Rzeszów i Podkarpackie: Wsparcie dla osób z doświadczeniem przemocy

Aktualizacja 25.06.2024

Kto jest źródłem informacji o zdarzeniu?

Osoba z doświadczeniem przemocy

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

Czy osoba wymaga natchmiastowej interwencji?

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

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 wy-rażonej wprost zgody. Nie zapisuj i nienagrywaj szczegółów zdarzenia ani da-nych osobowych i identyfikacyjnych osoby z doświadczeniem przemocy.

Inna osoba

UDZIEL WYCZERPUJĄCYCH I SPRAWDZONYCH INFORMACJI o dostępnym wsparciu.
Poproś o przekazanie informacji osobie z doświadczeniem przemocy w bezpieczny i poufny sposób.
NIGDY nie próbuj szukać osoby z doświadczeniem przemocy na własną rękę.

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 dziecka.
- 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.

Rzeszów and Podkarpackie: Wsparcie dla osób z doświadczeniem przemocy

Wsparcie w nagłych przypadkach

Krajowe numery alarmowe Dostępne języki (PL/EN/UA)
Ogólny numer alarmowy 112
Pogotowie ratunkowe 999
Policja 997

Niebieska Linia - Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie (Stowarzyszenie na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie)
Tel.:800 120 120 (24h/7, PL; poniedziałek 18:00-22:00 ENG; wtorek 18:00-22:00 RU)
Wsparcie psychologiczne i pomoc prawna.

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 i Szpitale (Podkarpackie)
Rzeszów - Kliniczny Szpital Wojewódzki Nr 2, ul. Lwowska 60, Tel.: +48 17 866 44 44
Przemyśl Wojewódzki Szpital im. Św. Ojca Pio, ul. Monte Cassino, Tel.: +48 18 16 677 50 00
Medyka Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „HIPOKRATES", Medyka 479A Tel: +48 16 671 52 10
Lubaczów (Budomierz BCP) SP Zakład Opieki Zdrowotnej, ul. Adama Mickiewicza 168, Tel.: +48 16 632 81 00
Ustrzyki Dolne (Krościenko BCP) Szpital Ogólny, ul. 29 Listopada 57, Tel.: +48 134 611 028
Radymno (Korczowa BCP) Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „ARS MEDICA" ul. Legionów 1, Tel: +48 16 628 10 12

Ośrodek Poradnictwa Specjalistycznego i Interwencji Kryzysowej
Rzeszów ul. Skubisza 4, Tel: +48 17 863 53 89 (24h/7)
Interwencja kryzysowa, wsparcie psychologiczne, psychiatryczne, społeczne, porady prawne, bezpieczne schronienie.

Zespół Interwencji Kryzysowej przy Miejskim Ośrodku Zapobiegania Uzależnieniom
Przemyśl ul.Brata Alberta 10, Tel. +48 16 672 30 04 (24h/7) Pomoc i wsparcie dla osób doświadczających przemocy w rodzinie poprzez zapewnienie pomocy socjalnej, prawnej, psychologicznej, bezpieczne schronienie.

Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie
Korytniki 14, Tel. +48 16 671 85 94 (24h/7) Pomoc i wsparcie dla osób doświadczających przemocy w rodzinie poprzez zapewnienie pomocy socjalnej, prawnej, psychologicznej, bezpieczne schronienie.

Kompleksowe wsparcie

FEMINOTEKA — Ogólnopolska infolinia dla kobiet doświadczających przemocy i punkt wsparcia dla kobiet, które doświadczyły przemocy seksualnej
Tel.: +48 888 88 79 88 — pon.-pt., 14:00-19:00 (UA)
Tel.: +48 888 88 33 88 — pon.-pt., 11:00-19:00 (PL, ENG)
Pomoc psychologiczna, psychoterapia długo- i krótkoterminowa oraz terapia traumy, pomoc medyczna, porady prawne, pomoc społeczna, warsztaty wzmacniające.

Wsparcie zdrowia reprodukcyjnego

FEDERA — Fundacja na rzecz Kobiet i Planowania Rodziny

Tel. +48 22 635 93 95 — pon.-pt., 9:00-17:00 (PL/UA) Tel.: +48 22 635 93 92 — Infolinia (psycholożka, ginekoloża), pon.-pt., 16:00 - 20:00 info@federa.org.pl, pomocprawna@federa.org.pl

Wsparcie zdrowia reprodukcyjnego i seksualnego, wsparcie prawne w sprawach związanych ze zdrowiem reprodukcyjnym.

Telefon Zaufania HIV & AIDS prowadzony przez Krajowe Centrum ds.AIDS Tel.:800 888 448 (pon.-pt. 9:00-21:00, weekendy 24h/7) (Pl, UA)

Wsparcie prawne

Centrum Pomocy Prawnej im. Haliny Nieć
Tel.: +48 725 449 374 — Infolinia (PL/UA/RU/EN), pon.-pt., 9:00-15:00
Tel.: +48 693 390 502 — w nagłych przypadkach (telefon, WhatsApp)
Wsparcie prawne dla osób uchodźczych i osób z Ukrainy.

Wsparcie zdrowia psychicznego

Niebieska Linia - Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie (Instytut Psychologii Zdrowia)
Tel.:+48 22 668 70 00 (24h/7) i Tel.: 116 123 (24h/7)
Wsparcie psychologiczne i pomoc prawna.

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Rzeszowie (PCPR) Rzeszów
ul. Stefana Batorego 9, Tel: +48 519 585 857 (pon.-pt. 07:30- 15:30, PL, UA)
Interwencja kryzysowa, zarządzanie przypadkami przemocy, prowadzenie poradnictwa specjalistycznego.

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Przemyślu (PCPR) Przemyśl
Plac Dominikański 3, Tel: +48 (16) 675 00 11 (pon.-pt. 07:30- 15:30, PL, UA)
Interwencja kryzysowa, zarządzanie przypadkami przemocy, prowadzenie poradnictwa specjalistycznego.

Fundacja na Rzecz Psychoprofilaktyki Społecznej PRO-FIL Rzeszów
ul. Unii Lubelskiej 6/8, Tel: +48 574 907 904
Indywidualne doradztwo i skierowania; mobilne centrum konsultacyjne, pomoc psychospołeczna dla dzieci i dorosłych.

Wsparcie specjalistyczne

Centrum Medyczne "MEDYK"
Rzeszów
ul. Podkarpacka 1 Tel: +48 17 865 21 06 pon.-pt., 07:00-18:00
Przychodnia dla uchodźców z Ukrainy (UA PL)
Primary health care, family doctors, pediatricians, nurses.

La Strada – Fundacja Przeciwko Handlowi Ludźmi i Niewolnictwu
Tel.: +48 22 628 99 99 (24h/7) (PL, UA, RUS, ENG)
Infolinia dla ofiar handlu ludźmi, pracy przymusowej i niewolnictwa.
Pomoc psychologiczna, prawna i społeczna.

Lambda Warszawa
Tel.: +48 22 628 52 52, pon.-pt., 12:00-14:00 (PL) 16:00-18:00 (UA, RU)
Schronienie dla uchodźców z Ukrainy, którzy doświadczają przemocy lub dyskryminacji ze względu na orientację seksualną lub tożsamość płciową.

Consilium Stowarzyszenie Inicjatyw Obywatelskich, Mediacji i Ochrony Prawnej,
Przemyśl, ul. Asnyka 4, stowarzyszenie.consilium@protonmail.com
Pomoc społeczna, poradnictwo prawne, wsparcie psychologiczne i zakwaterowanie dla osób doświadczających przemocy w rodzinie.

Ośrodek Pomocy Społecznej (OPS, MOPS albo GOPS)
Wsparcie w zakresie bezpiecznego schronienia, pomoc psychologiczna i doradztwo prawne; pomoc rzeczowa i socjalna. Diagnoza przypadku GBV, procedury Niebieskiej Karty, monitorowanie; doradztwo indywidualne; skierowania do innych instytucji państwowych (Sąd Rodzinny/Policja)

MOPS Rzeszów, ul. Poniatowskiego 10 Tel: +48 863 71 56
Zespół Pracowników Socjalnych ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie
MOPS Przemyśl, ul. Leszczyńskiego 3 Tel: +48 16 307 14 14
Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie
GOPS Medyka, Medyka 288, Tel: +48 (16) 67 53 75
GOPS Radymno (Korczowa BCP), ul. Lwowska 38, Tel: +48 16 628 10 05
MOPS Lubaczów (Budomierz BCP), ul. Kard. S. Wyszyńskiego 4, 37-600, +48 16 632 90 45
MGOPS Ustrzyki Dolne (Krościenko BCP), ul. Wyzwolenia 7, +48 13 461 18 68