

Віктор, Аліна, Світлана,
Рада, Олена, **Павло**, Миколай,
Валерій, Євгеній, Яна, Лідія,
Тамара, Ганна, **Ольга**,
Микита, Геннадій, Дмитро,
Галина, Сергій, Михайло,
Іван, Юлія, Марія, **Роман**,
Богдан, Вероніка, Дарина,
Софія, **Олексій**,
Ярослав, Станіслав, Наталія,
Оксана, Артем, **Жанна**, Григорій,
Марина, Максим, Леонід,
Уляна., Катерина, Олег,
Петро, Таїсія, Руслан,
Володимир, Тарас, Ліна,
Кароліна, Олександра, **Аліса**,
Людмила, Валерія, Юрій,
Тимофій, Соломія, Ігор Олеся,
Арсеній Надія, Мирослава.

НАСИЛЬСТВО МАЄ БАГАТО ІМЕН!

dzisiaj

Що я можу з цим зробити?

НАСИЛЬСТВО МАЄ БАГАТО ІМЕН!

Дізнайся, де шукати допомоги,
якщо зазнаєш домашнього насильства.

Дізнайся, як можеш допомогти,
якщо ти свідок насильства або знаєш, що хтось зазнає
домашнього насильства.

Насильство має багато імен!

У нього може бути ім'я твого чоловіка, партнерки або партнера, дитини, сусідки або сусіда, знайомої або знайомого по роботі, друга або подруги. Насильство може торкнутися будь-кого, незалежно від статі, освіти, матеріального статусу, соціального стану, віку, сексуальної орієнтації, гендерної ідентичності або стану здоров'я.

Насильство в родині може бути одноразовим або повторюваним актом з боку найближчої тобі людини. Насильство може загрожувати тобі втратою життя або здоров'я, порушує твою гідність, тілесну недоторканність, завдає шкоди фізичному й психічному здоров'ю, та викликає страждання й почуття несправедливості.

Дізнайся, як отримати допомогу. Твоє звернення має значення!

Завдяки цьому ти можеш забезпечити допомогу й гарантувати безпеку особам, що зазнають насильства, а установи, що виконують завдання, пов'язані із запобіганням та стримуванням домашнього насильства, можуть вжити відповідних дій.

Де отримати допомогу?

Якщо допомога потрібна тобі негайно:

- ☞ у разі загрози життю чи здоров'ю негайно телефонуй за номером екстреної допомоги **112**
- ☞ зателефонуй за номером «Синьої лінії» – Загальнопольської швидкої допомоги для жертв домашнього насильства – **800 120 002**
- ☞ зателефонуй за цілодобовим номером Центру кризового втручання **12 421 92 82**
- ☞ • повідом про насильство у найближчому відділенні поліції

Якщо тобі потрібна психологічна або юридична допомога, або тимчасовий притулок, звернись до установи, що знаходиться поблизу твого місця проживання.

На території Кракова:

Звернись із проханням про допомогу в ситуації зазнавання насильства до найближчого відділення Міського центру соціальної допомоги у Кракові.

Також допомогу нададуть:

- ➔ Спеціалізований центр підтримки для жертв домашнього насильства в Кракові (тел. **12 425 81 70** — цілодобово, **606 618 014** — від 7:00 до 19:00), адрес: os. Krakowiaków 46
- ➔ Центр кризового втручання (тел. **12 421 92 82**), адрес: ul. Radziwiłłowska 8b.

На території Малопольського воєводства:

- ➔ Тарновський центр кризового втручання і підтримки жертв домашнього насильства (тел. **14 655 36 36, 500 583 047**, тел./факс **14 655 66 59**), адреса в місті Тарнові: ul. Szarych Szeregów 1
- ➔ Татранський центр кризового втручання і підтримки жертв домашнього насильства (тел. **18 206 44 54, 18 307 09 50**, моб. **531 332 394**), адреса в місті Закопанім: ul. Makuszyńskiego 9

Як розпізнати насильство?

Насильство може бути фізичним, психічним, економічним або сексуальним. . Воно завдає шкоди фізичному або психічному здоров'ю осіб, які його зазнають, і залишає різні, часто далекосяжні наслідки, часом навіть пов'язані із втратою здоров'я чи життя. Варто вміти розпізнати насильницьку поведінку. Описані на наступній сторінці ситуації можуть в цьому допомогти — вони показують приклади поведінки, що є насильством з боку другої особи.

➔ Фізичне насильство

Це, наприклад, смикання, штурхання, удари предметами, обмеження рухів тіла, придушення, удари головою, биття рукою, припикання сигаретою, завдавання каліцтва гострими предметами, залишення без надання або виклику допомоги.

➔ Психічне насильство

То пр., погрози, шантаж, контролювання, обмеження свободи та контактів з іншими, примушування до підкорення, підпорядкування іншій особі, вульгаризми, спрямовані проти іншої особи, образи, приниження, соромлення, применшення значущості, висміювання, критика, нав'язування своїх поглядів чи думок.

➔ Економічне насильство

Це, наприклад, отримання кредитів та грошей у борг без згоди чоловіка або дружини, примушування до взяття позичок або виступання в ролі поручителя, крадіжка особистих речей і грошей, забирання виплат, перешкоджання у влаштуванні на оплачувану роботу, примушування до взяття позичок у членів родини або знайомих, незадоволення матеріальних потреб родини, обмеження доступу до приміщень і предметів першої необхідності (наприклад, відключення електроенергії чи води, утруднення доступу до ванної кімнати тощо).

➔ Сексуальне насильство

Це, наприклад, висміювання рис тіла, вигляду, примушування до статевих дій або поведінки, на які інша особа не дає згоди, примушування до статевого акту, зґвалтування, садизм, примушування до статевих зносин з третіми особами, примушування до перегляду порнографії.

➔ Занедбаня

Незадоволення основних фізичних та емоційних потреб, позбавлення їжі, догляду чи необхідної допомоги, відмова у наданні медичної допомоги чи необхідних ліків, незабезпечення гідних житлових умов, обмеження доступу до кімнат у будинку, де задовольняються основні потреби (кухня, ванна кімната), емоційна холодність у стосунках.

Зазнаєш насильства?

Повідом поліцію

У разі загрози здоров'ю чи життю зателефонуй за номером екстреної допомоги 112.

Також ти можеш повідомити про домашнє насильство особисто. Для цього звернись до найближчого відділення поліції. Там ти можеш подати заяву про злочин, а поліція зобов'язана на неї відреагувати. Також ти можеш вислати заяву про злочин в письмовій формі поштою або подати її особисто в поліції чи прокуратурі.

Звернись до лікаря

Якщо ти маєш травми тіла, відчуваєш біль – звернись до сімейного лікаря. Якщо медична допомога потрібна тобі вночі чи у святковий день, звернись до закладу нічної та святкової охорони здоров'я чи до відділення невідкладної допомоги.

Якщо ти боїшся повертатися додому

Звернись до родини або знайомих, або скористайся допомогою установ, які допомагають особам, що зазнають домашнього насильства. Таку підтримку надає Спеціалізований центр підтримки для жертв домашнього насильства — тел. **12 425 81 70** та **606 618 014** (від 7:00 до 19:00) або найближчий Центр кризового втручання.

Якщо тобі потрібна підтримка

Якщо тобі потрібна психологічна або юридична допомога, або тимчасовий притулок, скористайся допомогою Спеціалізованого центру підтримки для жертв домашнього насильства — тел. **12 425 81 70** та **606 618 014** (від 7:00 до 19:00) або найближчий Центр кризового втручання.

Особи, що зазнають домашнього насильства і проживають в Кракові, можуть звернутися по допомогу до відділень Міського центру соціальної допомоги у Кракові:

Відділення №1: os. Teatralne 24, тел.: **12 430 45 46**

Відділення №2: ul. Radzikowskiego 39, тел.: **12 636 77 98**

Відділення №3: ul. Rzeźnicza 2, тел.: **12 257 00 07**

Відділення №4: os. Szkolne 34, тел.: **12 425 75 64**

Відділення №5: ul. Praska 52, тел.: **12 269 05 54**

Відділення №6: ul. Mazowiecka 21, тел.: **12 423 23 15**

Відділення №7: ul. Mazowiecka 4–6, тел.: **12 632 00 22**

Відділення №8: ul. Na Kozłówsce 27, тел.: **12 659 12 86**

Відділення №9: os. Teatralne 24, тел.: **12 644 80 34**

Ти — свідок домашнього насильства або знаєш про нього?

Твоє звернення має значення і є ключовим для надання допомоги та гарантування безпеки особи, що зазнає насильства.

- ➔ Якщо під загрозою знаходиться життя або здоров'я особи, що зазнає насильства — зателефонуй за номером екстреної допомоги **112**.
- ➔ Порозмовляй с потерпілою особою, а в разі якщо не знаєш, як надати підтримку, скористайся порадами консультантів цілодобової загальнопольської швидкої допомоги для жертв домашнього насильства «Синя лінія» за безплатним номером телефону **800 120 002**.
- ➔ Повідом Центр соціальної допомоги або найближче відділення поліції, вказавши адресу особи, яка зазнає насильства.
- ➔ Зв'яжись з працівниками Спеціалізованого центру підтримки для жертв домашнього насильства за телефоном **12 425 81 70** та **606 618 014** (від 7:00 до 19:00) або з найближчим Центром кризового втручання.
- ➔ Якщо в тебе виникли сумніви, чи ситуація, яку ти спостерігав/спостерігала, є насильством, ти можеш звернутися до представників відповідних установ чи недержавних організацій.

Що зробити, якщо домашнього насильства зазнає дитина?

Насильство над неповнолітніми особам може залишити свій відбиток на все життя. Ключове є, в першу чергу, гарантування безпеки дитини, захист від насильства та широка підтримка.

- ➔ Якщо під загрозою знаходиться життя або здоров'я дитини, що зазнає насильства — зателефонуй за номером екстреної допомоги **112**.
- ➔ Повідом найближче відділення поліції, прокуратуру або сімейний суд (можеш зробити це особисто, поштою або за допомогою електронної пошти). В повідомленні опиши ситуацію дитини та надай її дані: прізвище, ім'я та адресу проживання. Ти можеш зробити це анонімно.
- ➔ Можеш повідомити найближчий Центр соціальної допомоги або школу/садочок/ясла, до яких ходить дитина. Працівники цих установ забов'язані надати дитині допомогу та почнуть процедуру втручання. Можеш зберігати анонімність.
- ➔ Повідом про підозру насильства щодо неповнолітнього, зателефонувавши на безкоштовний цілодобовий номер загальнопольської швидкої допомоги для жертв домашнього насильства «Синя лінія» **800 120 002**.

Дізнайся, як допомогти:
bezprzemocy.krakow.pl

