

PODMIOTY I ORGANIZACJE REALIZUJĄCE DZIAŁANIA NA RZECZ PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY DOMOWEJ

Rodzaj pomocy	Dane teled adresowe Instytucji
Sprawy socjalne, bytowe i prawne	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach; ul. Filipowska 20;16-400 Suwałki, tel. 87) 562-89-70
Pomoc w zakresie prawnym, socjalnym, terapeutycznym, psychologicznej oraz udzielenie informacji na temat instytucji lokalnie działających w tym zakresie w Twojej miejscowości	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, ul. Świerkowa 60; 16-400 Suwałki, tel.: 87) 565 92 80;
Pomoc w kryzysach psychicznych, przemoc i poszkodowanie przestępstwem, trudności w relacjach i problemy w rodzinie	Okręgowy Ośrodek Pomocy Pokrzywdzonym Przepęstwem w Suwałkach ul. Noniewiczza 91, 16-400 Suwałki tel. (87) 565 02 58; e-mail: pokrzywdzeni@pryzmat.org.pl
Zapewnienie schronienia Tobie i Twoim bliskim, w przypadku przemocy domowej ; pomoc i wsparcie w przewycięzeniu sytuacji kryzysowej, opracowanie planu pomocy.	<ul style="list-style-type: none"> • Ośrodki interwencji kryzysowej i Ośrodki wsparcia Interwencja kryzysowa 87-565-92-82 • Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach ; ul. Filipowska 20;16-400 Suwałki, tel. 87) 562-89-70
	HOSTEL SPECJALISTYCZNEGO OŚRODKA WSPARCIA DLA OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE tel. 87-568-50-78, tel. alarmowy 602 746 394
W sprawach opiekuńczych i alimentacyjnych.	Sąd Rejonowy w Suwałkach III Wydział Rodzinny i Nieletnich ul. Waryńskiego 45, 16- 400 Suwałki Siedziba Wydziału - ul. Przytorowa 2, 16- 400 Suwałki tel.: (87) 739 61 20

Ogólnopolskiego Pogotowia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”

- ❖ Osoby doznające przemocy w rodzinie oraz jej świadkowie mogą uzyskać pomoc dzwoniąc pod numer **800-120-002. Telefon jest bezpłatny, czynny przez całą dobę.**
Dodatkowo pod tym numerem prowadzone są także dyżury:
 - W języku **angielskim** – poniedziałki, w godzinach 18-22.
 - W języku **rosyjskim** – wtorki, w godzinach 18-22
 - A także **dyżur prawny** – środy, w godzinach 18-22.
- ❖ W poniedziałki i wtorki w godzinach 17-21 można też skorzystać z telefonicznych **dyżurów prawników pod numerem telefonu: 22 666 28 50.**
- ❖ **Poradnia e-mailowa:** Poza tym pomoc można uzyskać także pisząc maila pod adres: niebieskalinia@niebieskalinia.info
- ❖ **Konsultacje z wykorzystaniem komunikatora Skype.** Z tej możliwości mogą skorzystać osoby **głuche i niedosłyszące.** Dyżur (w poniedziałki w godzinach 13 – 15) pełni osoba posługująca się językiem migowym. Kontakt: pogotowie.niebieska.linia

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.

Policjny telefon zaufania dla osób doznających przemocy domowej

nr 800 120 226 (linia bezpłatna przy połączeniu z telefonów stacjonarnych, czynna od poniedziałku do piątku w godzinach od 9³⁰ do 15³⁰)