

JEŚLI:

- *chcesz nauczyć się radzić sobie w sytuacjach, które są dla Ciebie trudne, kryzysowe, chcesz żyć inaczej, mieć poczucie, że masz wpływ na swoje życie i decyzje, które podejmujesz;*

- *odczuwasz bezsilność, przerażenie i strach;*

- *czujesz, że obecna sytuacja Cię przerasta i potrzebujesz pomocy;*

- *obawiasz się o bezpieczeństwo Twoje i Twoich bliskich;*

- *chcesz zbudować satysfakcjonujący kontakt z otoczeniem i z sobą samym;*

- *chcesz zwiększyć poczucie własnej wartości;*

- *pragniesz zmienić swoją sytuację*

...to

***skontaktuj się
z Ośrodkiem Interwencji Kryzysowej***

OŚRODEK INTERWENCJI KRYZYSOWEJ

przy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie
w Mikołowie z siedzibą w Łaziskach Górnych
ul. Chopina 8, (parter p. 119)

Tel. (32) 22 44 390, (32) 22 44 498

Czynne w godzinach:

poniedziałek: 7:30 - 17:00

wtorek - czwartek: 7:30 - 15:30

piątek: 7:30 - 14:00

OŚRODEK INTERWENCJI KRYZYSOWEJ W ŁAZISKACH GÓRNYCH



*Sekret kryje się w teraźniejszości
- jeśli bacznie przyjrzesz się chwili obecnej,
możesz ją zmienić na lepsze.
A gdy to zrobisz, wszystko, co nastąpi potem,
też będzie lepsze.
/Paulo Coelho/*

www.pcpr.mikolowski.pl

e-mail: oikmikolow@onet.pl

BEZPŁATNA OFERTA OŚRODKA INTERWENCJI KRYZYSOWEJ DLA MIESZKAŃCÓW Z TERENU POWIATU MIKOŁOWSKIEGO

1. POMOC PSYCHOLOGICZNA

psychoedukacja, rozmowy motywujące, wsparcie;

2. POMOC TERAPEUTYCZNA

dla dzieci doznających przemocy
bądź będących świadkami przemocy w rodzinie;

3. KONSULTACJE, PORADNICTWO

- kontakt z osobą w kryzysie,
- dokonanie oceny sytuacji osoby/rodziny w kryzysie,
- pomoc specjalistyczna w środowisku zamieszkania dla osób doznających przemocy i rodziców mających problemy wychowawcze,
- interwencje w miejscu zamieszkania,
- rozmowa motywacyjna w celu podjęcia leczenia odwykowego,
- spotkania małżeńskie dotyczące nieporozumień i konfliktów, wypracowania prawidłowych reguł panujących w rodzinie,
- sprawy około rozwodowe,
- kontakt i współpraca z instytucjami;

4. BEZPŁATNA POMOC PRAWNA

w kwestiach rodzinnych, w każdą środę od 15:00

5. PORADNICTWO

- drogą internetową
e-mail: oikmikolow@onet.pl
- oraz telefonicznie: 32 22 44 390, 32 22 44 498

DODATKOWO OŚRODEK REALIZUJE:

- PROFILAKTYCZNY PROGRAM

z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie dla uczniów szkół gimnazjalnych i ponad gimnazjalnych z terenu powiatu mikołowskiego;

- PROFILAKTYCZNY PROGRAM WSPARCIA DLA RODZICÓW

w zakresie wdrażania prawidłowych metod wychowawczych w tym:

- porady indywidualne na terenie Ośrodka lub w miejscu zamieszkania,
- wsparcie grupowe - szkoła rodziców;

- GRUPĘ PSYCHOEDUKACYJNĄ DLA OSÓB DOZNAJĄCYCH PRZEMOCY;

- TRENING ROZWOJU OSOBISTEGO Z ELEMENTAMI ASERTYWNOŚCI;

- COROCZNĄ KAMPANIĘ SPOŁECZNĄ z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie

**PAMIĘTAJ!
NIC NIE
USPRAWIEDLIWIA
PRZEMOCY!**

Przemoc w rodzinie to:

Zamierzone i wykorzystujące przewagę sił działanie przeciwko członkowi rodziny, naruszające prawa i dobra osobiste, powodujące cierpienie i szkody.

**OŚRODEK UDZIELA POMOCY GŁÓWNIEM
OSOBOM UWIKŁANYM W SYTUACJE
PRZEMOCY W RODZINIE, A TAKŻE
OSOBOM ZNAJDUJĄCYM SIĘ W RÓŻNYCH
INNYCH KRYZYSACH.**

**ZA PRZEMOC ZAWSZE ODPOWIEDZIALNOŚĆ
PONOSI SPRAWCA, NIEZALEŻNIE OD TEGO
CO ZROBIŁA OFIARA.**

**PRZEMOC ZABIERA MOC CZYLI SIĘ.
A MOC STANOWI „PALIWO” DO ŻYCIA
I DZIAŁANIA.
TRZEBA WIĘC Z CAŁYCH SIŁ BRONIĆ SIĘ
PRZED DOZNAWANIEM PRZEMOCY.**