Magiczny Kraków

Gdzie szukać wsparcia?

2025-11-03

Gdy dochodzi do przemocy domowej, odpowiednie instytucje i organizacje mogą niezwłocznie zapewnić pomoc i bezpieczeństwo Tobie i Twoim bliskim. Warto zadzwonić lub osobiście się zgłosić, aby uzyskać takie wsparcie.

Jaką pomoc możesz uzyskać w instytucjach?

Placówka Ochrony Zdrowia

- lekarz rodzinny może udzielić niezbędnej pomocy medycznej zarówno w przychodni zdrowia, jak i – jeśli pomoc jest potrzebna w nocy lub w święto – w placówce nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej lub w szpitalnym oddziale ratunkowym,
- **wszczyna procedurę Niebieskiej Karty w związku z uzasadnionym podejrzeniem, że dochodzi do przemocy, wskazuje osobie doznającej przemocy domowej miejsce, gdzie może uzyskać dalszą pomoc,**
- lekarz wydaje bezpłatnie zaświadczenie o doznanych obrażeniach i informuje o możliwości przeprowadzenia obdukcji,
- ma obowiązek wezwać policję w przypadku bezpośredniego zagrożenia życia, zdrowia, bezpieczeństwa osoby doznającej przemocy domowej.

Żłobki, przedszkola, szkoły

- pedagodzy, wychowawcy oraz specjaliści często jako pierwsi zauważają przemoc domową wobec dzieci i mogą odpowiednio zareagować, już na etapie żłobka,
- **pedagodzy, wychowawcy, nauczyciele oraz specjaliści pracujący w przedszkolach lub szkołach w obliczu przemocy powinni wszcząć procedurę Niebieskiej Karty.** Do wszczęcia procedury Niebieskiej Karty nie są uprawnieni pracownicy żłobków, mają jednak obowiązek powiadomić odpowiednie służby,
- pracownicy tych placówek wchodzą w skład interdyscyplinarnych grup diagnostyczno-pomocowych, które udzielają pomocy osobom doświadczającym przemocy.

Policja

- **ma obowiązek zareagować na zgłoszenie**,
- **wszczyna procedurę Niebieskiej Karty**,
- **przeprowadza interwencję**,
- w ramach interwencji w miejscu zdarzenia zapewnia bezpieczeństwo osobie doznającej przemocy domowej i wzywa pomoc medyczną, jeśli zachodzi taka potrzeba,
- jeśli w związku z przemocą domową doszło do popełnienia przestępstwa zabezpiecza ślady i

dowody popełnienia przestępstwa, ustala przebieg zdarzenia,
- w sytuacji zagrożenia zdrowia i życia zatrzymuje osobę stosującą przemoc domową,
- w przypadku podejrzenia popełnienia przestępstwa z użyciem przemocy wszczyna postępowanie przygotowawcze,
- **podejmuje działania prewencyjne wobec osoby stosującej przemoc, w tym wydaje nakaz opuszczenia lokalu, zakaz zbliżania, zakaz kontaktowania lub zakaz wstępu (np. do miejsca pracy, placówki oświatowej osoby doznającej przemocy domowej itp.) na okres 14 dni**,
- udziela informacji osobom doznającym przemocy domowej o formach i możliwościach uzyskania pomocy,
- dzielnicowy monitoruje bezpieczeństwo osób, które zostały objęte procedurą Niebieskiej Karty, a także przeprowadza rozmowy z osobami dozującymi przemocy domowej oraz jej świadkami.

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej

- **wszczyna procedurę Niebieskiej Karty**,
- pomaga załatwiać sprawy urzędowe, udziela porad, organizuje konsultacje prawne, psychologiczne, warsztaty,
- **udziela informacji o przysługujących świadczeniach i formach pomocy, a w uzasadnionych przypadkach udziela pomocy finansowej (zasiłków), rzeczowej (żywność)**,
- może organizować i/lub prowadzić grupy wsparcia dla osób doznających przemocy domowej,
- wskazuje miejsca, w których osoby doznające przemocy domowej mogą uzyskać schronienie,
- w przypadku podejrzenia popełnienia przestępstwa powiadamia organy ścigania,
- monitoruje podjęte działania, sytuację osób, poziom ich bezpieczeństwa, odwiedza je w miejscu zamieszkania,
- motywuje osoby stosujące przemoc do zmiany zachowania, a w uzasadnionych przypadkach kieruje do udziału w spotkaniach grupy korekcyjno-edukacyjnej,
- współpracuje z innymi instytucjami i organizacjami zaangażowanymi w pomoc osobom doznającym przemocy domowej, dzięki temu pomoc jest wszechstronna i może być natychmiastowa,
- pracownicy socjalni MOPS wchodzą w skład interdyscyplinarnych grup diagnostyczno-pomocowych (wraz z funkcjonariuszami policji, pedagogami, kuratorami, przedstawicielami ochrony zdrowia oraz organizacji pozarządowych), które udzielają pomocy osobom dotkniętym przemocą, znajdującym się w trudnej sytuacji spowodowanej przemocą i pomagają zatrzymać przemoc.

Ośrodek Interwencji Kryzysowej

- **udziela pomocy osobom, które znalazły się w sytuacji kryzysowej m.in. na skutek doświadczenia przemocy domowej**,
- pomoc może być udzielana w siedzibie ośrodka, telefonicznie lub podczas interwencji w terenie,
- udziela pomocy psychologicznej, poradnictwa socjalnego i prawnego,
- **zapewnia schronienie na okres do 3 miesięcy osobom, które w związku z przemocą**

utraciły dotychczasowe miejsce schronienia lub w miejscu zamieszkania występuje zagrożenie życia i zdrowia ze strony osób stosujących przemoc domową,
- zapewnia wsparcie pracownika socjalnego,
- organizuje grupy wsparcia dla osób doznających przemocy domowej,
- prowadzi oddziaływania korekcyjno-edukacyjne dla osób stosujących przemoc domową.

Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Osób Doznających Przemocy Domowej

- **udziela całodobowego schronienia osobom dotkniętym przemocą**,
- udziela pomocy psychologicznej i terapeutycznej, organizuje pomoc medyczną, gdy wymaga tego stan zdrowia osoby doznającej przemocy,
- udziela wsparcia oraz specjalistycznej pomocy socjoterapeutycznej i terapeutycznej dzieciom,
- udziela pomocy prawnej w zakresie dotyczącym sytuacji doświadczania przemocy domowej,
- podejmuje pracę z rodziną pochodzenia osoby dotkniętej przemocą domową, w celu nawiązania zerwanych relacji rodzinnych,
- prowadzi działania edukacyjne w zakresie nabycia przez osoby korzystające ze wsparcia, zachowań ochrony przed sprawcą przemocy domowej,
- udziela pomocy w zakresie wsparcia w edukacji dzieci, sprawowania ról opiekuńczo-wychowawczych przez rodziców, realizacji elementów budowania relacji między członkami rodziny, elementów komunikacji bez przemocy, kształtowania poprawnych więzi rodzinnych,
- udziela pomocy w formie żywności, odzieży, obuwia do czasu przyznania świadczeń z pomocy społecznej oraz środków higieny osobistej i środków czystości,
- ocenia ryzyko wystąpienia dalszych aktów przemocy domowej,
- zapewnia pomoc bytową dla osób doświadczających przemocy, które korzystają z całodobowego schronienia: ogólnodostępne łazienki, miejsce do prania i suszenia, wyżywienie, środki higieny osobistej, obuwie, odzież.

Ośrodki poradnictwa i terapii rodzin

- oferują wsparcie dla rodzin dotkniętych przemocą w ramach terapii indywidualnej, rodzinnej, grupowej,
- prowadzą grupy psychoedukacyjne,
- obejmują pomocą dzieci, prowadzą działania zmniejszające skutki doznanych traum.

Inne instytucje, ośrodki, fundacje

- „Plan awaryjny” opracowany przez Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich, działający we współpracy z ekspertkami Fundacji Feminoteka, Centrum Praw Kobiet i Niebieskiej Linii IPZ.
- Fundacja Centrum Praw Kobiet przeciwdziała wszelkim formom przemocy i dyskryminacji kobiet w życiu prywatnym, publicznym i zawodowym. Dąży do stworzenia warunków umożliwiających kobietom korzystanie z należnych im praw człowieka w tym prawa do życia wolnego od przemocy i dyskryminacji oraz realizację konstytucyjnej zasady równouprawnienia płci.

Magiczny Kraków

- Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę chroni dzieci przed przemocą i wykorzystaniem seksualnym. Zapewnia dzieciom i ich opiekunom wsparcie, profesjonalną pomoc psychologiczną i prawną. Prowadzi „Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży 116-111”, „Poradnię dla Rodziców Latarnia Morska” oraz „Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci”.