

Przemoc w rodzinach narasta

Ponad milion kobiet w Polsce każdego roku jest bitych i poniżanych przez własnego partnera. A tylko 90 tysięcy ma odwagę zgłosić ten fakt na policję.

Z najnowszych danych udostępnionych przez Centrum Praw Kobiet wynika, że **w Polsce ponad 500 kobiet rocznie umiera z powodu przemocy domowej**. Dla porównania w Niemczech takie dramatyczne zdarzenia dotyczą ok. 150 kobiet.

Morderstw, będących skutkiem przemocy domowej, jest co roku coraz więcej. Katowane i zabijane są też dzieci, również najmłodsze. – *„Zamknięcie nas w domach wciąż powoduje, że wszystko, co się w nich dzieje, nabrzmiewa jeszcze bardziej”* - mówi Renata Durda, kierowniczka Pogotowia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie Niebieska Linia. Katowane i zabijane są też dzieci, również te malutkie. Krzywdzone osoby cierpią latami, często w milczeniu – boją się, że jeśli komuś powiedzą i dowie się o tym ich kat, będą kolejnymi ofiarami z nagłówków w gazetach. Wymierzona ewentualnie przez sąd spóźniona sprawiedliwość nie wróci im życia.

W feralnym 2020 r. piekło przemocy domowej jeszcze poszerzyło zasięg – pandemia więzi ludzi w domach z przemocowymi partnerami, rodzicami, dziećmi, innymi członkami rodziny. Wiadomo też, że od wiosny policjanci muszą się zajmować kontrolowaniem obywateli na kwarantannie i mnóstwem innych zadań związanych z covidem – do interwencji domowych jeżdżą więc rzadziej.

- *„Agresja wynika również z tego, że przez pandemię ludzie musieli odłożyć różne rzeczy, np. wyjazdy w celach wypoczynkowych czy zawodowych. Do tego dochodzi przedłużająca się obecność dzieci w domu i troska o to, jak wygląda jakość ich nauczania, konieczność dopilnowania tego procesu i pogodzenia go z obowiązkami zawodowymi. Często wysoki poziom frustracji jest odreagowywany agresją”* – wyjaśnia jedna ze specjalistek pracujących ze zjawiskiem przemocy w rodzinie z PCPR w Gostyniu.

Kolejny ze specjalistów PCPR w Gostyniu dodaje: – *„Sytuację osób krzywdzonych pogarsza fakt, że gdy proponujemy jakieś sposoby rozwiązania problemów, odpowiadają: „Tu i tu już byłam i dzwoniłam, ale nic nie można załatwić, bo jest pandemia”. Tak jest np. w sądach, ludzie się skarżą, że już wiele miesięcy temu myślały, że zaraz zapadnie wyrok w kluczowych dla nich sprawach. Jednak przez to, że te w ogóle nie były procedowane, wciąż nie mogą liczyć na poprawę swojej sytuacji.”*

Ostatnie miesiące pokazały wyraźnie, jak duże znaczenie ma dostęp do systemu wsparcia, aby zagrożone przemocą domową kobiety i dzieci także w koronakryzysie mogły szybko i bez przeszkód biurokratycznych uzyskać pewną ochronę oraz skuteczną pomoc.

W sytuacjach zagrożenia należy dzwonić pod numer: **997 lub 112** – czynne są całą dobę.

Ważne telefony:

618 141 717 – poznański telefon Niebieska Linia

800 120 002 - Ogólnopolski Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie NIEBIESKA LINIA

600 070 717 - telefon zaufania dla kobiet doświadczających przemocy w rodzinie Fundacja Centrum Praw Kobiet

888 883 388 - telefon dla kobiet doświadczających przemocy Fundacja Feminoteka

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Gostyniu udziela bezpłatnie pomocy i wsparcia specjalistycznego osobom doznającym przemocy w rodzinie. Specjalnie dla takich osób i rodzin prowadzony jest przy PCPR w Gostyniu (ul. Wrocławska 8/202, tel. 65 572 75 28, pcpr@gostyn.pl) Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie.

Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie jest czynny w każdą środę od godziny 15.00 do 18.00 oraz w dni robocze w godzinach pracy PCPR. Wsparcia i porad udzielają oraz interwencje podejmują specjaliści: psycholog, specjaliści pracy socjalnej, specjalista pomocy psychologicznej, pedagog rodzinny, terapeuci, mediator i prawnik.

By uniknąć sytuacji oczekiwania na przyjęcie konieczne jest wcześniejsze umówienie się telefonicznie (65 572 75 28). Można też skorzystać z porady i wsparcia telefonicznie.

Potrzebujący pomocy mogą też skorzystać z **Telefonu Zaufania** (65 572 77 99) przy PCPR w Gostyniu. W ramach tej usługi dostępnej w godzinach pracy PCPR oraz dodatkowo w środy od 15.00 do 18.00 dzięki dyżurom wolontariuszy - można uzyskać anonimowo pomoc psychologiczną, otrzymać informacje o sposobie rozwiązywania problemów. Dyżurujący przy telefonie specjaliści towarzyszą ludziom zmagającym się w samotności z przerastającymi ich problemami oraz podejmują interwencje w sprawach kryzysowych.

Jeśli nie radzisz sobie z problemami - skorzystaj z pomocy.

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!

Osobisty plan awaryjny

1. Obserwuj zachowania osoby agresywnej:

To ważne, żeby wiedzieć, jakie zachowania zapowiadają najgorsze i kiedy sytuacja staje się niebezpieczna dla Ciebie, Twoich najbliższych, dzieci.

Jeśli awantury, krzyki nasilają się, jeśli coraz częściej słyszysz groźby pod swoim adresem, jeśli doświadczasz przemocy fizycznej np. szarpania, popychania, bicia, czy też zmuszania do seksu – to są sygnały, że przemoc się nasila i narasta.

2. Naucz dzieci dbać o bezpieczeństwo:

Powiedz dzieciom, gdzie mogą szukać pomocy:

np. że mogą pukać do zaprzyjaźnionej sąsiada/ki,

naucz je numeru alarmowego,
porozmawiaj z nimi, że nie są one winne przemocy i kłótni,
ustalcie, gdzie znajduje się klucz do domu, jak otworzyć drzwi wejściowe, gdyby coś się stało,
upewnij się, że znają adres mieszkania, gdyby musiały wzywać służby.

3. Bezpieczne miejsce:

Zastanów się, gdzie w Twoim domu możesz znaleźć bezpieczne schronienie.

Ważne, by nie znajdowały się tam żadne niebezpieczne narzędzia.

Unikaj kuchni, garażu, łazienki i innych miejsc, gdzie może być twarda posadzka albo niebezpieczne przedmioty.

4. Skontaktuj się z lokalną organizacją lub instytucją (ośrodek pomocy społecznej, ośrodek interwencji kryzysowej, powiatowe centrum pomocy rodzinie), które pomagają osobom doświadczającym przemocy. Zapytaj jak mogą Ci pomóc.

5. 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: Ważne dokumenty np. paszport, dowód osobisty. Leki. Telefon. Pieniądze/ karta płatnicza. Ładowarka. Numery ważnych telefonów. Klucze do domu. Obdukcje lekarskie (jeśli masz). Numery kont bankowych (zapisane). Bielizna na zmianę. Szczoteczka do zębów. Środki ochronne potrzebne w czasie epidemii: maseczki ochronne, rękawiczki, małe opakowanie płynu do dezynfekcji (jeśli masz je w domu).

6. W sytuacji zagrożenia:

Nie uciekaj od dzieci! One także mogą być zagrożone.

Jeśli nie masz możliwości ucieczki, schowaj się w rogu pokoju. Skul się, osłaniając rękoma twarz i głowę.

Postaraj się zawsze mieć przy sobie telefon z naładowaną baterią.

Wzywaj pomocy: 997, 112.

W telefonie komórkowym numer alarmowy zaprogramuj tak, żebyś mogła/mógł wybrać go jednym klawiszem. Poza telefonem policji warto mieć także pod ręką numery telefonu pogotowia ratunkowego, bliskiej Ci osoby oraz numer telefonu do schroniska, gdzie możesz uzyskać pomoc i wsparcie.

Jeśli musisz wzywać pomoc w miejscu publicznym, np. na klatce schodowej, zastanów się, czy zamiast wołania o pomoc nie krzycheć PALI SIĘ! – co może okazać się skuteczniejsze.

7. Jeśli z interwencją przyjedzie policja, a się boisz o swoje życie i zdrowie, domagaj się, aby sprawca przemocy został zatrzymany na 48 godzin. Zyskasz w ten sposób czas, żeby znaleźć schronienie, uzyskać pomoc. Pamiętaj, że mimo stanu epidemii służby mają obowiązek niezwłocznie reagować na przypadki przemocy domowej!

8. Poznaj swoich sojuszników:

Rozmawiaj z rodziną, sąsiadami i znajomymi o sytuacji w Twoim domu.

Opracuj wspólnie z nimi strategię postępowania na wypadek, gdybyś potrzebował/a ich pomocy. Pomocne może się okazać ustalenie słowa awaryjnego – jeśli go użyjesz, będą wiedzieli, że pilnie potrzebujesz pomocy.

Spróbuj wypełnić poniższą listę, osób do których możesz zadzwonić po wsparcie:

Przyjaciel/ciółka. Osoba z rodziny. Dzielnicowy/a. Zaufany nauczyciel/ka ze szkoły dziecka.

Zaprzyjaźniony sąsiad/ka. Kolega/koleżanka z pracy, któremu/ej ufasz. Organizacja, która Ci pomoże.

Lekarz/lekarka, który Cię zna. (Jeśli masz) Twój prawnik/prawniczka.

Więcej szczegółowych informacji oraz przydatne numery telefonów znajdą Państwo w poradniku poniżej.

Zachęcamy również do zapoznania się z:

Poradnikiem Fundacji Feminoteka o sytuacji prawnej osób doświadczających przemocy domowej w czasach koronawirusa [PRZEMOC W DOMU A KWARANTANNA - przewodnik prawny - Fundacja Feminoteka](#)