

PRZEMOC W RODZINIE TO PROBLEM DO ROZWIĄZANIA TAKŻE W CZASIE EPIDEMII KORONAWIRUSA!

Czym jest przemoc w rodzinie?

Przemoc w rodzinie - jest zamierzonym i wykorzystującym przewagę sił działaniem przeciw członkom rodziny:

- jest demonstracją siły i chęcią przejęcia kontroli nad drugą osobą;
- sprawca jest silniejszy od ofiary i ma nad nią przewagę;
- sprawca narusza podstawowe prawa ofiary, jak prawo do nietykalności fizycznej, godności i szacunku;
- powoduje cierpienie i ból, który sprawia, że ofiara ma mniejszą zdolność do samoobrony.

Stan epidemii i jego konsekwencje dla naszej wolności osobistej nie mogą powodować, że osoby zagrożone przemocą domową zostaną pozostawione bez niezbędnego wsparcia.

W odpowiedzi na ich potrzeby, Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich, działając we współpracy z ekspertkami Fundacji Feminoteka, Centrum Praw Kobiet i Niebieskiej Linii IPZ, opracowało „Plan awaryjny”. Zawiera on informacje o możliwościach uzyskania pomocy w czasie pandemii dla wszystkich, którzy w czterech ścianach doświadczają przemocy.

Plan awaryjny, gdy doświadczamy przemocy

Osobisty plan awaryjny

Jeśli wiesz, że możesz doświadczyć przemocy domowej i obawiasz się, że w czasie epidemii może być trudno uzyskać pomoc, przygotuj osobisty plan awaryjny.

Jeśli zdarzy się coś złego, będziesz od razu wiedzieć jak zareagować i gdzie pójść.

Twoje bezpieczeństwo to priorytet.

Nie jesteś winna/y przemocy i są ludzie, którzy chcą Ci pomóc!

1. Obserwuj zachowania osoby agresywnej:
To ważne, żeby wiedzieć, jakie zachowania zapowiadają najgorsze i kiedy sytuacja staje się niebezpieczna dla Ciebie, Twoich najbliższych, dzieci.
2. Naucz dzieci dbać o bezpieczeństwo:
Powiedz dzieciom, gdzie mogą szukać pomocy:
3. Bezpieczne miejsce:
Zastanów się, gdzie w Twoim domu możesz znaleźć bezpieczne schronienie.
Ważne, by nie znajdowały się tam żadne niebezpieczne narzędzia.

4. Bądź przygotowany/a do ucieczki:
Spakuj wszystko do podręcznej torby, trzymaj ją pod ręką, tak żeby w każdej chwili móc ją zabrać. Lista rzeczy, o których trzeba pamiętać:
5. W sytuacji zagrożenia:
Nie uciekaj od dzieci! One także mogą być zagrożone.
6. Poznaj swoich sojuszników:
Rozmawiaj z rodziną, sąsiadami i znajomymi o sytuacji w Twoim domu.

Ważne adresy i telefony

Wzywaj pomocy: 997, 112.

**Pracownicy socjalni - przeciwdziałanie przemocy w rodzinie:
budynek MOPS - ul. Łukasiewicza 1c, 39-300 Mielec,
pok. 36, tel. 17-787 56 63, pok. 37, tel. 17-787 56 62**

**Zespół Interdyscyplinarny Przeciwdziałania
Przemocy w Rodzinie Gminy Miejskiej Mielec,
(siedziba: Wydział Spraw Społecznych i Zdrowia
Urzędu Miejskiego w Mielcu), ul. Żeromskiego 23,
39-300 Mielec, tel. 17 788 86 06, 17 788 85 75;**

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Mielcu,
ul. Żeromskiego 34, 39-300 Mielec, tel. 17 78 004
70, e-mail: [pcpr@powiat-
mielecki.pl](mailto:pcpr@powiat-mielecki.pl); www.pcprmielec.pl (prowadzi Punkt
Interwencji Kryzysowej w Mielcu,
ul. Żeromskiego 34, tel. 17 78 00 505;**

**Komenda Powiatowa Policji w Mielcu,
ul. Wyspiańskiego 8, 39-300 Mielec, tel. 997, 17 584 53 42, e-
mail: mielec@podkarpacka.policja.gov.pl; <http://www.podkarpacka.policja.gov.pl>;**

Ponadto informację i pomoc można również uzyskać w placówkach oświatowych na terenie miasta: przedszkolach, szkołach podstawowych, gimnazjach, szkołach ponadgimnazjalnych, jak również w żłobkach.

Jeśli jesteś świadkiem przemocy w rodzinie, powiadom odpowiednie służby

*Pamiętaj!
ODPOWIEDZIALNOŚĆ za
stosowanie przemocy
leży ZAWSZE po stronie
osoby STOSUJĄCEJ
PRZEMOC, niezależnie od
tego co czyni ofiara.*