

Wsparcie dla osób doznających przemocy | Lublin

Wersja z 1.10.2024

Od kogo dowiedziałeś się o przypadku przemocy ?

Od osoby doznającej przemocy

Od innej osoby

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 dotkniętą przemocą w bezpieczny i poufny sposób.

NIGDY nie próbuj samodzielnie szukać osoby doznającej przemocy.

Czy osoba wymaga natychmiastowej interwencji ?

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

Nie

NIE. Zachowaj poufność. Opisz możliwości i formy wsparcia, w przypadku gdy osoba zmieniłaby zdanie.

Czy osoba wyraża zgodę na przekierowanie jej do organizacji wspierających ?

TAK. Udziel sprawdzonych 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 osoby doznającej przemocy.

DOSTOSUJ SIĘ DO POTRZEB OSOBY DOTKNIĘTEJ PRZEMOCĄ

- **USZANUJ** potrzeby, życzenia i decyzje osoby.
- **ZADBAJ** aby osoba podejmowała decyzje o skorzystaniu ze wsparcia i przekazywaniu informacji o sprawie.
- **NIGDY** nie obwiniaj osoby.
- **SŁUCHAJ** cierpliwie i bez oceniania.
- **NIGDY** nie przekazuj informacji bez wyraźnej zgody osoby, która doznała przemocy

NIGDY

- **NIGDY** nie wymuszaj na osobie podawania informacji czy szczegółów zdarzenia.
- **NIGDY** nie poddawaj w wątpliwość i nie zaprzeczaj temu, co mówi osoba doznająca przemocy.
- **NIGDY** nie prowadź na własną rękę śledztwa i nie udzielaj rad.
- **NIGDY** nie prowadź mediacji pomiędzy ofiarą a sprawcą przemocy lub osobami trzecimi (np. rodziną).
- **NIGDY** nie zapisuj i nie nagrywaj szczegółów zdarzenia ani danych osobowych osoby doznającej przemocy.
- **NIGDY** nie zakładaj, że znasz potrzeby osoby doznającej 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 doświadczoną przemocą.

ZAWSZE

- Zakładaj, że osoba dotknięta przemocą mówi prawdę.
- Zapewnij osobę, że nie ponosi winy za doświadczenie przemocy.
- Zaoferuj wodę lub miejsca do siedzenia podczas rozmowy.
- Słuchaj bez zadawania pytań.
- Kontroluj swoje osądy i zachowaj je dla siebie.
- Szanuj prawo osoby doświadczonej przemocą do decydowania o sobie.
- Udzielaj sprawdzonych i wyczerpujących informacji o dostępnych formach wsparcia.
- Koniecznie poinformuj osoby, które doznały 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 opiekuna zadecyduje 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 doznających 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. Grenadierów 4, Lublin, Tel.: +48 81 728 45 25
ul. Chodźki 2, Lublin, Tel.: +48 81 718 53 23

Szpital Neuropsychiatryczny

ul. Abramowicka 2, Lublin, Tel.: +48 81 744 30 61

Centrum Interwencji Kryzysowej

ul. Probstwo 6a, Lublin, Tel.: 81 466 55 47
Telefon zaufania, tel.: +48 733 588 900 (24h/7)
Punkt interwencyjno-konsultacyjny – 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, terapeutyczne i prawne. (PL/ENG/UA)

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 wsparcie socjalne.

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 / pomocprawna@federa.org.pl / 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@panstwoprawa.org
Wsparcie prawne

Nieodpłatna pomoc prawna

Rejestracja telefoniczna: 81 466 12 10 lub internetowa
<https://www.gov.pl/web/nieodplatna-pomoc>
(PL/ENG)

Wsparcie specjalistyczne

Centrum Interwencji Kryzysowej

ul. Probstwo 6a, Lublin, Tel.: 81 466 55 47
Telefon zaufania tel.: +48 733 588 900, Punkt konsultacyjny – 733 588 600
Infolinia dla dzieci, tel.: 789-777-981 Monday-Friday 14:00-22:00 (PL)
Specjalna infolinia dla osób uciekających przed wojną tel.: 575-983-457 (UA)
Wsparcie psychologiczne, terapeutyczne i prawne. Hostele (PL/ENG/UA)

MOPR- Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie

- Sekcja ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie

Ul. Głęboka 11 20-612 Lublin
Tel.: 81 466 54 86 email: sekcjank@mopr.lublin.eu
Pomoc społeczna i specjalistyczne wsparcie psychologiczne dla osób, które doświadczyły przemocy domowej.

- Specjalistyczna Poradnia dla Rodzin

ul. Popiełuszki 28E 20-052 Lublin – pon.-pt., 7:30-15:30
Tel.: 81 466 55 48/ 603 780 650 @: poradnia@mopr.lublin.eu
Poradnictwo prawne, psychologiczne, rodzinne. (PL/UA)

Homo Faber – Centrum Społecznościowe „Baobab”

ul. Krakowskie Przedmieście 39B, Lublin
Tel.: +48 696 800 262 — pon-pt, 9:00-15:00 email: 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, pomoc materialną i działania wzmacniające (PL/ENG/UA/RU)

Spilno

Ul. Kazimierza Wielkiego 8, 20-400 Lublin
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
Wsparcie psychologiczne zapewniane przez Bona Fides i Sempre a Frente.

Sempre a Frente

ul. Nadstawną 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 doświadczających krzywdzenia, oraz ich opiekunów, którzy nie są sprawcami przemocy.

Centrum Wolontariatu

Ul. Gospodarza 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 (prawne, psychologiczne, mieszkaniowe, kursy językowe, doradztwo zawodowe)

AGAPE

Ul. Bernardyńska 5, 20-109 Lublin
Tel.: 81 534 38 87 / +48 782 515 474 @: poczta@agape.lublin.pl
Ośrodek Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przystępstwem
Wsparcie prawne, psychologiczne, psychoterapeutyczne psychiatryczne i socjalne. Grupy psychoedukacyjne oraz samopomocowe dla kobiet (PL)

OGÓLNOKRAJOWE WSPARCIE SPECJALISTYCZNE

FEMINOTEKA — Ogólnopolska infolinia dla kobiet doznających 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 empowerment.

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę/FDDS

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

La Strada – Fundacja Przeciwno Handlowi Ludźmi i Niewolnictwu

Tel.: +48 22 628 99 99 (24h/7) (PL/UA/RU/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

