

Kto jest źródłem informacji o zdarzeniu?

Osoba z doświadczeniem przemocy

Inna Osoba

SŁUCHAJ I OBSERWUJ. Przedstaw się. Zapytaj, jak możesz pomóc. Postępuj z szacunkiem, ostrożnie, dyskretnie i bez dyskryminacji.

UDZIEL WYCZERPUJĄCYCH I SPRAWDZONYCH INFORMACJI o dostępnym wsparciu. Poproś o przekazanie informacji osobie z doświadczeniem przemocy i w bezpieczny i poufny sposób.

Czy osoba wymaga natychmiastowej interwencji?

**TAK.** Przejdź do sekcji „Wsparcie w nagłych przypadkach” lub zadzwoń na 112.

**NIGDY** nie próbuj szukać osoby z doświadczeniem przemocy na własną rękę.

Nie

Czy osoba wyraża zgodę na połączenie z którąś z form wsparcia?

**NIE.** Zachowaj poufność. Opisz dostępność wsparcia później, w przypadku gdy osoba zmieniłaby zdanie.

**TAK.** Udziel wyczerpujących informacji o dostępnym wsparciu — jak je uzyskać, w jakim czasie i miejscu, z kim się skontaktować, jak bezpiecznie dotrzeć, itd. Nie przekazuj nikomu informacji o osobie i zdarzeniu bez świadomej i wyrażonej wprost zgody. Nie zapisuj i nie nagrywaj szczegółów zdarzenia ani danych osobowych i identyfikacyjnych osoby z doświadczeniem przemocy.

## DOSTOSUJ SIĘ DO POTRZEB OSOBY Z DOŚWIADCZENIEM PRZEMOCY

- USZANUJ potrzeby, życzenia i decyzje osoby.
- ODDAJ w ręce osoby decyzje o korzystaniu ze wsparcia i przekazywaniu informacji o sprawie.
- NIGDY nie obwiniaj osoby.
- SŁUCHAJ cierpliwie i bez oceniania.
- NIGDY nie przekazuj informacji bez wyraźnej zgody osoby z doświadczeniem przemocy.

## NIGDY

- NIGDY nie wymuszaj na osobie podawania informacji czy szczegółów zdarzenia.
- NIGDY nie poddawaj w wątpliwość i nie zaprzeczaj temu, co mówi osoba z doświadczeniem przemocy.
- NIGDY nie prowadź na własną rękę śledztwa i nie udzielaj rad.
- NIGDY nie prowadź mediacji pomiędzy ofiarą z sprawcą przemocy lub osobami trzecimi (np. rodziną)
- NIGDY nie zapisuj i nie nagrywaj szczegółów zdarzenia ani danych osobowych i identyfikacyjnych osoby z doświadczeniem przemocy.
- NIGDY nie zakładaj, że znasz potrzeby osoby z doświadczeniem przemocy. Niektóre działania mogą narazić osobę na ryzyko stygmatyzacji, odwetu lub innej krzywdy.
- Po skontaktowaniu osoby z wybraną formą wsparcia, NIGDY nie proś o dodatkowe informacje i nie szukaj kontaktu z osobą z doświadczeniem przemocy.

## ZAWSZE

- Zakładaj, że osoba z doświadczeniem przemocy mówi prawdę.
- Zapewnij osobę, że nie ponosi winy za doświadczenie przemocy.
- Zaoferuj wsparcie podczas rozmowy np. w postaci wody lub miejsca do siedzenia
- Słuchaj bez zadawania pytań.
- Kontroluj swoje osądy i zachowaj je dla siebie
- Szanuj prawo osoby z doświadczeniem przemocy do decydowania o sobie
- Udzielaj sprawdzonych i wyczerpujących informacji o dostępnych formach wsparcia
- Koniecznie poinformuj osoby z doświadczeniem gwałtu o dostępności wsparcia medycznego i konieczności dotarcia do niego w ciągu 72 godzin
- Gdy decyzje w sprawie dziecka podejmuje rodzic lub opiekun, upewnij się, że są one w najlepszym interesie dziecka. Najlepiej jeśli o wyborze i obecności opiekuna decyduje samo dziecko.
- Uzyskaj świadomą i wyrażoną wprost zgodę zanim skontaktujesz osobę z jakimkolwiek wsparciem lub osobą trzecią.
- Zaproponuj poufne nawiązanie kontaktu z odpowiednią osobą specjalizującą się we wsparciu po doświadczeniu przemocy.

# Wsparcie dla osób z doświadczeniem przemocy | Lublin

## Wsparcie w nagłych przypadkach

### Krajowe numery alarmowe

112 Ogólny numer alarmowy  
999 Pogotowie ratunkowe  
997 Policja  
Dostępne języki (PL/EN/ I/D/UA)

### Niebieska Linia— Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie

Tel.: + 48 22 668 70 00 Tel.: 116 123 (24h/7)  
Wsparcie psychologiczne i pomoc prawną

### Infolinia Narodowego Funduszu Zdrowia (NFZ)

Tel.: +48 800 190 590 (PL/UA/EN/RU)  
Rejestracja do szpitala, lekarza, informacja o usługach medycznych

### Szpitalne oddziały ratunkowe

ul. Staszica 16, Lublin, Tel.: +48 81 532 39 35  
ul. Jaczewskiego 8, Lublin, Tel.: +48 81 747 82 46  
ul. Al. Krasnicka 100, Lublin, Tel.: +48 81 537 42 29  
ul. Kruczkowskiego 21, Lublin, Tel.: +48 81 760 42 02  
ul. Lubartowska 81, Lublin, Tel.: +48 81 760 44 44  
ul. Grenadierow 4, Lublin, Tel.: +48 81 728 45 25  
ul. Chodzki 2, Lublin, Tel.: +48 81 718 53 23

### Szpital Neuropsychiatryczny

ul. Abramowicka 2, Lublin, Tel.: +48 81 744 30 61  
Information line, tel.: +48 81 728 64 07

### Centrum Interwencji Kryzysowej

ul. Probostwo 6a, Lublin, tel.: 81 466 55 46/47  
Telefon zaufania, tel.: +48 733 588 900 (24h/7; infolinia w PL, wsparcie psychologiczne PL/UA/ENG) Punkt konsultacyjny, tel.: 733 588 600  
Infolinia dla dzieci, tel.: 789-777-981 Pon-Pt 14:00-22:00 (PL)  
Specjalna infolinia dla osób uciekających przed wojną, tel.: 575-983-457 (UA)  
Wsparcie psychologiczne, prawne, dostęp pracownika socjalnego oraz do mieszkań interwencyjnych

### Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Osób Doznających Przemocy Domowej (SOW)

Tel.: +48 81 525 42 08 (24h/7) (PL)  
email: kierownik.sow.lublin@gmail.com  
Bezpieczne schronienie, psychologiczne i socjalne wsparcie.

## Wsparcie zdrowia reprodukcyjnego

### FEDERA — Fundacja na rzecz Kobiet i Planowania Rodziny

Tel. +48 22 635 93 95 — pon.-pt., 10:00-17:00 (PL/ENG)  
Tel.: +48 22 635 93 92 — Infolinia (psycholożka, ginekolożka, farmaceuta, edukatorka seksualna), pon.-pt., 16:00-20:00 (PL)  
Emails: [info@federa.org.pl](mailto:info@federa.org.pl) / [pomocprawna@federa.org.pl](mailto:pomocprawna@federa.org.pl) / [ginekolozki@federa.org.pl](mailto:ginekolozki@federa.org.pl)  
Wsparcie zdrowia reprodukcyjnego i seksualnego, wsparcie prawne w sprawach związanych ze zdrowiem reprodukcyjnym.

## Wsparcie prawne

### Fundacja Instytut na rzecz Państwa Prawa

ul. Chopina 14/70, 20-023 Lublin  
Infolinia +48 81 743 68 00 poniedziałek-piątek, 8:00-16:00 (PL/UA/RU/EN)  
email: [fundacja@panstwowprawa.org](mailto:fundacja@panstwowprawa.org)  
Wsparcie prawne

## Wsparcie specjalistyczne

### WSPARCIE SPECJALISTYCZNE LUBLIN

#### Centrum Interwencji Kryzysowej

ul. Probostwo 6a, Lublin, tel.: 81 466 55 46/47  
Telefon zaufania, tel.: +48 733 588 900 (24h/7; infolinia w PL, wsparcie psychologiczne PL/UA/ENG) Punkt konsultacyjny, tel.: 733 588 600  
Infolinia dla dzieci, tel.: 789-777-981 Pon-Pt 14:00-22:00 (PL)  
Specjalna infolinia dla osób uciekających przed wojną, tel.: 575-983-457 (UA)  
Wsparcie psychologiczne, prawne, dostęp pracownika socjalnego oraz do mieszkań interwencyjnych

#### Homo Faber - Centrum Społecznościowe "Baobab"

ul. Krakowskie Przedmieście 39A, Lublin tel.: +48 696 800 262  
pon-pt, 9:00-15:00 (PL/ENG/UA/RU) email: [baobab@hf.org.pl](mailto:baobab@hf.org.pl)  
Wsparcie psychologiczne dla dzieci do 12 roku życia, tel.: 451 192 439  
Wsparcie psychologiczne dla młodzieży i dorosłych, tel.: 604 074 353  
Wsparcie psychologiczne, pomoc prawną i zajęcia intergracyjne

#### Spilno

Ul. Kazimierza Wielkiego 8, 20-400 Lublin  
Wsparcie psychologiczne zapewniane przez Bona Fides i Sempre a Frente  
Pon. 15:00-19:00; śr. 10:00-16:00 or 16:00-20:00  
Tel.: +48 730 248 836; email: [info.spilno.lublin@gmail.com](mailto:info.spilno.lublin@gmail.com)

#### MOPR- Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinnej

##### Sekcja ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie

ul. Popieluszki 28E 20-052 Lublin  
Tel.: 603 780 650 – pon.- pt., 7:30-15:30 email: [poradnia@moprs.lublin.eu](mailto:poradnia@moprs.lublin.eu)  
infolinia PL, wsparcie psychologiczne i pomoc społeczną osób, które doświadczyły przemocy domowej (PL/UA)

#### Sempre a Frente

ul. Nadstawna 4 lok. 6, 20-120 Lublin  
Tel.: +48 690 080 886 – pon.-pt., 9:00-20:00  
Pomoc psychologiczna, psychiatryczna, prawna, pracownik socjalny dla dzieci oraz ich opiekunów, którzy nie są sprawcami przemocy.

#### Centrum Wolontariatu

Ul. Gospodarcza 2, Lublin  
Tel.: +48 81 534 26 52- pon.-pt., 8:30-18:30 (PL/UA/ENG)  
Wsparcie dla uchodźców z Ukrainy w zakresie integracji i adaptacji (wsparcie psychologiczne, prawne, mieszkaniowe, kursy językowe, wsparcie zawodowe)

#### Centrum Integracyjne dla Cudzoziemców w Lublinie – ADRA

ul. Krakowskie Przedmieście 21, Lublin  
Tel.: +48 535 595 750, pon.-czw., 8:30-15:30 (PL/UA)  
Wsparcie dla uchodźców z Ukrainy w zakresie działań integracyjnych i adaptacyjnych (wsparcie psychologiczne, kursy językowe, wsparcie zawodowe, pomoc w opiece nad dziećmi, masaż)  
Klub Kobiet – spotkania w gronie kobiet prowadzone przez psycholog (PL/UA)

### OGÓLNOKRAJOWE WSPARCIE SPECJALISTYCZNE

#### FEMINOTEKA - infolinia dla kobiet doświadczających przemocy

Tel.: +48 888 88 79 88 — pon.-pt., 14:00-17:00 (UA)  
Tel.: +48 888 88 33 88 — pon.-pt., 10:00-19:00 (PL/ENG)  
Pierwsza pomoc psychologiczna, psychoterapia długo- i krótkoterminowa oraz terapia traumy, porady prawne, pomoc społeczna, warsztaty

#### Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę/FDDS

Infolinia dla dzieci i młodzieży: 116 111(PL/UA/RU) 24h/7  
pomoc online: <https://116111.pl/ua>

#### La Strada – Fundacja Przeciwko Handlowi Ludźmi i Niewolnictwu

Centrum interwencyjne: +48 22 628 99 99 (24h/7) numer interwencyjny: +48 605 687 750 (PL/UA/RU/ENG) email: [strada@strada.org.pl](mailto:strada@strada.org.pl)  
Infolinia dla ofiar handlu ludźmi, pracy przymusowej i niewolnictwa.  
Pomoc psychologiczna, prawna i społeczna.

#### LAMBDA (Warszawa)

Tel.: +48 22 628 52 22, wsparcie psychologiczne i prawne: pon-pt. 16:00-18:00 (PL/UA/ENG) email: [prawo@lambdawarszawa.org/](mailto:prawo@lambdawarszawa.org/)  
Schronienie dla uchodźców z Ukrainy, którzy doświadczają przemocy lub dyskryminacji ze względu na orientację seksualną lub tożsamość płciową

