

**Jeśli czujesz,  
że ktoś jest  
w niebezpieczeństwie  
– zadzwoń!**

**Nie pozostawiaj  
ofiar przemocy  
bez wsparcia.  
Jeśli jesteś  
świadkiem awantury  
i obawiasz się  
o czyjeś  
bezpieczeństwo,  
wezwiń policję.**

# 112



to numer alarmowy, pod który **należy telefonować w nagłych wypadkach**. Policja może zatrzymać sprawcę oraz rozpocząć procedurę Niebieskie Karty. Procedura ta umożliwi współpracę różnych instytucji, które **przygotują plan pomocy dla rodziny, w której stosowana jest przemoc**.

Źródło:



## **Jesteś świadkiem przemocy? Możesz pomóc, nie wychodząc z domu!**

- *Opowiadają nam o kłótniach, awanturach, poniżaniu, o przemocy fizycznej, która jest w ich domach, a od której teraz nie mają jak uciec. Często też słyszymy, że to najgorszy czas w ich życiu – informuje fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, która prowadzi telefon zaufania.*
- *W czasie epidemii konsultanci otrzymują aż dwa razy więcej wiadomości mailowych [...]. Często to są wiadomości od dzieci i nastolatków, które mieszkają w rodzinach wielodzietnych, albo w kawalerkach. Obecna sytuacja jest dla nich nie do wytrzymania i to, co mogą zrobić to zaszyć się gdzieś w kącie i napisać wiadomość.*

Okres izolacji to dla części Polaków prawdziwy koszmar. Dotychczas w wielu domach małżonkowie przez większość tygodnia mijali się w drzwiach, wymieniali niezbędnymi informacjami. W weekend każde było pochłonięte swoimi obowiązkami. Okazji by wejść na „kurs kolizyjny” nie było zbyt wiele. Aktualna sytuacja diametralnie zmieniła dotychczasowy porządek. Konieczność pracy z domu, nieustanne przebywanie ze sobą często na niewielkim metrażu, brak stałych kontaktów z osobami z zewnątrz oraz niepewność potęgują frustrację, która często objawia się agresją.

Tylko w ciągu pierwszego tygodnia od wprowadzenia nakazu pozostawania w domach we Francji liczba interwencji z powodu przemocy wzrosła o ponad 30%! Stres, odcięcie od znajomych, brak ruchu, lęk o przyszłość – to wszystko powoduje ogromne napięcie, które bywa rozładowywane na najbliższych. – Towarzyszy temu alkohol i dochodzi do takiej mieszanki wybuchowej konfliktów. Przypominane są stare historie – mówił inspektor Mariusz Ciarka z Komendy Głównej Policji.

Pracownicy telefonu zaufania odbierają w ostatnim czasie rekordową liczbę połączeń dotyczących przemocy domowej. Z danych działającego na zlecenie PARPA Ogólnopolskiego telefonu dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” wynika, iż w okresie od stycznia do 24 kwietnia w Pogotowiu przeprowadzono blisko 600 rozmów więcej niż w analogicznym okresie w roku ubiegłym. Na wzrost interwencji domowych w czasie pandemii zwracają uwagę także policjanci. Obecna sytuacja sprawia, że ofiary często cierpią w samotności. Nie mają szansy, by ktoś dostrzegł ich dramat. Dlatego rola świadków jest teraz podwójnie ważna.

Zdarza się, że słyszymy za ścianą krzyki i wyzwiska. Przemoc nie jest prywatną sprawą i należy reagować w takich sytuacjach. Podczas awantur wielokrotnie cierpią dzieci, które teraz pozostawione są bez jakiegokolwiek wsparcia – nie mają możliwości rozmowy ze szkolnymi przyjaciółmi czy pedagogiem.

W sytuacjach niebezpiecznych najlepiej wezwać policję. Jeśli sprawa nie wymaga natychmiastowej interwencji, warto skontaktować się telefonicznie lub e-mailowo z Ogólnopolskim Pogotowiem dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” działającym na zlecenie Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych – tel. 800 120 002, e-mail: [niebieskalinia@niebieskalinia.info](mailto:niebieskalinia@niebieskalinia.info). Dyżurujący tam pracownicy zapewniają pomoc prawną i psychologiczną oraz udzielają kompleksowego wsparcia świadkom przemocy. Telefon jest bezpłatny i czynny całą dobę 7 dni w tygodniu.

Prawo chroni osoby pokrzywdzone. Zgodnie z ustawą są one uprawnione do bezpłatnej pomocy medycznej, psychologicznej oraz prawnej. Mogą także skorzystać z porad socjalnych, zawodowych i rodzinnych. Przepisy umożliwiają zapewnienie osobie dotkniętej przemocą w rodzinie bezpiecznego schronienia w specjalistycznym ośrodku wsparcia dla ofiar. Pokrzywdzeni mogą także skorzystać z pomocy lekarza pierwszego kontaktu i otrzymać bezpłatnie tzw. zaświadczenie o przyczynach i rodzaju uszkodzeń ciała związanych z użyciem przemocy w rodzinie.

Znowelizowane przepisy nakazują także sprawcy przemocy fizycznej zagrażającej życiu lub zdrowiu domowników bezzwłocznie opuścić mieszkanie. Agresor dostanie także zakaz zbliżania się do ofiar. Sankcje natychmiast wyegzekwuje policja, a sądy w błyskawicznym trybie zajmą się sprawą.

Źródło: materiały opracowane przez Instytut Łukasiewicza na zlecenie Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych