

ДЕ ЗНАЙТИ ДОПОМОГУ

Сайт управління столичного міста Варшава:

wsparcie.um.warszawa.pl/gdzie-znalezc-pomoc



Тут можеш знайти інформацію:

1. Про обрані міські заклади, в тому числі про Варшавський Центр Кризових Втручань, де можеш отримати допомогу, а також про програми підтримки, які реалізуються на замовлення м. Варшави неурядовими організаціями.
2. Про допомогу центрів соціального захисту в ситуаціях домашнього насильства.
3. Про терапевтичну пропозицію для осіб, які застосовують домашнє насильство, підозрюваних у цьому або проявляють схильності до агресивної поведінки.

ЗМІЦНИТЬ СВОЇ НАВИЧКИ ЗАХИСТУ ТА РЕАГУВАННЯ

1. **Майстер-класи для жінок, травмованих насильством, курси самозахисту та впевненості в собі**
Фундація «Фемінотека» тел. 888 88 33 88,
для україномовних жінок тел. 888 88 79 88
2. **Курс самооборони для жінок «Безпечна варшав'янка» - Муніципальна поліція Варшави**

**Ваша безпека захищена законом.
За її порушення передбачена кримінальна відповідальність.**



Warsaw

warszawa19115.pl/warszawa-chroni



Warsaw

ПАРТНЕРИ



warszawa19115.pl/warszawa-chroni



Warszawa chroni



безпека жінок



Будь обережна!

1. Повідомляйте, куди ви прямуєте або що плануєте

Інформування близьких і довірених осіб про свої плани є дуже важливим. У разі непередбачуваної ситуації вони знатимуть, де вас знайти, щоб надати допомогу.

2. Остерігайтеся небезпечних місць

Уникайте неосвітлених, ізольованих місць, особливо вночі. Не ходи наодинці в місця, які на твою думку є небезпечні.

3. Носіть з собою мобільний телефон з застосунком для безпеки

Ваш телефон — це елемент безпеки. Переконайтеся, що на ньому встановлено програму безпеки.

4. Безпечний транспорт і маршрути

Плануйте заздалегідь і завжди користуйтеся безпечним транспортом та безпечними, популярними маршрутами.

5. Обмежте свою довіру до незнайомих осіб

Будьте обережні контактуючи з незнайомими.

6. Не будьте на самоті

Намагайтеся переміщатися з кимось, кому ви довіряєте.

7. Алкоголь – здоровий глузд

Не залишайте напої без нагляду і зорового контакту, не переоцінюйте свої можливості.

8. Нехай Вас побачать

Світлий одяг і світловідбивачі підвищують вашу видимість, особливо вночі.

9. Охороняйте та захищайте цінні речі

Не носіть з собою цінні речі там, де вони вам не потрібні.

10. Завжди повідомляйте про інциденти

У разі інциденту, який може бути злочином – реагуйте. Повідомте про інцидент правоохоронні органи, сповістіть, поділіться з кимось.

11. Не будьте байдужими до кривди інших

Якщо ви бачите або чуєте, що когось кривдять і йому потрібна допомога, телефонуйте за номером екстреного виклику 112.

Warszawa
chroni



Warsaw

warszawa19115.pl/warszawa-chroni

