

2 października - Międzynarodowy Dzień Bez Przemocy

02 paź 2019 11:29

Międzynarodowy Dzień bez przemocy ustanowiony został na mocy rezolucji Zgromadzenia Ogólnego ONZ A61/271 z dnia 15 czerwca 2007 r. Dzień ten jest okazją do „rozpowszechnienia przesłania o unikaniu przemocy, również poprzez edukację i zwiększanie świadomości społecznej”. Patronem dnia i działania bez przemocy jest Mahatma Gandhi, przywódca indyjskiego ruchu niepodległościowego oraz pionier filozofii działania bez przemocy, którego idee przyczyniły się do powstania „Dnia bez przemocy”.

Przemoc w dzisiejszych czasach nie jest nam obcy i niezrozumiałym słowem. Kilukrotnie w ciągu dnia słyszymy o tym, że był kolejny zamach, mass media informują nas o następnych pobiciach, rozbojach, przemocy w domu, na ulicy, w szkole czy internecie. Zatem można śmiało stwierdzić, że przyzwyczajaliśmy się do słowa „przemoc”.

Jednak czy to przyzwyczajenie nie jest wielkim problemem, z którym powinniśmy się zmagać? Czy aby na pewno wiemy co to słowo oznacza?

Przemoc to jakie działania, które niezależnie od formy upośledzają ostatecznie moc kogoś, kto jest obiektem. Takie też jest ośl przemocy, czyniącej z człowieka istotę bezwolną”. Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie i definiuje przemoc jako: „jednorazowe albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie naruszające prawa lub dobra osobiste osób najbliższych, wspólnie zamieszkujących lub gospodarujących, w szczególności naruszające te osoby na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, naruszające ich godność, nieżykalność cielesną. Wolność, w tym seksualną, powodujące szkody na ich zdrowiu fizycznym lub psychicznym, a także wywołujące cierpienie i krzywdy moralne u osób dotkniętych przemocą.”

Zie traktowanie drugiej osoby nie ma żadnych granic i dotyczy wszystkich jednostek, w każdym przedziale wiekowym. Przynosi wiele cierpienia, a ich konsekwencje odczuwane są nawet przez całe życie.

Jakie są rodzaje przemocy?

PRZEMOC FIZYCZNA: Popychanie, odpychanie, obezwładnianie, szczypanie, kopanie, bicie otwartą ręką i pięściami, duszenie, oblewanie wrznięciem lub substancjami żrącymi, porażenie w niebezpiecznej okolicy, użycie broni

PRZEMOC PSYCHICZNA: Wyśmiewanie poglądów, religii, pochodzenia, naruszanie własnych poglądów, poniżanie, zwetyżdzenie, krytykowanie, kontrolowanie, ograniczanie kontaktów z innymi ludźmi, stosowanie groźb, szantażowanie, wyzywanie, ograniczania snu i pożywienia

PRZEMOC SEKSUALNA: Wymuszanie pożycia seksualnego, sadytyczne formy współżycia seksualnego, seks z osobami trzecimi, krytykowanie zachowań seksualnych, filmowanie podczas aktywności seksualnych, zmuszanie do oglądania zdjęć czy filmów pornograficznych

PRZEMOC EKONOMICZNA: Zabieranie zarobionych pieniędzy, nie łożenie na utrzymanie rodziny, uniemożliwanie podjęcia pracy, okradanie, zaciąganie kredytów i zmuszanie do zadawania pożyczek wbrew woli współmałżonka

ZANIEDBANIE: Ciągłe niezaspokajanie podstawowych potrzeb fizycznych, emocjonalnych i materialnych, pozostawianie dzieci bez opieki, zaniedbywanie medyczne, brak zainteresowania realizacją obowiązku szkolnego dziecka

(Źródło: opracowanie własne na podstawie J. Mazur, Przemoc w rodzinie. Teoria i rzeczywistość, Wydawnictwo Akademickie Żak, Warszawa 2002, s. 38-52)

GDZIE SZUKAC POMOCY?

- **BAZA TELEADRESOWA INSTYTUCJI POMOCOWYCH W ZAKRESIE REALIZACJI USTAWY O PRZECIWKDZIAŁANIU PRZEMOCY W RODZINIE W WOJEWÓDZTWIE ZACHODNIOPOMORSKIM - [KLIKNIJ TUTAJ](#) [1]**
- **OGÓLNOPOLSKIE TELEFONY ZAUFANIA**

116 111 – Telefon Zaufania Dla Dzieci i Młodzieży

Zdzwonił lub napisz, gdy coś Cię martwi, masz jakiś problem, nie masz z kim porozmawiać lub wyłdyżasz się o cymś opowiedzieć. Od 1 stycznia 2018 roku jest czynny codziennie od godziny 12.00 do 2.00 w nocy, wiadomości przez stronę www.116111.pl możesz przelać całą dobę. Pomoc świadczona przez konsultantów Telefonu 116 111 jest całkowicie bezpłatna.

800 100 100 – Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci

bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna i online dla rodziców i nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia i informacji w zakresie przeciwdziałania i pomocy psychologicznej dzieciom przeżywającym Kłopoty i trudności takie jak: agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, depresja i obniżony nastrój, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania. Ponadto terapeuci i prawnicy Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę udzielają konsultacji w zakresie podejmowania interwencji w przypadku podejrzenia przestępstw wobec dzieci, w szczególności wykorzystywania seksualnego, oraz pomocy psychologicznej dla dzieci doświadczonych przemocą i wykorzystywaniem seksualnym

i uczestniczących w charakterze świadków i pokrzywdzonych w procedurach prawnych. Telefon dostępny jest od poniedziałku do piątku w godzinach 1200 - 1500.
Pomoc dla dorosłych w sprawach dżed

800 12 12 – Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

Tu również możesz zadzwonić, gdy nie wiesz z kim porozmawiać, a coś bardzo Cię martwi. Możesz tam także zgłaszać takie sytuacje, które według Ciebie są niesprawiedliwe i masz poczucie, że ktoś zachował się nie tak jak powinien – np. złamał prawo. Telefon jest bezpłatny i jest czynny od poniedziałku do piątku od godziny 8:15 do 20:00 (połączenie bezpłatne). Jeśli zadzwonisz tam w godzinach nocnych i zostawisz informację o sobie i swój numer – konsultant do Ciebie odzwonili.

116 000 - Całodobowy, bezpłatny telefon w sprawie zaginionego dziecka. Telefon 116 000 jest skierowany do rodziców i opiekunów, którym zaginęło dziecko, do zaginionych dzieci oraz do wszystkich osób, które mogą pomóc w ich odnalezieniu. Telefon 116000 działa 24 godzinny na dobę, 7 dni w tygodniu (połączenie bezpłatne). www.zaginieni.pl

800 120 002 – Ogólnopolski Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”

Zadzwoń, jeśli ktoś w Twojej rodzinie krzywdzi Cię – bije lub obraża. Możesz tam opowiedzieć o swojej sytuacji i dowiedzieć się gdzie szukać pomocy w Twoim otoczeniu. Bezpłatna pomoc dostępna przez całą dobę.
<http://www.niebieskalinia.org/>

800 676 676 - Infolinia Rzecznika Praw Obywatelskich

Na infolini Obywatelskiej można uzyskać podstawowe informacje o prawach człowieka i kompetencjach RPO oraz dowiedzieć się wszystkiego o prawie antydyskryminacyjnym. Dowiadając się prawnej sytuacji się udzieli niezbędnych informacji bądź pomóc skierować sprawę do właściwej instytucji. Telefon jest czynny w poniedziałki w godz. 10.00 - 18.00 oraz od wtorku do piątku w godz. 8.00 - 16.00 (połączenie bezpłatne z telefonów stacjonarnych i komórkowych).

116 123 – Telefon Zaufania dla Osób Dorosłych w Kryzysie Emocjonalnym

Skorzystaj z niego, jeśli jesteś osobą dorosłą i przeżywasz trudności osobiste, nie potrafisz poradzić sobie ze swoim żmierzaniem. Możesz tam dowiedzieć od poniedziałku do piątku od godz. 14.00 do 22.00 (połączenie bezpłatne). <http://116123.edu.pl/>

800 120 226 – Policynny Telefon Zaufania ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie

Pod tym numerem telefonu można uzyskać wsparcie w sytuacji przemocy w rodzinie. Specjaliści obsługujący linię udzielają informacji na temat procedury "Niebieskiej Karty", np. jakie inne podmioty poza policją, mogą ją założyć. Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 9.30 - 15.30 (połączenie bezpłatne).

801 199 990 - Ogólnopolski Telefon Zaufania „Narkotyki – Narkomania” Zadzwonić jeśli masz problemy z narkotykami, używasz ich, jesteś uzależniony lub martwisz się o kogoś z Twojego otoczenia. Możesz tam uzyskać fachową poradę, a także informacje o tym, jak pomóc sobie lub bliskiej osobie. Telefon jest czynny codziennie w godzinach od 16.00 do 21.00. Dzwoniąc płacisz tylko za pierwszy impuls połączenia.

801 889 880 - Telefon Zaufania "Uzależnienia behawioralne"

Z telefonu mogą korzystać wszystkie osoby, które mają problem lub też zastanawiają się, czy mają problem z uzależnieniami behawioralnymi. Z konsultantami mogą rozmawiać również osoby bliskie osobom uzależnionym – rodzina, przyjaciele, znajomi. Infolinia jest czynna codziennie w godzinach od 17.00 do 22.00 z wyjątkiem świąt państwowych. Dzwoniąc płacisz tylko za pierwszy impuls połączenia.
www.uzaleznieniabehawioralne.pl

22 635 93 92 - Telefon grupy edukatorów seksualnych "PONTON"

Raz w tygodniu, w piątek pod tym numerem w godzinach 16.00-20.00 wolontariusze - edukatorzy seksualni Grupy "Ponton" odpowiadają na wasze pytania związane z seksualnością, dojrzewaniem, antykoncepcją itp. Opłata za połączenie z numerem zgodnie z cennikiem operatora.
www.ponton.org.pl

800 280 900 - telefon zaufania dla osób dotkniętych przemocą seksualną w Kościele

Telefon wsparcia działa we wtorki w godzinach 19:00-22:00. Kontakt telefoniczny przeznaczony jest przede wszystkim dla osób, które same doświadczają wykorzystania seksualnego, oraz ich najbliższych. Inicjatywę tworzą świeccy katolicy, telefon świadczy pomoc osobom dorosłym. Więcej informacji: www.zranieni.info

800 70 22 22 - Linia wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego

Całodobowa i bezpłatna pomoc psychologiczna przez telefon, email i czat. Działający konsultanci udzielają porad i kierują osoby downięcej lub piszącej do odpowiedniej placówki pomocowej w ich regionie.

800 108 108 - Bezpłatna linia wsparcia dla osób po stracie bliskich

Telefon wsparcia działa w dni powszednie od 14.00 do 20.00. Linia 800 108 adresowana jest do wszystkich osób w żałobie, które potrzebują pomocy. Dzwoniący mogą anonimowo porozmawiać o swojej sytuacji, otrzymać wsparcie, zasięgnąć porady. Zadaniem działających psychologów jest podejmować interwencje w sytuacjach nagłych, a także pomagać w podejmowaniu decyzji o ewentualnej dalszej terapii.

800 111 123 - Tumbolina

Pomoc telefoniczna dla dzieci i nastolatków przeżywających śmierć kogoś bliskiego, a także dla ich rodziców i opiekunów. Linia czynna jest od poniedziałku do piątku w godzinach 12.00 - 18.00. Można także zostawić swój numer i wiadomość, tak by konsultant mogli oddzwonić do potrzebującej osoby.

GRAFIKA <https://gineszkazapart.pl/contact/>

Adres źródłowy: <https://www.archiwum-wzp.pl/aktualnosci/2-pazdziernika-miedzynarodowy-dzien-bez-przemocy-0>

Linki

[1] <http://www.wzp.pl/aktualnosci/baza-teleadresowa-instytucji-pomocowych-w-zakresie-realizacji-ustawy-o-przeciwdzialaniu-przemocy-w-0>