

Kto może mi pomóc jeśli byłam/-em duszona/-y?

Gdzie można uzyskać pomoc:

- ▶ **999** nagłe wypadki (policja i pogotowie)
- ▶ **101** (policja), **111** (służba zdrowia) - porada i zgłaszanie zajiść
- ▶ lekarz pierwszego kontaktu (GP)
- ▶ **SARC** - Centra ds przemocy seksualnej Sexual Assault Referral Centre (SARC)
- ▶ **Opoka** - polska infolinia dla kobiet doświadczejających przemocy domowej - 0300 365 1700

Krajowe infolinie dla ofiar przemocy domowej (używają tłumaczy):

- ▶ **Anglia** - National Domestic Violence Helpline: 0808 2000 247
- ▶ **Walia** - Live Fear Free: 0808 8010 800
- ▶ **Szkocja** - Domestic Abuse and Forced Marriage Helpline: 0800 027 1234
- ▶ **Irlandia Północna** - Domestic and Sexual Abuse Helpline: 0808 802 1414
- ▶ **Ogólnokrajowy** telefon zaufania dla mężczyzn, którzy doświadczejają przemocy domowej - Men's Advice Line: 0808 801 0327
- ▶ **Infolinia** dla tych, którzy krzywdzą bliskich - Respect helpline: 0808 802 4040

#StopDuszeniu #DuszenieToPrzestępstwo #DuszenieToZagrozenie



Institute For
Addressing
Strangulation



MANCHESTER
CITY COUNCIL



www.vestasfs.org