

CO LONGFORD WOMEN'S LINK MOŻE DLA CIEBIE ZROBIĆ?

Praktyczne wsparcie

Aktywnie działamy, aby pomóc i wspierać kobiety w realizacji należnych im praw i uprawnień.

Wsparcie emocjonalne

Po uprzednim umówieniu się specjalista do spraw wsparcia spotka się z Panią w naszym biurze w Longford, gdzie można opowiedzieć nam o swojej sytuacji, uzyskać informacje i przedyskutować dostępne opcje. Rozumiemy problemy przemocy domowej, dlatego pomożemy Pani również opracować plan zapewniający ochronę (nazywa się to planem bezpieczeństwa) i zapewnimy wsparcie emocjonalne.

Pomoc poza siedzibą

Jeśli nie będzie Pani mogła przyjść do biura na spotkanie, spotkamy się z Panią w wybranym przez Panią bezpiecznym miejscu.

Telefon zaufania

Można zadzwonić, aby uzyskać wsparcie i informacje dla siebie lub kogoś, kto doświadcza przemocy domowej lub agresji.

Wsparcie w sądzie

Jeśli ma Pani sprawę w sądzie, jeden z naszych specjalistów może Pani towarzyszyć. Może udzielić wsparcia i pomocy (zrozumieć proces sądowy i decyzje sędziego). Możemy również towarzyszyć Pani w kancelarii radcy prawnego, w Wydziale Opieki Społecznej, aby pomóc uzyskać dostęp do ustawowych uprawnień oraz na posterunku Gardaí, jeśli chce Pani złożyć skargę lub zeznanie.

Pomoc psychologiczna

Jeśli potrzebuje Pani wsparcia w radzeniu sobie z emocjami jakie towarzyszą Pani doświadczeniom, mamy doświadczonych psychologów.

Kontakty

W ramach Longford Women's Link możemy skontaktować Panią z grupami kobiet, pokierować na kursy edukacyjne/szkoleniowe, polecić usługi opieki nad dziećmi.



Aby uzyskać bezpłatne i poufne porady lub pomoc, proszę do nas przyjść lub zadzwonić:

LONGFORD WOMEN'S LINK DOMESTIC VIOLENCE SERVICE

WILLOW HOUSE,
ARNACASSA AVENUE,
LONGFORD

TEL: 043 3341511

Godziny pracy: 9:30 — 17:00

Jeśli nie może się Pani z nami skontaktować w tych godzinach, proszę zostawić wiadomość, a my oddzwonimy. Proszę nas poinformować, kiedy możemy się z Panią bezpiecznie skontaktować.

Jeśli nie mówi Pani po angielsku, proszę zadzwonić na infolinię tłumaczy Women's Aid w godzinach 08:00 - 20:00. Otrzyma Pani informacje przez telefon.

Women's Aid 1800 341 900

 www.facebook.com/lwldvs
www.lwl.ie



**MAS PRAWO DO BEZPIECZEŃSTWA W SWOIM
WŁASNYM DOMU**

**UWOLNIJ SIĘ OD PRZEMOCY DOMOWEJ
LONGFORD WOMEN'S LINK UDZIELI
POMOCY**





Czym jest przemoc domowa?

Czym jest przemoc domowa?

20% kobiet doświadcza przemocy domowej. Dotyka to kobiet z różnych środowisk.

Czy kiedykolwiek:

- 🌍 Doświadcza Pani jakiegokolwiek przemocy, np. popychania, uderzania, gryzienia, kopania, plucia, ciągnięcia za włosy, grożenia lub bicia?
- 🌍 Czuje się Pani przestraszona, zagrożona lub zastraszona przez swojego partnera?
- 🌍 Czujesz się Pani odizolowana i nie może spotykać się z przyjaciółmi lub rodziną?
- 🌍 Nie ma Pani własnego dochodu ani kontroli nad finansami rodziny?
- 🌍 Słyszysz Pani wyzwiska pod swoim adresem, partner mówi, że jest Pani wariatką, jest głupia, ciągle krytykuje Panią lub poniża?
- 🌍 Czy żyje Pani w strachu przed zrobieniem czegoś złe lub czegoś, co zrytuje partnera?
- 🌍 Czy nie może Pani odmówić seksu?
- 🌍 Czy partner ciągle oskarża Panią o romans lub niewierność?
- 🌍 Cały czas się Pani boi lub czuje się uwięziona i nie może zmienić swojej sytuacji?

Jeśli to brzmi znajomo, być może doświadcza Pani przemocy domowej lub znęcania się,

Opresor zawsze powie, że jest Pani odpowiedzialna za tę sytuację.

To jest nieprawda.

Nie jesteś winna. **NIE**

JESTEŚ SAMA.

MOŻEMY POMÓC.

Często zadawane pytania

Czy muszę umówić się na spotkanie?

Tak. Zaoferujemy Pani spotkanie w bezpiecznym dla Pani miejscu i czasie. Nie oferujemy możliwości przyjazdu do Pani na miejsce. Czasami kobiety potrzebują natychmiastowej pomocy (w sytuacji kryzysowej), a my dołożymy wszelkich starań, aby zaoferować pomoc bez wcześniejszego umawiania wizyty.

Czy ktoś będzie wiedział, że się z Wami skontaktowałam?

Nasza pomoc jest całkowicie poufna. Bez Pani zgody lub wiedzy nie kontaktujemy się z nikim w Pani sprawie, ani w Pani imieniu.

Czy świadcycie pomoc tylko kobietom, które odeszły od swojego partnera?

Nie. Wiele kobiet pozostaje w przemocowych związkach z wielu powodów. Nie oceniamy. Wspieramy kobiety, niezależnie od tego, czy kończą związek, czy zostają. Naszą główną troską jest Pani bezpieczeństwo i wsparcie w dokonywaniu wyborów zapewniających bezpieczeństwo.

Odeszłam już od partnera; czy nadal mogę skorzystać z Waszej pomocy?

Tak. Kobiety, które opuściły partnera często czują się bardziej niepewnie i bezbronnie niż wcześniej. Możemy Panią wesprzeć, aby była Pani bezpieczna i odbudowała swoje życie.

Nasza organizacja

Jestem zbyt przestraszona, żeby się z Wami skontaktować, co mogę zrobić?

Rozumiemy, że powiedzenie o problemie, przeżyciach komukolwiek oraz poproszenie o pomoc może być przerażające. Zawsze można poprosić znajomego lub członka rodziny, aby zadzwonił w Pani imieniu, a my możemy ich wspierać, aby potrafili wesprzeć Panią, dopóki sama nie będzie Pani gotowa się z nami spotkać. Przyjmujemy również skierowania z zewnątrz w imieniu kobiet np.: lekarze rodzinni, Gardai i przywódcy religijni.

Nie mogę się umówić z Wami na spotkanie, co mogę zrobić?

Mamy możliwość spotkania się poza naszą siedzibą. Możemy spotkać się z Panią w wybranym miejscu, w którym czuje się Pani bezpiecznie lub zapewnić transport, aby mogła Pani przybyć do nas. W niektórych okolicznościach, jeśli jest to konieczne, możemy zorganizować opiekę nad dziećmi dla kobiet, które do nas przyjeżdżają.

Czego mogę oczekiwać od Was?

Wierzmy Pani. Wysłuchamy Panią i potraktujemy z szacunkiem. Nie będziemy próbować zmusić Pani do opuszczenia partnera. Będziemy Panią wspierać, niezależnie od tego, czy zostanie Pani z partnerem, czy go opuści.

Wspólnie z Panią określimy zagrożenia dla Pani bezpieczeństwa i pomożemy znaleźć sposoby na zapewnienie bezpieczeństwa (plan bezpieczeństwa). Ważne jest, aby samodzielnie dokonywać wyborów, ponieważ Pani najlepiej wie, co zapewni Pani bezpieczeństwo. Pomożemy Pani znaleźć bezpieczne sposoby na wyjście z przemocowego związku (plan bezpiecznego odejścia), jeśli zdecyduje się Pani to uczynić. W razie potrzeby możemy pomóc Pani znaleźć bezpieczne zakwaterowanie awaryjne (schronisko).

Pomożemy lub wesprzemy Panią w dostępie do pomocy należącej ustawowo.

Czy muszę płacić za Waszą pomoc?

Nie. Nasza pomoc jest bezpłatna i poufna.

