 111

Więcej informacji na stronie www.gov.pl

CENTRUM PRAW KOBIEC

Centrum Praw Kobiet - 22 621 35 37



PUNKTY NIEODPŁATNEJ POMOCY PRAWNEJ I NIEODPŁATNEGO PORADNICTWA OBYWATELSKIEGO

Prawnicy oraz doradcy obywatelscy oraz mediatorzy w punktach nieodpłatnej pomocy prawnej oraz nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego w Tychach:

- 1. Punkt Nieodpłatnej Pomocy Prawnej i Mediacji,
Wielofunkcyjny Budynek „Balbina Centrum”, ul. Barona 30/212, piętro I**
 - Poniedziałek – piątek 9:00 – 13:00

- 2. Punkt Nieodpłatnej Pomocy Prawnej i Mediacji
Ośrodek Interwencji Kryzysowej, ul. Nowokościelna 27**
 - Poniedziałek – piątek 13:00 – 17:00

- 3. Punkt Nieodpłatnego Poradnictwa Obywatelskiego i Mediacji,
Wielofunkcyjny Budynek „Balbina Centrum”, ul. Barona 30/212, piętro I**
 - Poniedziałek – piątek 13:30 – 17:30

- 4. Punkt Nieodpłatnego Poradnictwa Obywatelskiego i Mediacji,
Biurowiec, ul. Grota Roweckiego 42/327, piętro III**
 - Poniedziałek – piątek 8:00 – 12:00

- 5. Punkt Nieodpłatnej Pomocy Prawnej i Mediacji,
Biurowiec, ul. Grota Roweckiego 42/327, piętro III**
 - Poniedziałek – piątek 12:30 – 16:30

ZAPISY PRZYJMOWANE SĄ:

- telefonicznie pod nr tel. 32 776-30-31 w godzinach pracy urzędu lub
- elektronicznie poprzez email npp@umtychy.pl lub poprzez stronę <https://np.ms.gov.pl>
- osobiście w Biurze Obsługi Klienta Urzędu Miasta Tychy, al. Niepodległości 49.

DZIAŁANIA NA RZECZ OSÓB I RODZIN DOTKNIĘTYCH PRZEMOCĄ DOMOWĄ W TYCHACH

PAMIETAJ! Nic nie usprawiedliwia aktów przemocy!

Nigdy nie jest za późno do podjęcia właściwych kroków, aby zmienić swoje życie na lepsze. Masz prawo do pomocy w placówkach prowadzących działania na rzecz osób i rodzin dotkniętych przemocą domową w Tychach.

PODMIOTY ORAZ ORGANIZACJE POZARZĄDOWE REALIZUJĄCE DZIAŁANIA WOBEC OSÓB STOSUJĄCYCH PRZEMOC DOMOWĄ WRAZ ZE WSKAZANIEM ZAKRESU ODDZIAŁYWAŃ WOBEC SPRAWCÓW PRZEMOCY DOMOWEJ

INSTYTUCJA	DANE KONTAKTOWE	RODZAJ ŚWIADCZONYCH USŁUG/ZAKRES ODDZIAŁYWAŃ WOBEC SPRAWCÓW PRZEMOCY DOMOWEJ	DNI I GODZINY PRZYJĘĆ	MIEJSCA NOCLEGOWE
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Budowlanych 59 43-100 Tychy tel. 32 323 22 61, 32 323 22 63; fax 32 323 22 62. www.mops.tychy.pl	- program korekcyjno- edukacyjny dla osób stosujących przemoc domową, - program psychologiczno- terapeutyczny dla osób stosujących	poniedziałek, wtorek, środa 7.30 - 15.30 czwartek 7.30-17.30 piątek 7.30-13.30	Miejsca noclegowe dla bezdomnych mężczyzn w Noclegowni Miejskiej. Miejsca noclegowe dla bezdomnych kobiet zgodnie z umową zawartą przez MOPS.

		<p>przemoc domową</p> <p>- pomoc zgodnie z ustawą o pomocy społecznej, w tym wsparcie w ramach pracy socjalnej, wsparcie informacyjne.</p>		
<p>Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej – Ośrodek Interwencji Kryzysowej</p>	<p>ul. Nowokościelna 27 43-100 Tychy, tel. 32 227 05 75, 887 468 793; www.mops.tychy.pl</p>	<p>- interwencja kryzysowa,</p> <p>- pomoc psychologiczna,</p> <p>- wsparcie w ramach pracy socjalnej</p>	<p>Psycholodzy: poniedziałek: 7.00-19.30, wtorek: 7.00-19.00; środa, czwartek 7.00-15.30; piątek 7.30-15.00.</p> <p>Pracownik socjalny: poniedziałek, wtorek 7.00-15.00 środa 7.00-13.00, czwartek 7.00-19.00, piątek 7.00-13.00</p>	<p>Brak miejsc noclegowych dla osób stosujących przemoc domową.</p>

			Pedagog: poniedziałek, wtorek 7.30-15.30 środa 7.30-19.30, czwartek, piątek 7.30-13.30	
Zespół Interdyscyplinary	ul. Budowlanych 59, 43-100 Tychy tel. 32 323 22 66 zi@mops.tychy.pl	- diagnozowanie problemu przemocy domowej, - podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą domową mających na celu przeciwdziałanie temu zjawisku, ze szczególnym uwzględnieniem procedury „Niebieskie Karty”, - tworzenie grup diagnostyczno-pomocowych w celu rozwiązywania problemów związanych	poniedziałek, wtorek, środa 7.30-15.30 czwartek 7.30-17.30 piątek 7.30-13.30	Brak miejsc noclegowych.

		<p>z wystąpieniem przemocy domowej,</p> <p>- rozpowszechnianie informacji o instytucjach, osobach i możliwościach udzielenia pomocy w środowisku lokalnym.</p>		
<p>MENS SANA Ośrodek Pomocy Psychologicznej Profilaktyki i Leczenia Uzależnień</p>	<p>ul. Bukowa 20 43-100 Tychy</p> <p>tel. 32 327 51 83, 605 637 072</p> <p>osrodek@mens-sana.pl</p> <p>www.mens-sana.pl</p>	<p>- konsultacja i diagnoza psychologiczna problemów przemocy związanej z uzależnieniem od alkoholu i/lub substancji psychoaktywnych,</p> <p>- konsultacja psychiatryczna i diagnoza psychiatryczna problemów przemocy związanej z uzależnieniem od alkoholu i/lub substancji</p>	<p>Na pierwszą wizytę można zapisać się telefonicznie lub osobiście w godzinach 8:00 – 18:00</p>	<p>Nie</p>

		psychoaktywnych, - terapia dla osób uzależnionych, - terapia dla osób z problemem uzależnienia w rodzinie.		
Wydział Rozwoju Aktywności Obywatelskiej Urzędu Miasta Tychy	al. Niepodległości 49 43-100 Tychy tel. 32 776 35 11	- prowadzenie działań informacyjnych	poniedziałek, wtorek, środa 7:30 – 15:30 czwartek 7:30 – 17:30 piątek 7:30 – 13:30	Nie

PODMIOTY ORAZ ORGANIZACJE POZARZĄDOWE PROWADZĄCE DZIAŁANIA NA RZECZ OSÓB I RODZIN DOTKNIĘTYCH PRZEMOCĄ DOMOWĄ W TYCHACH

INSTYTUCJA	DANE KONTAKTOWE	RODZAJ ŚWIADCZONYCH USŁUG/ZAKRES ODDZIAŁYWAŃ WOBEC SPRAWCÓW PRZEMOCY DOMOWEJ	DNI I GODZINY PRZYJĘĆ	MIEJSCA NOCLEGOWE
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Budowlanych 59 43-100 Tychy tel. 32 323 22 61, 32 323 22 63; fax 32 323 22 62. www.mops.tychy.pl	- pomoc zgodnie z ustawą o pomocy społecznej, w tym wsparcie w ramach pracy socjalnej, wsparcie informacyjne, - wsparcie w ramach procedury „Niebieskie Karty”.	poniedziałek wtorek, środa 7.30- 15.30 czwartek 7.30-17.30 piątek 7.30-13.30.	30 miejsc noclegowych w Ośrodku Interwencji Kryzysowej w Tychach
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej – Ośrodek Interwencji Kryzysowej	ul. Nowokościelna 27 43-100 Tychy, tel. 32 227 05 75, 887 468 793; www.mops.tychy.pl	- interwencja kryzysowa; - pomoc psychologiczna; - pomoc pedagogiczna	Psycholodzy poniedziałek 7.00-19.30, wtorek 7.00-19.00; środa, czwartek 7.00-15.30; piątek 7.30-19.00.	30 miejsc noclegowych dla osób doświadczających przemocy domowej lub przeżywających inne kryzysy

		<ul style="list-style-type: none"> - wsparcie w ramach pracy socjalnej; - pomoc w ramach grupowych form wsparcia; - schronienie 	<p>Pedagog:</p> <p>poniedziałek wtorek 7.30-15.30, środa 7.30-19.00, czwartek 7.30-14.00, piątek 7.30-13.30</p> <p>Pracownik socjalny:</p> <p>poniedziałek wtorek 7.00-15.00 środa 7.00-13.00, czwartek 7.00-19.00, piątek 7.00-13.00</p> <p>Schronienie dostępne całą dobę.</p>	
Zespół Interdyscyplinarny	<p>ul. Budowlanych 59 43-100 Tychy tel. 32 323 22 66 zi@mops.tychy.pl</p>	<ul style="list-style-type: none"> - diagnozowanie problemu przemocy domowej; - podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą domową 	<p>poniedziałek wtorek, środa 7.30- 15.30 czwartek 7.30-17.30 piątek 7.30-13.30</p>	Brak miejsc noclegowych

		<p>mających na celu przeciwdziałanie temu zjawisku, ze szczególnym uwzględnieniem procedury „Niebieskie Karty”;</p> <p>- tworzenie grup diagnostyczno-pomocowych w celu rozwiązywania problemów związanych z wystąpieniem przemocy domowej</p> <p>- rozpowszechnianie informacji o instytucjach, osobach i możliwościach udzielenia pomocy w środowisku lokalnym.</p>		
<p>MENS SANA Ośrodek Pomocy Psychologicznej Profilaktyki i Leczenia Uzależnień</p>	<p>ul. Bukowa 20, 43-100 Tychy tel. 32 327 51 83, 605 637 072</p> <p>osrodek@mens-sana.pl</p> <p>www.mens-sana.pl</p>	<p>- pomoc psychologiczna dla osób doświadczających przemocy domowej związanej z uzależnieniem od alkoholu i/lub substancji psychoaktywnych</p>	<p>Na pierwszą wizytę można zapisać się telefonicznie lub osobiście w godzinach 8:00 – 18:00</p>	<p>Nie</p>

<p>Komenda Miejska Policji</p>	<p>al. Bielska 46, 43-100 Tychy tel. 112 tel. 47 855 1200 tel. 47 855 1255 tel. 47 855 1266 tel. 47 855 1351 – Rewir Dzielnicowych fax: 47 8551244</p> <p>dyzurny@tychy.ka.policja.gov.pl</p> <p>www.tychy.policja.gov.pl</p>	<ul style="list-style-type: none"> - interwencja; - zatrzymanie sprawców przemocy domowej stwarzających zagrożenie dla życia bądź zdrowia; - wszczęcie postępowania przygotowawczego przeciwko sprawcy przemocy; - podjęcie działań prewencyjnych wobec sprawcy; - wszczęcie procedury "Niebieskie karty"; - możliwości wydania wobec osoby stosującej przemoc domową nakazu natychmiastowego opuszczenia wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia i zakazu zbliżania się do mieszkania i 	<p>Całodobowo</p>	<p>Nie</p>
---	--	--	-------------------	------------

		<p>jego bezpośredniego otoczenia, zakazu zbliżania się do osoby doznającej przemocy domowej, zakazu kontaktowania się z osobą doznającą przemocy domowej, zakazu wstępu na teren szkoły, placówki oświatowej, opiekuńczej lub artystycznej, obiektu sportowego lub miejsca pracy i przebywania na tym terenie</p>		
<p>Stowarzysze- nie „Trzeźwość Życia”</p>	<p>ul. Nałkowskiej 19 43-100 Tychy tel. 32 720 52 42 stz@poczta.onet.pl</p>	<p>- konsultacje psychologiczne dla osób w kryzysie; - konsultacje psychologiczne dla osób doświadczających przemocy; - konsultacje prawne; - konsultacje dla osób z problemem</p>	<p>rejestracja osobista lub telefoniczna codziennie w godz. 10:00-16:00</p>	<p>Nie</p>

		<p>alkoholowym (dorośli i młodzież);</p> <p>- konsultacje dla osób z problemem narkotykowym (dzieci, młodzież i dorośli);</p> <p>- konsultacje dla rodzin i partnerów osób z problemem alkoholowym i narkotykowym;</p> <p>- grupy edukacyjne dla osób uzależnionych i współuzależnionych od alkoholu i środków psychoaktywnych</p>		
<p>Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna</p>	<p>ul. Edukacji 102 43-100 Tychy tel. 32 227 23 92</p> <p>ppp@oswiata.tychy.pl www.ppptychy.edu.pl</p>	<p>- bezpłatne wsparcie dla dzieci i młodzieży do ukończenia szkoły ponadpodstawowej oraz ich rodziców doświadczających przemocy</p>	<p>od poniedziałku do piątku w godz. 8.00 - 15.00</p>	<p>Nie</p>