

**INFORMATOR ZAWIERAJĄCY BAZĘ TELEADRESOWĄ INSTYTUCJI, KTÓRE REALIZUJĄ DZIAŁANIA WOBEC OSÓB DOZNAJĄCYCH PRZEMOCY NA TERENIE POWIATU OSTROŁĘCKIEGO – 2025 ROK.**

Dane jednostki					Rodzaj świadczonych usług	Dni i godziny przyjęć interesantów	Rodzaj oferowanego wsparcia
Nazwa jednostki	Zasięg działania	Dane teleadresowe	Telefon	e-mail strona internetowa			
<b>POWIAT OSTROŁĘCKI</b>							
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ostrołęce	Powiat ostrołęcki	07-410 Ostrołęka Ul. 11 Listopada 68	(29)764 62 33 Lub 789 389 584	pcpr@powiatostrolecki.pl	- Konsultacje i poradnictwo specjalistyczne - Przekazywanie informacji o instytucjach, osobach i możliwościach udzielenia pomocy w środowisku lokalnym.	Wtorek: 8:00 – 17:00 Piątek: 8:00 – 15:00 Pon, Śr, Czw: 8:00 – 16:00	PSYCHOLOG W godzinach pracy Centrum  PRAWNIK Każdy piątek: 13:00 – 15:00
Okręgowy Ośrodek dla Osób Pokrzywdzonych Przestępstwem w Ostrołęce	Powiat ostrołęcki	07-410 Ostrołęka ul. Prosta 7	+48536771202 (osoba pierwszego kontaktu)	osrodekostroleka@compassio.pl	- Konsultacje i poradnictwo specjalistyczne dla osób doznających przemocy lub które zostały pokrzywdzone przestępstwem - Ośrodek przyjmuje jedynie osoby doznające przemocy.	Pon, Wt, Czw, Pt: 8:00 – 15:00 Środa: 13:00 – 20.00 Sobota: 9:00 – 14:00	PSYCHOLOG; WSPARCIE PRAWNE; W RAZIE POTRZEBY WSPARCIE PSYCHIATRY
<b>GMINA BARANOWO</b>							
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Baranowie	Gmina Baranowo	06-320 Baranowo Ul. Rynek 7	(29)761 36 77	gopsbaranowo@wp.pl	- Praca socjalna; - Monitorowanie sytuacji osób i rodzin w miejscu zamieszkania;	Środa: 8:30 – 16:30 Pon, Wt, Czw, Pt:	BRAK

					- Udzielanie porad i wsparcia w ramach procedury „Niebieskie Karty”; - Modelowanie i promocja postaw oraz zachowań sprzyjających zapobieganiu przemocy.	7:30 -15:30	
Zespół Interdyscyplinarne w Gminie Baranowo	Gmina Baranowo	06-320 Baranowo Ul. Rynek 7	(29)761 36 77	Ostatnia środa miesiąca: 16:00 – 20:00	- Diagnozowanie problemu przemocy domowej; - Realizacja działań podejmowanych w oparciu o procedurę „Niebieskich Kart”.	Środa: 8:30 – 16:30 Pon, Wt, Czw, Pt: 7:30 -15:30	BRAK
Punkt konsultacyjny dla osób uzależnionych i ich rodzin bądź zagrożonych uzależnieniem	Gmina Baranowo	06-320 Baranowo Ul. Długa 13	(29)761 37 76 Wew. 57	ewidencja@baranowo.pl	- Wsparcie dla osób współuzależnionych, doświadczających przemocy domowej w oparciu o indywidualne rozmowy.	Ostatnia środa miesiąca: 16:00 – 20:00	BRAK
<b>GMINA CZARNIA</b>							
Centrum Usług Społecznych w gminie Czarnia	Gmina Czarnia	07-431 Czarnia Długie 13	(29)772 70 84	<a href="http://www.cuszczarnia.pl">www.cuszczarnia.pl</a> biuro@cuszczarnia.pl	- Wsparcie społeczne; - Poradnictwo i konsultacje; - Interwencja kryzysowa w miejscu zamieszkania; - Udzielanie wsparcia oraz porad; - Diagnozowanie potrzeb.	Od poniedziałku do czwartku: 8:00 – 16:00 Piątek: 7:00 – 15:00	BRAK

Zespół Interdyscyplinarny w Gminie Czarnia	Gmina Czarnia	07-431 Czarnia Długie 13	(29)772 70 84 (29)649 91 11	zi@cuszczarnia.pl	- Kierowanie do współpracy z terapeutą bądź psychologiem CUS oraz realizowanie indywidualnego planu pomocy.	Od poniedziałku do czwartku: 8:00 – 16:00 Piątek: 7:00 – 15:00	BRAK
Punkt Konsultacyjny w Gminie Czarnia	Gmina Czarnia	07-431 Czarnia Długie 13	(29)772 70 84	<a href="http://www.cuszczarnia.pl">www.cuszczarnia.pl</a> biuro@cuszczarnia.pl	- Poradnictwo i konsultacje.	Harmonogram wsparcia udostępniany jest na stronie internetowej, raz w miesiącu.	TERAPEUTA UZALEŻNIEŃ; PSYCHOLOG
<b>GINA CZERWIN</b>							
Ośrodek Pomocy Społecznej w Czerwinie	Gmina Czerwin	07-407 Czerwin Ul. Plac Tysiąclecia 1	(29) 761 45 67 (29) 761 45 85 (29) 761 45 92 (29) 761 45 93 (29) 761 48 87	ops@czerwin.pl	- Praca socjalna z osobą doznającą przemocy; - Rozmowy wspierające oraz motywujące	Od poniedziałku do piątku: 7:30 – 15.30	BRAK
Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Domowej w Gminie Czerwin	Gmina Czerwin	07-407 Czerwin Ul. Plac Tysiąclecia 1	(29) 761 45 67 (29) 761 45 85 (29) 761 45 92 (29) 761 45 93 (29) 761 48 87	zespolinterdyscyplinarny@czerwin.pl	- Inicjowanie działań w stosunku do osób doznających przemocy domowej; - Dokumentowanie podjętych działań; - Diagnozowanie problemu przemocy domowej; -- Integrowanie i koordynowanie działań przedstawicieli instytucji oraz specjalistów w zakresie przeciwdziałania przemocy domowej.	Od poniedziałku do piątku: 7:30 – 15.30	BRAK

GMINA GOWOROWO							
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Goworowie	Gmina Goworowo	07-440 Goworowo, Ul. Ks. St. Dulczewskiego 1A	(29)761 40 15	kancelaria@gops.goworowo.pl	- Profilaktyka i rozwiązywanie problemów związanych ze zjawiskiem przemocy domowej; - Podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą domową; - Poradnictwo i konsultacje; Przekazywanie informacji o instytucjach, osobach i możliwościach udzielania pomocy w środowisku lokalnym.	Od poniedziałku do piątku: 7:30 – 15:30	BRAK
Zespół Interdyscyplinarnej Gminy Goworowo	Gmina Goworowo	07-440 Goworowo, Ul. Ks. St. Dulczewskiego 1A	(29)761 40 15	zi@gops.goworowo.pl	- Profilaktyka i rozwiązywanie problemów związanych ze zjawiskiem przemocy domowej; - Poradnictwo i konsultacje; - Profilaktyka uzależnień; - Oddziaływanie na osoby stosujące przemoc domową; - Udzielanie wsparcia oraz porad w zakresie Procedury „Niebieskich Kart”.	Od poniedziałku do piątku: 7:30 – 15:30	BRAK

Punkt Konsultacyjny ds. Uzależnień i Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Gminie Goworowo	Gmina Goworowo	07-440 Goworowo, Ul. Ks. St. Dulczewskiego 1A	(29)761 40 15	kancelaria@gops.goworowo.pl	- Poradnictwo dla osób doświadczających i stosujących przemoc domową - Propagowanie zdrowego stylu życia - Profilaktyka uzależnień	Poniedziałek: 7:30 – 12:30	TERAPETA UZALEŻNIENÍ
<b>GMINA KADZIDŁO</b>							
Ośrodek Pomocy Społecznej w Kadzidle	Gmina Kadzidło	07-420 Kadzidło Ul. Targowa 4	(29)761 89 34	ops@kadzidlo.pl	- Poradnictwo rodzinne i prawne; - Podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą; - Inicjowanie interwencji w środowisku dotkniętym przemocą domową; - Udzielanie wsparcia oraz porad w ramach procedury „Niebieskich Kart”.	Od poniedziałku do środy: 8:00 – 16:00 Czwartek: 8:00 – 18:00 Piątek 8:00 – 14:00	BRAK
Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej	Gmina Kadzidło	07-420 Kadzidło Ul. Targowa 4	(29)761 89 34	zi@kadzidlo.pl	- Podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą; - Inicjowanie interwencji w środowisku dotkniętym przemocą domową; - Udzielanie wsparcia oraz porad w ramach procedury „Niebieskich Kart”.	Od poniedziałku do środy: 8:00 – 16:00 Czwartek: 8:00 – 18:00 Piątek 8:00 – 14:00	BRAK

Punkt Konsultacyjny w Kadzidle	Gmina Kadzidło	07-420 Kadzidło Ul. Targowa 4	(29)767 30 67	profilaktyka@kadzidlo.pl	- Poradnictwo; - Edukacja i wsparcie; - Pomoc terapeutyczna w sytuacjach kryzysowych.	Środa: 8:15 – 10:15 Czwartek 12:00 – 14:00	TERAPEUTA UZALEŻNIENI
<b>GMINA LELIS</b>							
Ośrodek Pomocy Społecznej w Lelisie	Gmina Lelis	07-402 Lelis Ul. Szkolna 37	(29)761 19 95	poczta@ops.lelis.pl	- Profilaktyka i rozwiązywanie problemów związanych ze zjawiskiem przemocy domowej; - Poradnictwo i konsultacje; - Podejmowanie działań w środowisku dotkniętym przemocą domową.	Wtorek: 7:45 – 17:00 Pon, Śr, Czw, Pt: 7:45 -15:45	BRAK
Zespół Interdyscyplinary w Lelisie	Gmina Lelis	07-402 Lelis Ul. Szkolna 37	(29)761 19 95	www.ops.lelis.pl poczta@ops.lelis.pl	- Profilaktyka i rozwiązywanie problemów związanych ze zjawiskiem przemocy domowej; - Podejmowanie działań w środowisku dotkniętym przemocą domową.	Od poniedziałku do piątku: 7:45-15:45	BRAK
Punkt Konsultacyjny Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Uzależnień	Gmina Lelis	07-402 Lelis Ul. Szkolna 37	(29)746 90 33	www.ops.lelis.pl poczta@ops.lelis.pl	- Dostarczanie informacji o możliwościach podejmowania profesjonalnej terapii; - Motywowanie i kierowanie leczenia; - Udzielanie wsparcia i pomocy psychospołecznej osobom po zakończeniu	TERAPEUTA UZALEŻNIENI: - Drugi poniedziałek miesiąca: 10:00 – 12:00 - Czwarty czwartek miesiąca:	TERAPEUTA UZALEŻNIENI; PSYCHOLOG.

					terapii odwykowej oraz ich rodzinom; - Udzielanie wsparcia oraz porad rodzinom, w których występuje przemoc; - Propagowanie zdrowego trybu życia.	16:00 – 18:00 <b>PSYCHOLOG:</b> - Pierwsza środa miesiąca: 11:00 – 15:00 - Trzecia środa miesiąca: 13:00 – 17:00	
<b>GMINA ŁYSE</b>							
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Łysych	Gmina Łyse	07-437 Łyse Ul. Ostrołęcka 2	(29)772 54 75	gops@gminalyse.pl	- Poradnictwo rodzinne i prawne; - Podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą domową; - Inicjowanie interwencji w środowisku dotkniętym przemocą domową; - Przekazywanie informacji o instytucjach, osobach i możliwościach wsparcia; - Udzielanie wsparcia oraz porad w zakresie procedury „Niebieskich Kart”.	Pon, Śr, Czw: 7:30 – 15:30 Wtorek: 7:30 – 17:00 Piątek: 7:30 – 14:00	<b>PORADNICTWO PRAWNE</b> Środa: 13:00 – 15:00
Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej w gminie Łyse	Gmina Łyse	07-437 Łyse Ul. Ostrołęcka 2	(29)772 54 75	zi@gminalyse.pl	- Podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą domową; - Inicjowanie interwencji w środowisku dotkniętym przemocą domową;	Pon, Śr, Czw: 7:30 – 15:30 Wtorek: 7:30 – 17:00 Piątek: 7:30 – 14:00	<b>BRAK</b>

					- Udzielanie wsparcia oraz porad w zakresie procedury „Niebieskich Kart”.		
Punkt Konsultacyjny dla osób uzależnionych od alkoholu i członków ich rodzin w gminie Łyse	Gmina Łyse	07-437 Łyse Ul. Sienkiewicza 46 Gminne Centrum Kultury (II piętro)	(29)717 28 15	gkrpa@gminalyse.pl	- Wsparcie psychologiczne.	Wtorek: 12:00 – 17:00	TERAPEUTA UZALEŻNIEŃ Wtorek: 12:00 – 17:00
<b>GMINA MYSZYNIC</b>							
Ośrodek Pomocy Społecznej w Myszyńcu	Gmina Myszyńiec	07-430 Myszyńiec Ul. Plac Wolności 60	(29)772 13 98 (29)772 24 55	opsmyszyniec@o2.pl	- Diagnoza sytuacji, profilaktyka i rozwiązywanie problemów związanych ze zjawiskiem przemocy domowej; - Podejmowanie działań w środowiskach dotkniętych przemocą domową; - Przekazywanie informacji o instytucjach, osobach i możliwościach wsparcia; - Kierowanie do instytucji wsparcia; - Udzielania informacji oraz wsparcia w ramach procedury „Niebieskich Kart”.	Od poniedziałku do piątku: 8:00 – 16:00	BRAK



Zespół Interdyscyplinarny w Myszyńcu	Gmina Myszyńiec	07-430 Myszyńiec Ul. Plac Wolności 60	(29)772 13 98 (29)772 24 55	opsmyszyniec@o2.pl	- Diagnoza problemu przemocy domowej; - Inicjowanie działań profilaktycznych i edukacyjnych; - Nadzór nad realizacją procedury „Niebieskich Kart”.	Od poniedziałku do piątku: 8:00 – 16:00	BRAK
Punkt Konsultacyjny przy Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Myszyńcu	Gmina Myszyńiec	07-430 Myszyńiec Ul. Plac Wolności 61	(29)333 31 15	opsmyszyniec@o2.pl	- Działania podejmowane przez terapeutę ds. uzależnień oraz psychologa w ramach kompetencji zawodowych.	PSYCHOLOG: Czwartek: 8:00 – 12:00  TERAPEUTA DS. UZALEŻNIENÍ Poniedziałek: 7:30 – 12:30 Dwa razy w miesiącu Wtorek: 7:30 – 11.30  PORADNICTWO PRAWNE Piątek: 16.30 – 20:30	PSYCHOLOG; TERAPEUTA SPECJALISTA DS. UZALEŻNIENÍ; PORADNICTWO PRAWNE.
<b>GMINA OLSZEWO - BORKI</b>							
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Olszewie - Borkach	Gmina Olszewo - Borki	07-415 Olszewo – Borki Ul. Broniewskiego 13	(29)764 78 75	gops@olszewo-borki.pl	- Praca socjalna; - Poradnictwo; - Diagnoza sytuacji - Wizyty w środowisku	Pon, Śr, Czw: 8:00 – 16:00 Wtorek: 8:00 – 18:00 Piątek: 8:00 – 14:00	BRAK

Zespół Interdyscyplinarny w Olszewie – Borkach	Gmina Olszewo - Borki	07-415 Olszewo – Borki Ul. Broniewskiego 13	(29)764 78 75	iwona.milewska@gops.olszewo-borki.pl	- Diagnoza sytuacji; - Podejmowanie działań w środowisku; zagrożonym przemocą domową; - Prowadzenie i nadzór nad „Niebieskimi Kartami” - Poradnictwo informacyjne.	Pon, Śr, Czw: 8:00 – 16:00 Wtorek: 8:00 – 18:00 Piątek: 8:00 – 14:00	BRAK
Punkt Informacyjny – Konsultacyjny dla Osób i Rodzin w Kryzysie „Centrum Wspierania”	Gmina Olszewo - Borki	07-415 Olszewo – Borki Ul. Wł. Broniewskiego 13	(29)764 78 75	gops@olszewo-borki.pl	- Diagnozowanie sytuacji w zakresie uzależnień i przemocy domowej; - Udzielanie konsultacji i porad psychologicznych w sprawach uzależnień i przemocy domowej; - Motywowanie do podejmowania leczenia; - Gromadzenie aktualnych informacji o ofercie wsparcia placówek pomocowych z terenu gminy, powiatu oraz województwa; - Współdziałanie z innymi podmiotami zajmującymi się rozwiązywaniem problemów uzależnień oraz przeciwdziałaniem przemocy domowej.	Środa: 16:00 – 18:00 Czwartek 16:00 – 18:00	PORADNICTWO PRAWNE; Środa: 16:00 – 18:00  INNY SPECJALISTA Czwartek 16:00 – 18:00

<b>GMINA RZEKUŃ</b>							
Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzekuniu	Gmina Rzekuń	07-411 Rzekuń Ul. Kolonia 1B	(29)643 20 80	ops@rzekuń.net	- Praca socjalna świadczona jest na rzecz poprawy funkcjonowania osób i rodzin w ich środowisku społecznym.	Pon, Śr, Czw: 7:45 – 15:45  Wtorek: 7:45 – 16:45  Piątek: 7:45 – 14:45	TERAPEUTA Wtorek: 13:00 – 15:00
Zespół Interdyscyplinary ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w gminie Rzekuń	Gmina Rzekuń	07-411 Rzekuń Ul. Kolonia 1B	(29)643 20 80 Wew. 2310	ops.zi@rzekun.net	- Przeciwdziałanie przemocy domowej	Pon, Śr, Czw: 7:45 – 15:45  Wtorek: 7:45 – 16:45  Piątek: 7:45 – 14:45	BRAK
<b>GMINA TROSZYN</b>							
Ośrodek Pomocy Społecznej w Troszynie	Gmina Troszyn	07- 405 Troszyn Ul. Słowackiego 13	(29)767 10 03	opstroszyn@wp.pl	- Praca socjalna świadczona jest na rzecz poprawy funkcjonowania osób i rodzin w ich środowisku społecznym.	Od poniedziałku do piątku: 8:00 – 16:00	BRAK
Zespół Interdyscyplinary w Troszynie	Gmina Troszyn	07- 405 Troszyn Ul. Słowackiego 13	(29)767 10 03	opstroszyn@wp.pl	- Profilaktyka i rozwiązywanie problemów związanych ze zjawiskiem przemocy domowej	W ramach potrzeb w godzinach pracy Ośrodka Pomocy Społecznej w Troszynie	BRAK

INFOLINIE OGÓLNOPOLSKIE		
Nazwa	Adres, Telefon, E-mail	Opis
Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie "Niebieska Linia"	Al. Jerozolimskie 155, 02-326 Warszawa  <b>800 120 002 (całodobowo)</b>  <b>22 666 28 50</b> Telefoniczne dyżury prawników poniedziałki i wtorki. 17:00–21:00  niebieskalinia@niebieskalinia.info	Za pośrednictwem infolinii można uzyskać wsparcie psychologiczne, informacje na temat przeciwdziałania przemocy w tym o istniejących możliwościach prawno-proceduralnych oraz lokalnych placówkach pomocowych.  Prawnicy udzielają informacji na temat przepisów prawa i procedur związanych z przeciwdziałaniem przemocy.  Pomoc udzielana drogą mailową to: wsparcie dla osób doznających przemocy lub będących jej świadkami, udzielanie informacji o możliwościach terapii dla osób stosujących przemoc, psychologicznych mechanizmach i społecznych uwarunkowaniach zjawiska przemocy, prawach i możliwościach prawno-proceduralnych, a także o adresach instytucji pomagających w sytuacji przemocy domowej.
Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie "Niebieska Linia" IPZ	Widok 24/II, 00-023 Warszawa  <b>(22)668 70 00 (całodobowo)</b>	Instytut Psychologii Zdrowia PTP świadczy pomoc osobom pokrzywdzonym przestępstwem, świadkom przestępstw oraz członkom ich rodzin. Zadanie współfinansowane jest z Funduszu Sprawiedliwości, którego dysponentem jest Minister Sprawiedliwości.  Infolinia przeznaczona jest dla osób w kryzysie emocjonalnym, w tym ze szczególnym uwzględnieniem osób doświadczających przemocy domowej.
Telefon dla Kobiet Doświadczających Przemocy Fundacji Feminoteka	ul. Konrada Guderskiego 3/96, 03-982 Warszawa  <b>888 88 33 88 (język polski)</b> pon.-pt. godz. 11:00-19:00	Udziela pomocy kobietom, które doświadczają przemocy psychicznej, fizycznej, ekonomicznej i seksualnej – w rodzinie i poza nią.  Przy telefonie dyżurują kobiety – ekspertki z zakresu przemocy

	<p><b>888 88 79 88</b> (język ukraiński) pon.-pt. godz. 14.00-19.00</p> <p>Opłata za połączenie zgodna z taryfą operatora</p> <p>pomoc@feminoteka.pl.</p>	<p>wobec kobiet i przemocy domowej – po specjalnych szkoleniach i kursach. Udziela wszelkiej pomocy i potrzebnego wsparcia.</p> <p>Jeśli doświadczyłaś przemocy fizycznej, psychicznej i ekonomicznej możesz otrzymać wsparcie psychologiczne, prawne, terapeutyczne.</p> <p>Jeśli doświadczyłaś przemocy seksualnej możesz dodatkowo otrzymać także wsparcie medyczne, traumatologiczne, socjalne.</p> <p>Jeśli zdecydujesz się na zgłoszenie sprawy na policję czy do prokuratury – wyjaśnimy przebieg procedury, pomożemy przygotować dokumenty i będziemy Ci asystować. Jeśli sprawa trafi do sądu, możesz liczyć na pomoc prawną z naszej strony.</p> <p>Pomoc udzielana jest bezpłatnie.</p>
<p>Policyjny Telefon Zaufania ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie</p>	<p><b>800 120 226</b> pon-pt. 9.30 – 15.30</p>	<p>Dla osób chcących uzyskać fachową poradę, obsługiwany przez policjantów z Biura Prewencji Komendy Głównej Policji.</p>
<p>Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Kryzysie Psychicznym</p>	<p><b>800 702 222 (całodobowo)</b> Czynny 7 dni w tygodniu</p> <p>porady@centrumwsparcia.pl</p>	<p>W wyznaczonych godzinach, w Centrum dyżury pełnią specjaliści: psychiatra, prawnik, pracownik socjalny, terapeuta uzależnień, asystent zdrowienia, seksuolog.</p>

**PRZYDATNE STRONY INTERNETOWE:**

- [www.mpips.gov.pl](http://www.mpips.gov.pl) (zakładka: „Pomoc prawna”)
- [www.kcpu.gov.pl](http://www.kcpu.gov.pl) (zakładka: „Przemoc domowa”)
- [www.cpk.org.pl](http://www.cpk.org.pl)

- [www.fdds.pl](http://www.fdds.pl)
- [www.feminoteka.pl](http://www.feminoteka.pl)

**BEZPŁATNE APLIKACJE MOBILNE, KTÓRE MOGĄ BYĆ POMOOCNE W SYTUACJI DOŚWIADCZANIA PRZEMOCY DOMOWEJ:**

<b>AvalonAlert</b>	Aplikacja Fundacji Feminoteka i Avon umożliwia szybki kontakt z telefonem wsparcia Feminoteki, daje możliwość dyskretnej wezwania pomocy w formie tekstowej. W aplikacji znajduje się również moduł edukacyjny o przemocy i sposobach radzenia sobie z nią.
<b>Twój Parasol</b>	Aplikacja policji, dzięki której osoby narażone na sytuacje związane z przemocą domową mogą uzyskać wsparcie i informacje. Poza materiałami edukacyjnymi umożliwia dostęp do bazy organizacji oferujących wsparcie. Pozwala na szybkie wybranie telefonu alarmowego. W celu zapewnienia dyskrecji aplikacja w ekranie startowym przedstawia zestawienie danych pogodowych.
<b>Moja Komenda</b>	Aplikacja policji, umożliwia znalezienie najbliższej jednostki policji, pozwala sprawdzić jak nazywa się dzielnicowy, uzyskać pełne dane teled adresowe i połączyć się z nim bądź wysłać wiadomość e-mail.
<b>Alarm112</b>	Aplikacja MSWiA, umożliwia w sytuacji zagrożenia życia, zdrowia, mienia, bezpieczeństwa i porządku publicznego przekazanie zgłoszenia alarmowego do Centrum Powiadomiania Ratunkowego przez osoby, które nie mogą skorzystać z połączenia głosowego, w szczególności osoby głuche bądź niedosłyszące.
<b>Safe YOU</b>	Aplikacja Feminoteki, która pozwala na ustawienie kontaktów zaufanych, do których zostanie wysłany alert o zagrożeniu razem z danymi geolokalizacyjnymi, jeśli osoba przytrzyma przycisk SOS, nagrywanie dźwięku po naciśnięciu przycisku SOS (pod kątem dowodowym), mapa miejsc pomocowych, fora dyskusyjne pod artykułami pomocowymi/edukacyjnymi oraz możliwość komunikacji z konsultantką Feminoteki.

Sporządził: Dominika Bortkiewicz