

Насильство та його види

Як розпізнати, як реагувати
та де шукати підтримку



ЗМІСТ

Фізичне насильство.....	4
Психологічне насильство.....	6
Мова ненависті.....	8
Фізичне насильство.....	9
Торгівля людьми.....	11
Контакт із поліцією.....	13

ФІЗИЧНЕ НАСИЛЬСТВО



ЩО МОЖЕ З ТОБОЮ СТАТИСЯ?

Фізичне насильство — це дії, які можуть спричинити біль, рани, страх і відчуття загрози.

Приклади: побиття, удари, штовхання, копання, смикання, ляпаси, задушення, плювання, смикання за волосся, кидання предметами, припікання сигаретою.

ЯК РЕАГУВАТИ?

1 Утекти у безпечне місце

- Відійди якнайдалі від людини, яка завдає тобі шкоди.
- Знайди безпечне місце (наприклад, магазин, дім сусіда, школу, церкву).
- Якщо ти дуже боїшся або потребуєш негайної допомоги — телефонуй 112 і скажи: «Мене б'ють. Прошу про допомогу», а також назви адресу, де ти перебуваєш.



2 Розкажи комусь, що сталося

- Не тримай у собі те, що з тобою трапилося.
- Розкажи про це людині, якій довіряєш (наприклад, мамі, другові, вчителю чи соціальному працівнику/працівниці).

- Ти можеш попросити цю людину допомогти тобі зателефонувати до поліції або піти з тобою у відділок.

3 Повідом про насильство

- Зателефонуй до поліції (номер: 112) або піди у відділок.
- Скажи поліцейському, хто зробив тобі шкоду та що саме сталося.
- Попроси письмове підтвердження, що твоє повідомлення прийнято.

4 Збери докази

- Якщо в тебе є синці, рани, подряпини — звернися до лікаря або в лікарню та попроси довідку з описом ушкоджень.
- Зроби фото ран або пошкоджених речей.
- Запиши або надиктуй на телефон дату, час і опис події.
- Зроби скріншоти SMS або повідомлень з погрозами (не видаляй їх).



БЕЗКОШТОВНА ДОПОМОГА

- Лінія допомоги постраждалим (цілодобово): +48 222 309 900
- «Блакитна Лінія» (жертви домашнього насильства): 800 120 002
- Місцевий центр соціальної допомоги (OPS) або Центр кризового втручання — надають прихисток та підтримку
- Ромські організації:

www.fundacjawstronedialogu.pl/organizacjeromskie

ПСИХОЛОГІЧНЕ НАСИЛЬСТВО



ЩО МОЖЕ З ТОБОЮ СТАТИСЯ?

Психологічне насильство — це дії, що викликають страх, приниження, відчуття загрози та страждання.

Приклади: лайка, образи, приниження, шантаж, погрози, ізоляція від інших, контроль, маніпуляції.

ЯК РЕАГУВАТИ?

1 Розкажи комусь, що сталося

- Не тримай це в собі.
- Розкажи людині, якій довіряєш (мамі, другові, учительці, соціальній працівниці).
- Попроси допомоги звернутися до поліції або піти з тобою у відділок.



2 Збери докази

- Записуй розмови з людиною, яка чинить щодо тебе насильство.
- Зроби скріншоти SMS або повідомлень з погрозами (не видаляй їх).

3 Повідом про насильство

- Передай зібрані докази поліції (див. інструкцію на стор. 11).



БЕЗКОШТОВНА ДОПОМОГА

- Лінія допомоги постраждалим (цлодобово): +48 222 309 900
- «Блакитна Лінія»: 800 120 002
- OPS або Центр кризового втручання — дають прихисток та підтримку
- Ромські організації:

www.fundacjawstronedialogu.pl/organizacjeromskie

МОВА НЕНАВИСТІ



ЩО МОЖЕ З ТОБОЮ СТАТИСЯ?

Антиромська мова ненависті — це слова, текст або зображення, які принижують або ображають ромську громаду та підбурюють інших до нападів.

Приклади: напис на стіні «геть циганів», листівка, у якій говориться, що роми — «злочинна раса», або картинка, де ром чи ромка зображені на шибениці.

ЯК РЕАГУВАТИ?



1 В інтернеті:

- Якщо бачиш допис, що містить мову ненависті зроби скріншот і збережи як доказ.
- Поскаржся через відповідну кнопку або форму — її має кожна платформа (Facebook, TikTok тощо).

2 У публічному просторі:

- Якщо бачиш напис із мовою ненависті на вулиці, зупинці, будинку — сфотографуй або зними відео.
- Передай докази поліції (див. стор. 13).

СЕКСУАЛЬНЕ НАСИЛЬСТВО



ЩО МОЖЕ З ТОБОЮ СТАТИСЯ?

Приклади: дотики без згоди, небажані коментарі або нав'язливі погляди, примушування до фізичних контактів, фотографування без одягу.

ЯК РЕАГУВАТИ?

1 Утекти у безпечне місце

- Відійди подалі від нападника.
- Знайди безпечне місце (магазин, школа, дім сусіда).
- Якщо тобі дуже страшно або тобі потрібна допомога негайно — подзвони на 112 і скажи: «Хтось порушив мою недоторканність. Прошу про допомогу». Скажи, де ти перебуваєш.



2 Збери докази

- Звернися до лікаря (наприклад, у лікарню) та попроси опис ушкоджень.
- Не мийся та не перійть одяг після нападу — це може бути доказом.
- Зроби фото ран або пошкодженого одягу.

3 Розкажи комусь, що сталося

- Не тримай це в собі.

- Розкажи людині, якій довіряєш.
- Попроси допомоги у зверненні до поліції або піти з тобою у відділок.

4 Повідом про насильство

- Подзвони до поліції (112) або звернися у відділок.
- Опиши, що сталося та хто тобі завдав шкоди.
- Попроси письмове підтвердження звернення.



БЕЗКОШТОВНА ДОПОМОГА

- Гаряча лінія Feminoteka (для жінок): 888 88 33 88 (пн–пт, 11:00–19:00)
- Інфолінія Feminoteka українською та російською: 888 88 79 88 (пн і ср, 14:00–19:00; email: helpua@feminoteka.pl)
- «Блакитна Лінія» (цлодобово): 116 123
- Центри кризового втручання
- Ромські організації:

www.fundacjaWSTRONEDIALOGU.pl/organizacjeromskie

ТОРГІВЛЯ ЛЮДЬМИ



ЩО МОЖЕ З ТОБОЮ СТАТИСЯ?

Торгівля людьми — це коли тебе примушують працювати без оплати або контролюють тебе насильно.

Приклади: тебе викрали й не дозволяють контактувати з близькими, постійно стежать; примушують жебракувати; відібрали документи й не повертають; погрожують кривдою, якщо відмовишся.

ЯК РЕАГУВАТИ?

1 Розкажи комусь, що відбувається

- Спробуй зв'язатися з будь-якою людиною, яка може викликати поліцію від твого імені.
- Якщо ти подорожуєш — скажи прикордоннику, водію, стюардес(у), провіднику, що потребуєш допомоги.
- Якщо говорити небезпечно — намагайся привернути їхню увагу.



2 Утекти та повідомити

- Утікай якнайдалі.
- Сховайся у публічному місці (магазин, церква, поліклініка).
- Телефонуй 112 і скажи, що ти — жертва торгівлі людьми.



БЕЗКОШТОВНА ДОПОМОГА

- Телефон довіри для жертв і свідків торгівлі людьми: +48 22 628 01 20
- Фонд La Strada: +48 605 687 750
- Лінія допомоги постраждалим: +48 222 309 900
- Ромські організації:

www.fundacjaWSTRONEDIALOGU.pl/organizacjeromskie

ІНСТРУКЦІЯ КОНТАКТУ З ПОЛІЦІЄЮ

Якщо тебе спіткало насильство — повідом про це в поліцію! Їх обов'язок — прийняти твою заяву та внести інформацію до відповідного реєстру. Занотуй усе, що пам'ятаєш. Звертайся якомога швидше.

ЯК ПОВІДОМИТИ ПРО НАСИЛЬСТВО?



Телефон

- Зателефонуй на 112, опиши, що відбувається, та назви адресу.

Відділок поліції

- Прийди у відділок, відповідний до місця події та локалізації.
- Візьми із собою документ з фото.
- Повідом працівниці/працівників поліції, що сталося.
- Попроси письмове підтвердження прийняття заяви.





Пошта

- Надішли лист або email до відповідного відділку поліції.
- Докладно опиши, що сталося.
- Якщо маєш докази — додай їх (наприклад, медичні документи).
- Вкажи свої контактні дані.
- Обов'язково підпиши.
- Заява може бути анонімною, але це може знизити її ефективність.

Важливо! Якщо ти відчуваєш, що причина насильства — це те, що ти ром чи ромка, обов'язково про це скажи. Розкажи, як людина (або група) зверталася до тебе й що говорила під час нападу.

СЛОВА, ЯКІ ВАРТО ЗНАТИ

український

Романес

Насильство і його види, як розпізнати, як реагувати і де шукати підтримки

Насильство – со када йси? Со те керес? Кай те родес домога

Насильство фізичне

Насильство фізичне

Насильство психічне

Насильство психічне

Мова ненависті

Рекірен холяса

Торгівля людьми

Бкінен манушен

Контакт з поліцією

Контакто е халаденса - not correct

FUNDACJA W STRONĘ DIALOGU

Фонд «Назустріч Діалогу» (FWSD) – провідна організація, заснована у 2012 році, яка працює з ромською спільнотою та на її користь у Польщі. Фонд проводить адвокаційну та освітню діяльність, надає підтримку, сприяє розвитку культури, реагує на нерівність і передає людям можливість впливати на своє життя. Організація працює на місцевому, національному та міжнародному рівнях. У Варшаві вона керує Ромським центром для спільноти. Фонд будує Польщу майбутнього – різноманітну, відкриту та багатокультурну, де ромська спільнота має рівні права й можливості на рівних з іншими.

      @fundacjawstronedialogu
www.fundacjawstronedialogu.pl

Підтримай нас

Приєднуйся — зроби пожертву для Фонда «Назустріч Діалогу»

Номер рахунку: 27 1240 4155 1111 0010 5338 9744

Призначення платежу: Пожертва

Отримувач: Фонд «Назустріч Діалогу», вул. Пулавська 39/85, 02-508 Варшава



POLAND

**FUNDACJA
W
STRONĘ
DIALOGU**