

Czy wiesz, że:

- Prawo zabrania stosowania przemocy i krzywdzenia osób bliskich – jest to przestępstwo ścigane przepisami Kodeksu karnego.
- W sytuacji doznania przemocy możesz uzyskać bezpłatną pomoc psychologiczną, medyczną oraz prawną bez żadnych opłat.
- Masz prawo żądać od policji, prokuratury lub sądu zapewnienia Ci bezpieczeństwa, w szczególności poprzez izolację osoby stosującej przemoc (np. nałożenie na nią przez prokuratora lub sąd obowiązku opuszczenia dotychczas zamieszkiwanego z Tobą lokalu).
- Podstawowym narzędziem służącym przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie jest procedura „Niebieskie Karty”, którą – na Twoją prośbę – uruchamiają pracownicy pomocy społecznej, przedstawiciele gminnych komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, policji, edukacji lub ochrony zdrowia.
- Możesz żądać od policji zatrzymania osoby stosującej przemoc i nałożenia na nią przez sąd zakazu kontaktowania się z Tobą lub zbliżania do Ciebie na określonej odległość.

Procedura „Niebieskie Karty” ma na celu objęcie pomocą członków rodziny, w której doszło do przemocy. Pomaga skoordynować działania wielu służb i powstrzymać przemoc w rodzinie. Dzięki niej powstaje możliwość uzyskania pomocy ze strony różnych organizacji.



www.wroclaw.pl/bez-przemocy

#WrocławBezPrzemocy

Gdzie szukać pomocy?

Niebieska Linia
Ogólnopolskie Pogotowie
dla Ofiar Przemocy w Rodzinie
800 120 002

niebieskalinia@niebieskalinia.info



Ośrodek Interwencji Kryzysowej
71 796 40 85

ul. Rydygiera 45a, Wrocław
stop.przemocy@mops.wroclaw.pl

pomoc całodobowa, schronienie, pomoc psychologiczna,
pomoc prawna

Zespół Interdyscyplinarny
ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej
71 782 35 91

ul. Rydygiera 43a, Wrocław
zespol.interdyscyplinarny@mops.wroclaw.pl
poniedziałek–piątek, godz. 7.30–15.30



Udzielimy informacji dotyczących realizacji procedury „Niebieskie Karty”, przyjmujemy zgłoszenia dotyczące przemocy w rodzinie, przekierujemy Cię do specjalistów, którzy udzielą Ci niezbędnej pomocy, wskażemy miejsca działające na rzecz osób i rodzin doświadczających przemocy lub nią zagrożonych.

Zareaguj! Nie bądź obojętny!

Jeśli Twoje życie lub zdrowie jest zagrożone – zadzwoń pod bezpłatny numer **112**.

Jeśli jesteś świadkiem sytuacji, w której jest **zagrożone życie lub zdrowie dziecka** w związku z przemocą w rodzinie, niezależnie od zawiadomienia policji **zgłoś** ten przypadek do **sądu** poprzez formularz kontaktowy:

<https://www.wroclaw.so.gov.pl/formularz-kontaktowy>
lub wyślij list z opisem sytuacji i adresem pokrzywdzonego [Sąd Okręgowy we Wrocławiu, ul. Sądowa 1, 50-046 Wrocław]; sąd może wydać stosowne zarządzenia w celu ochrony dziecka.



informacja
dla dorosłych



Czujesz, że ktoś stosuje wobec Ciebie

przemoc?

Nie jesteś sam. Zobacz, gdzie szukać

pomocy!

Wrocław miasto spotkań

Przemoc domowa – jednorazowe albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie z wykorzystaniem przewagi fizycznej, psychicznej lub ekonomicznej, naruszające prawa lub dobra osobiste osoby doznającej przemocy domowej, w szczególności:

- narażające tę osobę na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia lub mienia;
- naruszające jej godność, nietykalność cielesną lub wolność, w tym seksualną;
- powodujące szkody na jej zdrowiu fizycznym lub psychicznym, wywołujące u tej osoby cierpienie lub krzywdę;
- ograniczające lub pozbawiające tę osobę dostępu do środków finansowych, możliwości podjęcia pracy czy uzyskania samodzielności finansowej;
- istotnie naruszające prywatność tej osoby lub wzbudzające w niej poczucie zagrożenia, poniżenia lub udrczenia, w tym działania podejmowane za pomocą środków komunikacji elektronicznej.

Przemoc domowa może przybrać **różne formy**, np.:

- przemocy fizycznej** [gdy ktoś Cię bije, szarpie, popycha, kopie, dusi itp.];
- przemocy psychicznej** [gdy ktoś Cię obraża, wyzywa, kontroluje, poniża w obecności innych osób, pozbawia kontaktu z bliskimi itp.];
- przemocy ekonomicznej** [gdy ktoś kontroluje Twoje wydatki, utrudnia Ci podjęcie lub wykonywanie pracy, nie łoży na utrzymanie rodziny itp.];
- przemocy seksualnej** [gdy ktoś Cię zmusza do współżycia, do zachowań seksualnych, których nie akceptujesz, albo dotyka Twoich miejsc intymnych bez Twojej zgody itp.];
- cyberprzemocy** [gdy ktoś publikuje w Internecie i rozsyła za pomocą telefonu ośmieszające Cię zdjęcia i filmy z Twoim udziałem, dręczy Cię, straszy i poniża przez komentarze w mediach społecznościowych i na portalach internetowych itp.].

Przemocy domowej może doświadczyć każdy, niezależnie od płci, wieku, wykształcenia, pochodzenia czy zajmowanej pozycji społecznej.

Jeśli ktoś z Twojej rodziny skrzywdził Ciebie lub Twoje dzieci chociażby raz – **zareaguj, nie pozwól, by taka sytuacja się powtórzyła.**

Przemoc domowa zwykle przechodzi przez różne fazy. Początkowo u osoby krzywdzącej stopniowo narasta napięcie, następnie dochodzi do wybuchu agresji [fizycznej i/lub psychicznej], po którym następuje okres względnego spokoju. Cykl zwykle powtarza się, przy czym spokojniejsze fazy trwają coraz krócej. Nie czekaj więc na rozwój sytuacji i zgłoś się po pomoc.

Jak przebiega procedura „Niebieskie Karty”?

- 1** **Wszczęcie procedury** [gdy informacja o przemocy domowej trafia bezpośrednio lub pośrednio do funkcjonariusza policji, pracownika socjalnego, pracownika oświaty, członka Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych lub lekarza czy pielęgniarki].
↓
- 2** **Opracowanie** indywidualnego **planu pomocy** dla wszystkich osób w rodzinie, w której doszło do przemocy.
↓
- 3** **Udzielenie pomocy i zapewnienie bezpieczeństwa** osobie doznającej przemocy.
↓
- 4** **Oddziaływanie** przez specjalistów na osobę stosującą przemoc w sposób, który ma doprowadzić ją do zaprzestania zachowań przemocowych.
↓
- 5** **Realizacja** indywidualnego planu pomocy i monitorowanie efektów działań podjętych wobec osoby stosującej przemoc.
↓
- 6** W przypadku braku poprawy sytuacji w rodzinie służby mogą podjąć **dodatkowe działania** prawne wobec osoby stosującej przemoc.
↓
- 7** **Zakończenie** procedury następuje, gdy przemoc w rodzinie ustanie

Pamiętaj – ta procedura ma na celu **uruchomienie pomocy**, a nie działań karnych!

Jakie korzyści daje procedura „Niebieskie Karty”?

- pomoc w zapewnieniu bezpieczeństwa Tobie i Twoim bliskim,
- wsparcie w rozwiązywaniu trudnej sytuacji wywołanej doświadczeniem przemocy,
- podjęcie czynności wobec osoby dopuszczającej się przemocy skłaniających ją do zaprzestania działań przemocowych.

Nic nie usprawiedliwia aktów przemocy!

Jeśli przemocy ze strony osoby najbliższej doznajesz Ty lub ktoś z Twojej rodziny, nie wstydź się prosić o pomoc. Prawo jest po Twojej stronie.

Masz prawo do:

- życia w rodzinie wolnej od przemocy;
- ochrony Twojego życia, zdrowia oraz do samodzielnego decydowania o swoim życiu osobistym;
- żądania od państwa polskiego ochrony Ciebie oraz Twojego dziecka przed przemocą lub okrucieństwem, w tym ze strony osób najbliższych.

W szczególności masz prawo do uzyskania:

- schronienia** [dla siebie i dzieci pozostających pod Twoją opieką] w specjalistycznym ośrodku wsparcia dla ofiar przemocy domowej, bez skierowania i bez względu na dochód;
- pomocy psychologicznej i prawnej** oraz niezwłocznego dostępu do pomocy **medycznej** w przypadku, gdy wymaga tego Twój stan zdrowia;
- pomocy lekarskiej**, w tym wydania bezpłatnego zaświadczenia lekarskiego przez lekarza pierwszego kontaktu o przyczynach i rodzaju uszkodzeń ciała będących skutkiem stosowania przemocy domowej;
- wszczęcia postępowania** wobec osoby stosującej przemoc, a w razie potrzeby także jej odizolowania.

To nie Ty musisz się wyprowadzać z domu!

To **osoba stosująca przemoc domową** musi się liczyć z tym, że **będzie musiała opuścić mieszkanie.**