

CO DĚLAT, KDYŽ SE STANETE SVĚDKEM DOMÁCIHO NÁSILÍ? KDE ZÍSKAT POMOC V PARDUBICKÉM KRAJI?

Pokud hledáte pomoc pro oběti domácího násilí v Pardubickém kraji, existuje několik organizací a institucí, které vám mohou poskytnout podporu, poradenství a krizovou pomoc. Zde je seznam míst, kde můžete získat praktickou pomoc v Pardubickém kraji:

1. INTERVENČNÍ CENTRUM PARDUBICKÉHO KRAJE PRO OSOBY OHROŽENÉ DOMÁCÍM NÁSILÍM

Intervenční centrum Pardubického kraje pro osoby ohrožené domácí násilím, které funguje pod obecně prospěšnou společností SKP-CENTRUM, zajišťuje první kontakt a koordinaci pomoci pro oběti domácího násilí na celém území Pardubického kraje. Zprostředkovává poskytnutí následné pomoci. Zejména sociální, psychologické, lékařské a právní.

Tel.: 466 260 528, 774 755 744

Web: skp-centrum.cz/nase-sluzby-a-projekty/intervencni-centrum

2. KRIZOVÁ CENTRA V PARDUBICKÉM KRAJI

Krizová pomoc je terénní, ambulantní či pobytová služba poskytovaná zdarma na přechodnou dobu osobám, které se nachází v situaci ohrožení zdraví či života. Těm je zde zajištěna sociálně terapeutická podpora pro překonání krizového stavu.

Centrum J. J. Pestalozziho, o.p.s.; pracoviště Chrudim

Štěpánkova 107, Chrudim I

Tel.: 601 001 056, 469 623 899, 725 838 213. E-mail: kc@pestalozzi.cz

Centrum J. J. Pestalozziho, o.p.s.; pracoviště Svitavy

Milady Horákové 373/10, Předměstí, Svitavy 2

Tel.: 461 321 100, 461 321 200, 725 719 029. E-mail: kcsvi@pestalozzi.cz

Centrum J. J. Pestalozziho, o.p.s.; pracoviště Žamberk

Masarykovo náměstí 86

Tel.: 725 838 127, 725 838 129. E-mail: kcza@pestalozzi.cz

SKP-CENTRUM, o.p.s.

Sladkovského 592, Pardubice

Tel.: 608 432 117. E-mail: pardubice@skp-centrum.cz

SKP-CENTRUM, o.p.s.

Na Spravedlnosti 803, Pardubice V – Zelené Předměstí

Tel.: 466 636 077, 777 765 835. E-mail: madz@skp-centrum.cz

Cesta pro rodinu, z.ú.

Čs. armády 728, Žamberk

Tel.: 465 321 295, 465 321 327, 774 621 302

E-mail: soc.pracovnice@cestaprorodinu.cz

3. PORADNA PRO RODINU PARDUBICKÉHO KRAJE

Poradna pro rodinu Pardubického kraje zajišťuje psychoterapeutickou, psychologickou, krizovou pomoc a sociálně právní pomoc, která vede k obnově rodinných vztahů. Pomáháme lidem v náročných životních situacích vracet stabilitu a spokojenost do života.

Tel.: 724 112 065

Web: www.poradnapardubice.cz

Pardubice – Mozartova 449, Pardubice

Tel.: 603 273 948, E-mail: pardubice@poradnapardubice.cz

Chrudim – Široká 29, Chrudim IV

Tel.: 737 360 028, E-mail: chrudim@poradnapardubice.cz

Svitavy – Riegrova 2063/11, Svitavy

Tel.: 604 867 581, E-mail: svitavy@poradnapardubice.cz

Ústí nad Orlicí – Na Pláni 1343, Ústí nad Orlicí

Tel.: 721 981 780, E-mail: usti@poradnapardubice.cz

4. BÍLÝ KRUH BEZPEČÍ

Tato organizace poskytuje bezplatné právní poradenství a pomoc obětem domácího násilí. Nabízí také psychologickou podporu a asistenci při vyřizování ochranných příkazů či jiných právních kroků.

Tel.: 116 006 (bezplatná linka), 732 923 462

Web: www.bkb.cz

5. ROSA – CENTRUM PRO ŽENY

ROSA - Centrum pro ženy nabízí mimo jiné i bezplatnou krizovou linku specializovanou na pomoc ženám, které se staly obětí domácího násilí.

Tel.: 116 016 (bezplatná linka)

Web: www.rosacentrum.cz

6. POLICIE ČR

Pokud se jedná o akutní případ, neváhejte zavolat policii, která může okamžitě zasáhnout a chránit oběť.

Tel.: 112 (evropská tísňová linka) nebo 158

CO DĚLAT, KDYŽ SE STANETE SVĚDKEM DOMÁCIHO NÁSILÍ? KDE ZÍSKAT POMOC V PARDUBICKÉM KRAJI?

Domácí násilí představuje závažné porušování lidských práv, které se projevuje fyzickým, sexuálním, psychickým či ekonomickým násilím mezi blízkými osobami. Domácí násilí může mít různou podobu. Může se odehrávat mezi manžely, partnery, ale také mezi rodiči a jejich dětmi, prarodiči a vnuky nebo mezi sourozenci. K násilí může docházet i mezi mladými lidmi, kdy zpočátku krásné chvíle přechází ve vztah naplněný žárlivostí, omezováním anebo ponižováním.

JAKÉ JSOU NEJČASTĚJŠÍ PROJEVY DOMÁCIHO NÁSILÍ?



Verbální útoky

Například urážky, vyhrožování, vydírání, ponižování – vše, co poškozují důstojnost a sebeúctu oběti.



Kontrola a izolace

Nepřiměřená kontrola každodenního života, omezování kontaktů s rodinou a přáteli.



Finanční omezování

Nátlak na oběť prostřednictvím omezování přístupu k penězům.



Fyzické útoky

Kdykoliv násilí přechází do fyzického napadení – strkání, kopání, škracení, bití, tahání za vlasy, ale i znásilnění či nucení k sexu.

JAK SE ZACHOVAT, KDYŽ JSTE SVĚDKEM DOMÁCIHO NÁSILÍ?

Pokud jste se stali svědkem domácího násilí, je důležité jednat rychle a bezpečně. Zde je několik kroků, které vám pomohou v této složité životní situaci. Mějte na paměti, že vaše podpora může oběti domácího násilí zachránit život.

1. Zajistěte bezpečí oběti

Pokud je to možné a bezpečné, ujistěte se, že oběť násilí je v bezpečném prostředí, mimo dosah násilníka. Pokud hrozí akutní nebezpečí, ihned zavolejte na **tísňovou linku 112**.

2. Zavolejte policii

Pokud jste svědkem domácího násilí, je důležité okamžitě informovat policii. Můžete volat na číslo **158** (policejní linka) nebo přímo na **112** (všeobecná tísňová linka). Tímto krokem můžete předejít dalšímu násilí a pomoci osobě, na které je páčáno domácí násilí.

3. Zajistěte oběti další pomoc

Pokud je to možné, doporučte oběti, aby vyhledala odbornou pomoc. V Pardubickém kraji existují organizace a krizová centra, která poskytují podporu obětem domácího násilí, ať už formou poradenství, právní pomoci nebo dočasného ubytování.

4. Jaké jsou další možnosti pomoci?

Oběti domácího násilí mají právo na právní ochranu, včetně vydání **ochranného příkazu** nebo **uložení dočasného zákazu přiblížení** násilníkovi. Právní poradci, psychologové a odborníci na krizovou intervenci vám mohou pomoci orientovat se ve vašich právech a možnostech.

→ **Odborné poradenství** je k dispozici u terapeutů a psychologů, kteří obětem poskytují emoční a psychologickou podporu.

→ **Pomoc pro děti a mladistvé:** Pokud je dítě svědkem domácího násilí nebo jím trpí, existují specializované služby pro děti a mládež, které mu pomohou se zpracováním traumatických zážitků.

5. Zůstaňte v kontaktu s obětí

Pokud oběť souhlasí, zůstaňte v kontaktu a nabídněte svou pomoc při hledání dalších zdrojů pomoci nebo při zajištění bezpečí. Vaše podpora může být pro ni klíčová v těžkých chvílích.