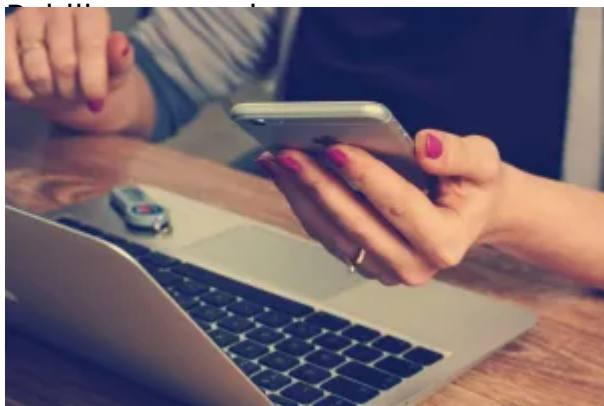


## Czasami jeden telefon ratuje życie. Efekt warsztatów antyprzemocowych



Dobiega końca projekt „Warsztaty Mocy przeciw przemocy” organizowany przez mieszkanki Szczecinka zaangażowane w przeciwdziałanie przemocy. W kilkudniowym maratonie warsztatowym łącznie wzięło udział około 70 kobiet i dziewcząt. Niemal połowa z nich uczestniczyła w dwudniowych warsztatach asertywności i samoobrony „WenDo”. Pozostałe uczestniczki gościły na dwugodzinnych warsztatach, których tematyka oscylowała wokół zagadnień związanych ze sposobami reagowania na przemoc w miejscach publicznych. Warsztaty WenDo organizowane przez nieformalną grupę „One Billion Rising - Szczecinek” od 5 lat zawsze są wysoko oceniane przez uczestniczki.

- Organizujemy takie akcje od 5 lat. Widząc na koniec warsztatów ten błysk w oku dziewczyn, jakąś taką ulgę, ale też bijącą od nich energię, nie możemy przestać. Kiedy czytamy anonimowe ankiety podsumowujące warsztaty, to już czujemy chęć organizowania następnych. Najchętniej zafundowałybyśmy je wszystkim dziewczynkom i dziewczynom ze Szczecinka. Ale takie dwudniowe warsztaty nie są tanie. Dlatego bardzo cieszymy się, że niezależnie od tego, kto zasiada w ratuszu, udaje się nam pozyskać fundusze na ich organizację - mówi **Agnieszka Piskozub-Rynkiewicz**, koordynatorka projektu. - Kontakt z uczestniczkami pokazuje nam kilka rzeczy. Po pierwsze, że przemoc jest, ale to wie już chyba każdy. Po drugie, że niemal każda z doświadczających jej osób, czy jako dziecko, czy osoba dorosła, bez

względu na płeć, czuje się osamotniona i wiele czasu zajmuje jej dotarcie do informacji, gdzie szukać pomocy. I po trzecie, że nawet mając te informacje nie wierzy się w to, że pomoc zostanie naprawdę udzielona. Dlatego zawsze przy okazji realizowanych przez nas projektów staramy się dystrybuować informacje o tym, gdzie można poszukać pomocy, gdy doświadczyło się przemocy. I okazuje się, że to zaczyna działać.

# DOZNAJESZ PRZEMOCY? JESTEŚ JEJ ŚWIADKIEM?

## DZWOŃ!!!

### CZASEM TELEFON RATUJE ŻYCIE

**94 37 280 11**

Zespół Interdyscyplinarny  
Miasta Szczecinek (ds. przeciwdziałania  
przemocy domowej)

**798 202 316**

Punkt Konsultacyjny ds. Przemocy  
Domowej

**730 30 40 35**

Punkt Interwencji Kryzysowej.  
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie  
w Szczecinku

**518 532 389**

Lokalny Punkt Pomocy  
Poszkodowanym Prześiępstwem

**112**

Telefon alarmowy

**888 88 33 88**

Telefon dla kobiet doświadczających  
przemocy Feminoteka (pn.-pt. 8.00-20.00)

**888 88 79 88**

Телефон Для Жінок, Які Зазнають  
Насильства Feminoteka (з пон. по ятн.  
14:00-17:00)

**800 120 002**

Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy  
w Rodzinie „Niebieska Linia” (całodob.)

**116 123**

Ogólnopolski kryzysowy telefon zaufania  
dla dorosłych (codziennie 14.00-22.00)

**116 111**

Telefon zaufania Dla dzieci i młodzieży  
fundacji "Dajemy Dzieciom Siłę" (całodob.)

**22 635 93 95 LUB 92**

FEDERA Fundacja Na Rzecz Kobiet i  
Planowania Rodziny



- Na warsztaty przychodzą przecież nie tylko osoby z takimi doświadczeniami, ale też takie, które zwyczajnie chcą się rozwijać, dowiadywać, uczyć nowych rzeczy, czy być gotowe na wsparcie innych. Jeśli zabiorą ze sobą naszą ulotkę, to gdy w jej otoczeniu ktoś ucierpiałby na skutek przemocy, ulotka da mu kontakty nie tylko na numer alarmowy policji, ale też do specjalistów od wsparcia z MOPS, PCPR, Funduszu Tratwa Szczecinek... Jeśli doświadczy przemocy seksualnej, to ma podany nr do Feminoteki, gdzie może liczyć na wsparcie psychologa, traumatologa, czy prawnika doświadczonego w takiej materii. Często osoby uwięzione w przemoc domową są uzależnione finansowo od osób ją stosujących. Tu przychodzi z pomocą Lokalny Punkt Pomocy Pokrzywdzonym finansowany ze środków Ministerstwa Sprawiedliwości, który pomaga pokrzywdzonym przestępstwem, w tym też przemocą w rodzinie przetrwać trudny okres. Ta pomoc jest na wyciągnięcie ręki. Ale trzeba o niej wiedzieć, by po nią sięgnąć – dodaje Agnieszka Piskozub-Rynkiewicz.

Jak mówi prowadząca punkt **Paulina Łamińska**, miejsce to niesie pomoc osobom pokrzywdzonym przestępstwem, świadkom tych przestępstw oraz osobom im najbliższym: - Nasi beneficjenci mogą uzyskać pomoc prawną, mediacyjną, pomoc psychologiczną, psychiatryczną oraz pomoc materialną. Każda z tych form pomocy ma na celu łagodzenie skutków przestępstwa, m.in. pokrywamy koszty związane z opieką nad dziećmi w żłobkach, szkołach i przedszkolach publicznych. Partycypujemy w kosztach organizowania i finansowania szkoleń i kursów podnoszących kwalifikacje zawodowe. W ramach potrzeb Fundusz Sprawiedliwości zapewnia finansowanie okresowych dopłat, takich jak: czynsz czy gaz, przejazdów środkami komunikacji publicznej, kosztów żywności lub bonów żywnościowych, kosztów świadczeń zdrowotnych, lekarstw i wyrobów medycznych, np. przedmiotów ortopedycznych oraz środków pomocniczych, gdy są niezbędne w procesie leczenia wynikającego z przestępstwa lub jego następstw – wylicza.

Jak dodaje, środki z Ministerstwa Sprawiedliwości mogą też pokryć koszty zakupu odzieży, środków czystości i higieny osobistej, a w niektórych przypadkach, gdy w wyniku przestępstwa nastąpiła utrata sprawności fizycznej, środki z Funduszu służą dostosowaniu lokalu mieszkalnego.

- Celem udzielanej przez nas pomocy jest dążenie do zniwelowania skutków przestępstwa doświadczanych przez osoby pokrzywdzone tak, aby odzyskały

*dobrostan psychiczny, aby były w stanie skutecznie korzystać z przysługujących jej praw w dochodzeniu sprawiedliwości oraz by znormalizowała się ich sytuacja bytowa*  
– kontynuuje nasza rozmówczyni.

Do Punktu mogą zgłaszać się osoby pokrzywdzone na każdym etapie postępowania: przed zgłoszeniem przestępstwa, w trakcie trwania postępowania przed sądem i po jego zakończeniu, jeśli nadal trwają skutki przestępstwa.

A co możemy sami zrobić, by te informacje dotarły do potrzebujących?

*- Na stronie Funduszu Tratwa Szczecinek i grupy nieformalnej zamieściliśmy ulotkę ze stale aktualizowanymi numerami instytucji i organizacji pomagających osobom uwikłanym w przemoc i pokrzywdzonych przestępstwem. Można ją udostępnić na swoich social mediach, można wydrukować, powiesić w swoim miejscu pracy, na tablicy ogłoszeń w zaprzyjaźnionym urzędzie lub szkole, na swojej klatce schodowej, a jeśli wydaje nam się, że w jakimś domu dochodzi do przemocy, to możemy podrzucić do skrzynki pocztowej, wetknąć w drzwi lub położyć pod wycieraczkę. Co więcej, jako świadkowie sami możemy zadzwonić pod jeden z numerów z ulotki i dowiedzieć się, jak możemy pomóc. Czasem jeden telefon ratuje życie* – podsumowuje Agnieszka Piskozub-Rynkiewicz.

Projekt „Warsztaty Mocy przeciw przemocy” realizowany przez grupę nieformalną „One Billion Rising Szczecinek” i Fundusz Tratwa Szczecinek we współpracy z Fundacją Feminoteka i L’Oreal Paris finansowany ze środków Miasta Szczecinek.

- [Udostępnij: Facebook](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)

[Pozostałe aktualności](#)

[Archiwum](#)