Підляське воєводство: Підтримка людей, які пережили насильство

Як Ви дізналися про випадок?

Від постраждалого

СПОСТЕРІГАЙТЕ ТА СЛУХАЙТЕ. Представтесь. Запитайте, чим можете допомогти. Проявіть повагу. Спробуйте створити безпеку та конфіденційність. Не дискримінуйте.

Чи постраждалий перебуває у небезпечній ситуації?

ТАК. Зверніться до відділу екстреної допомоги або зателефонуй за номером 112.

НІ

Чи постраждалий хоче отримати допомогу?

НІ. Зберігай конфіденційність. Поясніть постраждалому, що є можливість звернутися за допомогою в будь-який час.

ТАК. Надайте інформацію про доступні джерела допомоги: як отримати доступ до них, час та місцезнаходження, контактні данні, безпечні варіанти транспортування тощо. Не діліться ні з ким отриманою інформацією про жертву або її досвідом пережитого без чітко вираженої згоди. Не записуйте деталі інциденту або особисті данні постраждалого.

Від третьої особи

НАДАЙТЕ ТОЧНУ ІНФОРМАЦІЮ про доступні постраждалому послуги та підтримку.

Заохочуйте цю особу безпечно та конфіденційно ділитися інформацією з постраждалим.

НЕ шукайте постраждалих від ГЗН.

ЗАВЖДИ ДОТРИМУЙТЕСЯ ПІДХОДУ, ОРІЄНТОВАНОГО НА ПОСТРАЖДАЛОГО.

- ПРІОРИТЕЗУЙТЕ потреби, побажання та варіанти рішення, які висловлює постраждалий.
- НАДАЙТЕ можливість постраждалому приймати усі рішення щодо доступу до допомоги та обміну інформацією пов’язаною з ситуацією постраждалого.
- НІКОЛИ не звинувачуйте постраждалого.
- Будь терплячим, неосудним та уважним слухачем.
- НЕ ділись жодною інформацією без отримання чітко вираженої згоди від постраждалого.

НІКОЛИ

- НЕ тисніть на постраждалого щоб отримати інформацію або додаткові деталі.
- НЕ суперечте та не сумнівайтеся в тому, що розказує особа, постраждала від ГЗН.
- НЕ розслідуйте ситуацію і не надавайте порад.
- НЕ будьте посередником між постраждалим і кривдником або третьою особою (наприклад—сім'єю).
- НЕ записуйте та не діліться подробицями інциденту або особистими данними постраждалого.
- НЕ вважайте, що Ви знаєте, чого хоче або потребує постаждалий. Деякі дії можуть поставити постраждалого під ризик осуду, помсти або заподіяти іншу шкоду.
- Після скерування особи до обраних служб, НЕ просіть додаткової інформації та не зв'язуйтеся безпосередньо з постраждалим.

ЗАВЖДИ

- Довіряйте тому, що каже постраждалий.
- Запевняйте постраждалих, що це не їх вина.
- Забезпечуйте практичну дбайливість та підтримку (наприклад—пропонуйте воду, присісти і т.д.).
- Слухайте людину, не ставлячи запитань.
- Відкидайте власні судження.
- Поважайте право постраждалого приймати своє власне рішення.
- Надайте достовірну та вичерпну інформацію про допомогу та можливу підтримку, доступні для постраждалих.
- Інформуйте тих, хто пережив зґвалтування про медичні послуги та важливість звернення по них протягом 72 годин.
- Забезпечуйте надання пріоритету інтересам дитини, коли сім'я/опікун приймають рішення від імені дитини. Бажано, щоб супроводжуючий дорослий був обраний дитиною.
- Отримайте згоду постраждалого до того, як перенаправити його для отримання допомоги.
- Пам’ятай про конфідеційність при передачі справи до відповідного сервісу для постраждалих від ГЗН.

Підляське воєводство: Підтримка людей, які пережили насильство

Екстрена підтримка

Національні номери екстрених служб
Загальний номер 112
Швидка допомога 999
Поліція 997 (PL/EN/UA)
Гаряча лінія Фундації Справедливості тел.: +48 222 309 900 (PL/UA/EN) 24/7 гаряча лінія для жертв злочинів; психологічна допомога, юридична допомога, матеріальна допомога.

Інфолінія Національного фонду охорони здоров'я (NFZ)
тел: +48 800 190 590 (PL/UA/EN/RU) Запис до лікарні, лікаря, інформація про медичні послуги.

Відділення невідкладної допомоги в лікарнях
Білосток
Відділення невідкладної допомоги Воєводської лікарні в Білостоці -: SP ZOZ Wojewódzki Szpital Wojewódzki Szpital Zespolony im. Jędrzeja Śniadeckiego; Marii Skłodowskiej-Curie, 15-369 Białystok, тел.: +48 857 488 100
Воєводська станція швидкої допомоги в Білостоці, вул. Польська 89, 15-874 Білосток, тел.: +48 856 637 350
Ломжа
Воєвудська станція швидкої допомоги в Ломжі, вул. Замбровська 1/19, 18-400 Ломжа, тел.: +48 862 166 215
Сувалки
Відділення невідкладної допомоги/приймальне відділення лікарні, вул. Шпитальна 60, 16-402 Сувалки, тел.: +48 875 629 244

Пункти кризового втручання
Włókiennicza 7, 15-464 **Białystok,** тел.: +48 858 797 946, **+48** 858 797 947, +48 858 797 948 Психологічна допомога, соціальна допомога, юридична допомога, психотерапія (PL)
Wojska Polskiego 161, 18-400 **Łomża**, тел.: +48 862 169 820, пн-пт, 8:00 - 18:00 Спеціалізована підтримка у вирішенні психологічних проблем, запобігання домашньому насильству. (PL)
Філіповська 20Б, 16-400 **Сувалки**, тел.: +48 875 652 891 (PL)

Комплексна підтримка

FEMINOTEKA - Національна гаряча лінія для жінок, які пережили насильство та пункт підтримки для жінок, які зазнали сексуального насильства
тел.: +48 888 88 79 88 - пн-пт, 14:00-19:00 (UA)
тел.: +48 888 88 33 88 - пн-пт, 11:00-19:00 (PL, ENG)
Психологічна підтримка, довгострокова та короткострокова психотерапія та Травматерапія, медична допомога, юридичні консультації, соціальна підтримка, семінари з розширення можливостей.

Підтримка репродуктивного здоров'я

FEDERA - Фундація жінок та планування сім'ї Тел.: +48 22 635 93 95 - пн-пт, 9:00-17:00 (PL/UA)
тел.: +48 22 635 93 92 - телефон довіри (психолог, гінеколог), пн-пт, 16:00 -20:00
info@federa.org.pl, pomocprawna@federa.org.pl
Підтримка репродуктивного та сексуального здоров'я, юридичний супровід у питаннях репродуктивного здоров'я.

Телефон довіри з питань ВІЛ/СНІДу при Національному центрі профілактики та боротьби зі СНІДом
тел.: 800 888 448 (пн-пт 9:00-21:00, вихідні 24h/7) (Pl, UA)

Юридична підтримка

Асоціація правового втручання
тел: +48 880 145 372 (пн-пт 15:00-16:00, PL, UA, RU, ENG)
Електронна пошта: porada@interwencjaprawna.pl

Гельсінський фонд з прав людини
тел.: +48 22 556 44 40 (пн-пт, 10:00-14:00, PL, UA, RU, ENG)
Електронна пошта: refugees@hfhr.pl
Фонд "Ocalenie"
вул. Круча, 6/14а
тел: +48 22 828 0450 (пн-пт 11:00-17:00, пт. UA, RU, ENG)
Електронна пошта: cpc@cpc.org.pl

Підтримка психічного здоров'я

Блакитна лінія - Національна служба екстреної допомоги жертвам насильства в сім'ї (Інститут психології здоров'я) тел.: +48 22 668 70 00 (цілодобово) та тел.: 116 123 (цілодобово) Психологічна підтримка та правова допомога.

Блакитна лінія - Національна служба екстреної допомоги жертвам насильства в сім'ї (Асоціація запобігання насильству в сім'ї) Тел.: 800 120 120 (24h/7, PL); Пн 18:00-22:00 ENG; Вт. 18:00-22:00 (RU) Психологічна підтримка та юридична допомога.

116 123 Кризова гаряча лінія

Допомога в натуральній формі

Товариство «ДРОГА», тел.: +48 856 756 406, вул. Пролетарська, 21, 15-449 Білосток.
Православний центр милосердя «ЕЛЕОС» Білостоцько-Гданської єпархії, тел.: +48 781 001 071, вул. св. Миколая 5, 15- 420 Білосток.
Карітас Ломжинської єпархії, +48 86 216 68 20

Спеціалізована підтримка

Фонд „Даруємо дітям силу"
Телефон довіри для дітей та підлітків (UA, RU): 116 111 пн-пт, 14:00-20:00; 24h/7 (PL)
Онлайн-довідка: https://116111.pl/ua
Психологічна, юридична, медична допомога дітям та підліткам, які постраждали від злочинів, насамперед з досвідом насильства та сексуального насильства**.**

La Strada - Фундація протидії торгівлі людьми та рабству
тел.: +48 22 628 99 99 (24h/7) (PL, UA, RUS, ENG)
Гаряча лінія для постраждалих від торгівлі людьми, примусової праці та рабства.
Психологічна, юридична та соціальна допомога.

Польський Червоний Хрест (PCK) - Підляське відділення, вул. Варшавська 29, 15-062 Білосток, тел.: +48 857 416 091, +48 509 904 720. Освіта, інформація, інтеграція, правова допомога.

Центр соціальної інтеграції - професійна та соціальна реінтеграція**.**
Білосток, вул. Грюнвальдська, 76, 15-893, вул. Барановицька, 79/1, 15-554, вул. Колейова, 26 А, 15-701
Ломжа**,** вул. Дворна 13, 18-400, вул. Фарна 1, 18-400, вул. Зелена 21, 18-400, вул. Карла Вишинського 30, 18-400

Фонд POLZA, тел.: +48 691 681 491; +48 607 044 216 .допомога в інтеграції та адаптації іноземців (RU, PL)

Центр для мігрантів та біженців - Карітас Білосток- вул. Міцкевича 13, 15-213 Білосток, тел. +48 696 71 61 80, пн-пт 10:00 - 17:00 Натуральна допомога, інтеграційні заходи, юридична допомога, психологічна підтримка, вивчення польської мови, працевлаштування.

Фонд Okno na Wschód- +48 532 869 442, +48 736 603 108, пн-пт, 8:00 - 16:00 (RU, PL, ENG). Консультації, профорієнтація, допомога в пошуку роботи, психологічна підтримка, переклад документів, вивчення польської мови, юридична підтримка.

Центри допомоги сім'ї
Білосток, вул. Борсуча 2,15-569, тел.: +48 857 403 911
Ломжа**,** вул. Шоса Замбровського 1, 18 - 400, тел.: +48 862 156 942
Сувалки, вул. Свєркова 60 16-400, тел.: 87 565 92 80

Центр соціальної допомоги (OPS)
Підтримка у вигляді безпечного притулку, психологічної допомоги та юридичних консультацій; матеріальна та соціальна допомога.
Білосток, тел.: +48 857 322 052
Августув, тел.: +48 876 445 430, +48 876 433 765
Більськ-Підляський, тел.: +48 857 308 990, +48 857 302 006
Бранськ, тел.: +48 856 551 007, +48 857 375 363
Граєво, тел.: +48 862 730 860, +48 862 730 861
Гайнувка, тел.: +48 856 822 011, +48 856 822 011
Колно, тел.: +48 862 782 849, +48 862 782 849
Ломжа, тел.: +48 862 164 260, +48 862 165 851
Сейни, тел.: +48 875 162 113, +48 875 162 055
Сім'ятичі, тел.: +48 856 556 957, +48 856 561 226
Сувалки, тел.: +48 875 628 970, +48 875 628 971
Високе Мазовецьке, тел.: +48 862 752 709, +48 862 752 709
Замбрув, тел.: +48 862 713 251, +48 862 713 251