Łódź: Wsparcie dla osób z doświadczeniem przemocy

Wersja z dnia 23 marca 2023

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 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.

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.

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.

Łódź: Wsparcie dla osób z doświadczeniem przemocy

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 (24/7)
Tel.: 116 123 (24/7)

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

Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Łodzi
Tel.: +48 800 112 800 (24/7, darmowa infolinia)
Tel.: +48 19 288 (pon.-pt., 20:00-8:00, sob,-nd. całą dobę, darmowa i anonimowa pomoc)
Tel.: +48 42 630 11 02 (biuro)
mczp@mczp-lodz.pl, http://www.chylinskilodz.pl/
ul. Piotrkowska 102, Łódz

Szpitalne Oddziały Ratunkowe

III Szpital Miejski im. Dr Karola Jonschera w Łodzi
ul. Milionowa 14, Łódź

SPZOZ Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. WAM
ul. Żeromskiego 113, Łódź

SPZOZ Uniwersytecki Szpital Kliniczny nr 1
ul. Kopcińskiego 22, ul. Narutowicza 96, 100, Łódź

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. M. Kopernika w Łodzi
ul. Pabianicka 62, Łódź

Wsparcie prawne

Łódzkie Centrum Wielokulturowe
Tel.: +48 722 25 28 28
cw@cw.lodz.pl, http://www.cw.lodz.pl/
Al. Kościuszki 48, lok. 1, Łódź
Różne formy wsparcia na osób uchodźczych z Ukrainy i innych krajów (PL/UA/RU/BE/ENG)

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

Polski Instytut Ericksonowski
Tel.: +48 883 221 925 (rejestracja dla osób z Ukrainy)
ul. Wioślarska 27
info@p-i-e.pl, https://www.p-i-e.pl/
Wsparcie psychiatryczne i psychologiczne

Fundacja Uwolnienie
Tel.: +48 42 630 27 27, +48 42 640 62 40
poradnia@uwolnienie.pl, http://www.uwolnienie.pl/
ul. Inowrocławska 5A, Łódź
Wsparcie psychologiczne dla osób w kryzysie uzależnienia i ich rodzin

Wsparcie specjalistyczne

Centrum Praw Kobiet — Infolinia dla osób z Ukrainy
Tel.: +48 800 10 77 77 (pon.-pt., 10:00-18:00)
Wsparcie psychologiczne, wsparcie prawne (PL/RU/UA)

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, ginekolożka), 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

FEMINOTEKA — Infolinia dla kobiet i osób z doświadczeniem 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 i pomoc w leczeniu traumy, pomoc prawna, warsztaty

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę
Infolinia dla dzieci i młodych dorosłych (UA/RU): 116 111
pon.-pt. 14:00-20:00
Wsparcie online: https://116111.pl/ua

La Strada – Fundacja Przeciwko Handlowi Ludźmi i Niewolnictwu
Tel.: +48 22 628 99 99 (24/7)
https://strada.org.pl/ — strada@strada.org.pl

Centrum Pomocy Ukrainie w Łodzi
Stowarzyszenie Społeczno - Kulturalne Ethnos
Tel.: +48 795 947 488, biznes.lider.polska@gmail.com
ul. Piotrkowska 270, 2 piętro, domofon 8, Łódź
Wsparcie społeczne, grupy wsparcia dla kobiet, dzieci oraz osób z Ukrainy i Białorusi (UA/PL/BE)

Spynka - Łódź
ukraina@frd.org.pl, https://spynka.org/
ul. Broniewskiego, ul. Okoniowa, ul. Słoneczna, Łódź
Wsparcie dla ukraińskich matek i dzieci (UA/RU)

Centrum „Spilno" UNICEF w Łodzi
Tel.: +48 786 085 955
ul. Juliana Tuwima 17A, Łódź
Wsparcie społeczne, grupy wsparcia dla kobiet, zajęcia dla kobiet i dzieci (UA/RU/PL)

Fundacja Koper Pomaga
Tel.: +48 666 824 822
biuro@koperpomaga.org, https://koperpomaga.org/
ul. Grunwaldzka 69, Łódź
Różne formy wsparcia, w tym wsparcie w nauce, zajęcia językowe, wsparcie dla kobiet i rodzin

Stowarzyszenie Wspieramy Ukrainę Razem
Tel.: +48 791 314 947, +48 881 233 937, +48 882 233 938
https://wspieramy-ukraine-razem.netlify.app/
ul. Narutowicza 7/9, Łódź; ul. Wschodnia 63, Łódź
Różne formy wsparcia, w tym wsparcie adaptacyjne dla osób z Ukrainy w każdym wieku