

MEZINÁRODNÍ ORGANIZACE PRO MIGRACI

SPOLEČNĚ K BEZPEČÍ: JAK POMOCI V PŘÍPADECH PARTNERSKÉHO A DOMÁCIHO NÁSILÍ



 **IOM**
UN MIGRATION

DUBEN 2024

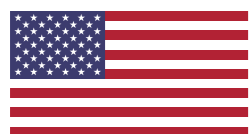
Mezinárodní organizace pro migraci (IOM) byla založena v roce 1951 a je přední mezivládní organizací v oblasti migrace. Má 175 členských států a působí ve více než 100 zemích. IOM se řídí zásadou, že humánní a spořádaná migrace je přínosem pro migranty i společnost. IOM se připojila k systému OSN v roce 2016. Organizace spolupracuje se svými partnery v mezinárodním společenství s cílem pomoci řešit problémy související s migrací, zlepšit porozumění otázkám migrace, podporovat sociální a hospodářský rozvoj prostřednictvím migrace a prosazovat lidská práva všech migrantů.

V případě dotazů ohledně publikace napište na: infocze@iom.int

Digitální verzi této publikace naleznete přes tento odkaz:



Vznik této publikace finančně podpořila vláda Spojených států amerických.



Tato publikace vznikla za laskavé expertní podpory nestátní neziskové organizace proFem.

proFem



@IOMCzechia



@IOMPrague



@showcase/iom-czechia



@iom_czechia



@czechia.iom.int



@iomczechia



@IOMCzechia



Podcast - Aby nebe nespadlo

MEZINÁRODNÍ ORGANIZACE PRO MIGRACI

SPOLEČNĚ K BEZPEČÍ: JAK POMOCI V PŘÍPADECH PARTNERSKÉHO A DOMÁCIHO NÁSILÍ

 **IOM**
UN MIGRATION

DUBEN 2024

Tato publikace je určena především komunitním pracovníkům a pracovníkům organizací, kteří se v první linii setkávají s potenciálními přeživšími genderově podmíněného a domácího násilí. Jejich práce je zásadní pro identifikaci a poskytnutí podpory těm, kteří se ocitli v těžké životní situaci a často nejsou schopni pomoci si sami a najít z takové situace cestu ven. Brožura poskytne užitečné nástroje, informace a tipy, jak lépe porozumět, předcházet a reagovat na situace genderově podmíněného a domácího násilí.

Publikace pracuje s termínem „přeživší genderově podmíněného a domácího násilí“ a upřednostňuje ženský rod. Označení „oběť“, se kterým se můžeme setkat v jiných publikacích, může být v českém prostředí vnímáno jako označení pasivního jedince, na kterém je pácháno násilím. Někteří lidé se s tímto pojmem nechtějí identifikovat. I to může v důsledku fungovat jako překážka na cestě k pomoci, a to zejména pokud se jedná o člověka, který sám sebe vnímá jako autonomního a někoho,

kdo by se neměl nechat kontrolovat druhými. V naší práci se často setkáváme s velmi aktivními osobami, které svou situaci intenzivně řeší, a proto se v této publikaci přikláníme k termínu „přeživší“.

Je důležité zdůraznit, že genderově podmíněné a domácí násilí postihuje lidi bez ohledu na jejich pohlaví či genderovou identitu. Nicméně, většina přeživších jsou ženy a děti, a to zejména ve statisticky většinových případech. Proto používáme termín „přeživší“ v ženském rodu, s respektem k těm, kteří se stali terčem tohoto násilí. Dále se v této příručce budeme zaměřovat na vysvětlení genderově podmíněného a domácího násilí v kontextu, ve kterém se nejčastěji vyskytuje.

Věříme, že společně můžeme vytvořit bezpečnější a podpůrnější prostředí pro všechny, kteří jsou postiženi tímto druhem násilí. Děkujeme vám za váš neocenitelný přínos a odhodlání pomáhat těm, kteří to potřebují.

Genderově podmíněné násilí	6
Domácí násilí a násilí v partnerských vztazích	8
Děti jako svědci domácího násilí	10
Cyklus domácího a partnerského násilí	11
Důsledky domácího násilí	12
Překážky při vyhledávání pomoci	12
Signály	13
Mýty a falešná přesvědčení	14
Když se mi někdo svěří	16
Na koho se obrátit?	18
Kontakty	20

GENDEROVĚ PODMÍNĚNÉ NÁSILÍ

Genderově podmíněné násilí je souhrnný pojem pro jakýkoli škodlivý čin, který je páchan **proti vůli osoby** a který je založen na společensky přisuzovaných (genderových) rozdílech mezi muži a ženami.

Světová zdravotnická organizace (WHO) definuje genderově podmíněné násilí (GPN) jako „násilí, které je namířeno proti osobě na základě pohlaví nebo genderu“. Tato definice zahrnuje širokou škálu chování a jednání, které mají za následek fyzické, sexuální nebo psychické poškození či utrpení osob na základě jejich genderové identity nebo vnímaných genderových rolí.

Mezi projevy hrubého násilí patří mimo jiné fyzické a sexuální násilí, emocionální zneužívání, ekonomický nátlak a kontrolující chování. Může k němu docházet v různých prostředích, včetně domova, pracoviště, komunity a online prostoru, a může postihovat osoby různého věku, pohlaví, sexuální orientace a socioekonomického zázemí.

GENDEROVĚ PODMÍNĚNÉ NÁSILÍ MŮŽE NABÝVAT RŮZNÝCH FOREM A VZNIKÁ V NEJRŮZNĚJŠÍCH KONTEXTECH:

- Únos
- Sexuální napadení
- Přivlastnění peněz, práce nebo jiných zdrojů
- Ženská obřízka a mutilace a poškození genitálií
- Škodlivé tradiční praktiky
- Sexuální násilí
- Nucená prostituce
- Nucená soulož
- Emocionální zneužívání
- Znásilnění
- Nucený sňatek
- Nucená antikoncepce/sterilizace
- Obchodování za účelem prostituce
- Zločin na obranu takzvané cti
- Ekonomické vykořisťování
- Sexuální obtěžování
- Partnerské a domácí násilí
- Sexuální zneužívání a vykořisťování
- Potraty dětí na základě pohlaví (dívek)

Připomeňme, že z výše uvedených definic je zřejmé, že se jedná o akt, který je páchan proti vůli nebo bez souhlasu přeživší, a nemusí tak být vždy použito fyzické násilí, abychom akt označili za genderově podmíněné násilí.

Podle Světové zdravotnické organizace (WHO) je **genderově podmíněné násilí jedním z předních problémů veřejného zdraví a podle globálních statistik je 1 ze 3 žen přeživší takového násilí.**

Základním kořenem genderově podmíněného násilí je genderová nerovnost, zneužití moci a porušování základních lidských práv. Různé sociální a ekonomické podmínky pak mohou přispívat k nárůstu GPN.



DOMÁCÍ NÁSILÍ A NÁSILÍ V PARTNERSKÝCH VZTAZÍCH

Jednou z velmi častých forem genderově podmíněného násilí je i **domácí násilí**, nebo **násilí, které se děje v intimních vztazích (DN)**.

Světová zdravotnická organizace (WHO) definuje partnerské násilí jako „jakékoli chování v rámci intimního vztahu, které způsobuje fyzickou, psychickou nebo sexuální újmu osobám v tomto vztahu, včetně fyzické agrese, sexuálního nátlaku, psychického zneužívání a kontrolního chování“. Tato definice zahrnuje širokou škálu chování a jednání, k nimž může docházet v rámci intimních vztahů bez ohledu na rodinný stav, genderovou identitu nebo sexuální orientaci.¹

Dle definice Istanbulské úmluvy (Úmluva Rady Evropy o prevenci a boji proti násilí na ženách a domácímu násilí) jsou za domácí násilí považovány „veškeré akty fyzického, sexuálního, psychického, ekonomického násilí či dalších forem násilí, k němuž dochází v rodině nebo domácnosti, anebo mezi bývalými či stávanými manželi, partnery či osobami blízkými, bez ohledu na to, zda násilná osoba sdílí nebo sdílela společnou domácnost s ohroženou osobou“.²

Domácí násilí může mít různé formy, které se vyznačují uplatňováním moci a kontroly jedné osoby nad druhou v rámci intimního vztahu. Může se projevat jako:

- **Fyzické násilí:** V případě násilí se jedná o jakoukoli formu fyzického ublížení nebo zranění přeživší, například bití, bití pěstí, kopání, škracení, fackování nebo použití zbraně za účelem vyhrožování nebo ublížení.

Domácí násilí může vznikat v partnerských a intimních vztazích, nebo formou mezigeneračního násilí, které se děje v rámci rodiny, kdy jeden nebo více členů v důsledku moci páchají násilí, nebo mají kontrolu nad jinými členy domácnosti (senioři, osoby v péči aj.).

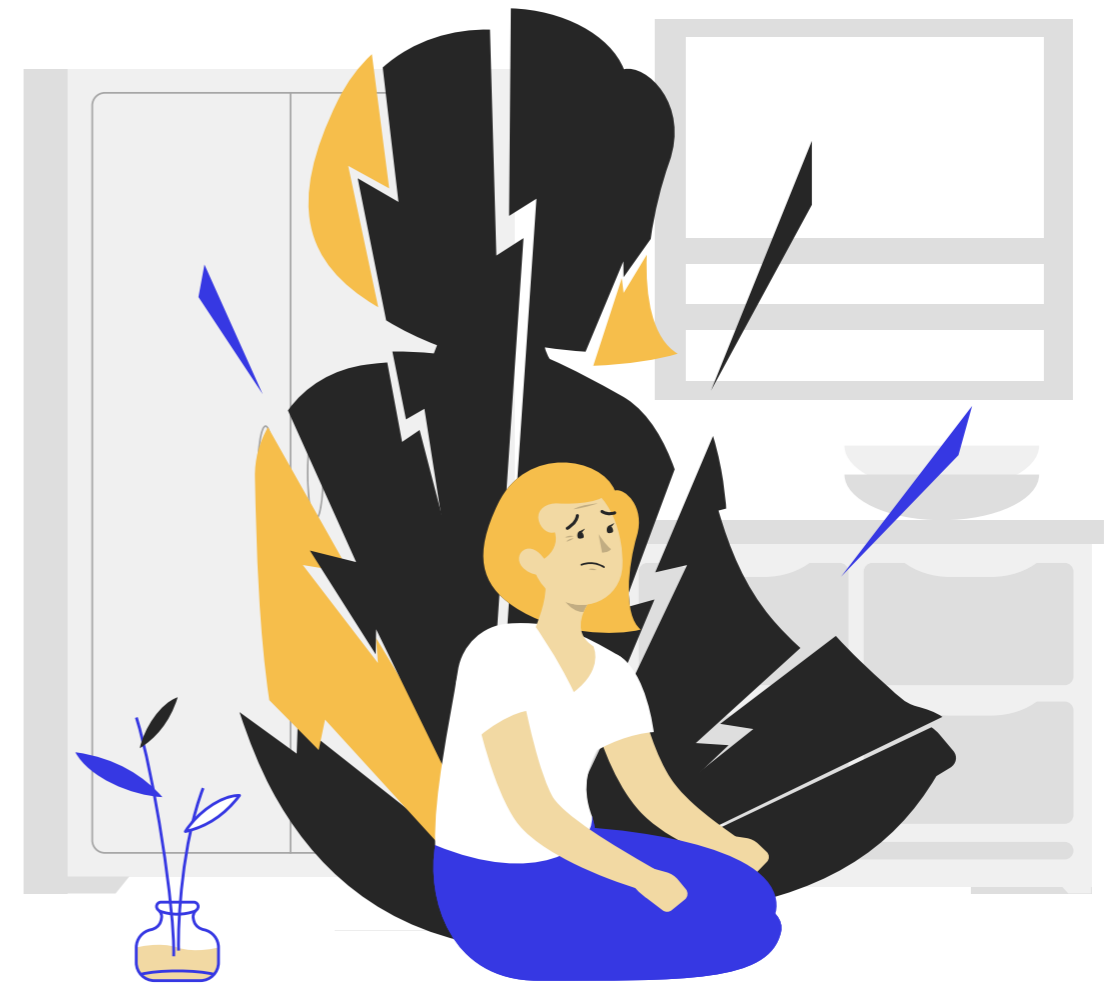
Jako u jiných forem GPN i zde je pachatel v pozici moci, kontroly a dominance, zatímco přeživší zažívá strach, stud a pocit viny.

Některé činy domácího a partnerského násilí nejsou samy o sobě považovány za trestné činy, ale všechny přispívají ke vzorci chování, jehož cílem je přeživší ovládnout.

K násilí může dojít mezi partnery, kteří spolu mohou, ale nemusí žít ve společné domácnosti.

- **Sexuální zneužívání:** Zahrnuje jakoukoli sexuální aktivitu nebo chování bez souhlasu přeživší, včetně znásilnění, sexuálního napadení, vynucených sexuálních aktů, sexuálního obtěžování a sexuálního vykořisťování.

- **Emocionální nebo psychické zneužívání:** Je charakterizováno chováním, které podkopává pocit vlastní hodnoty, citovou pohodu a autonomii přeživší. Zahrnuje urážky, vyhrožování, zastrašování, ponižování, manipulaci a ovládání.



- **Sociální zneužívání:** Zamezování kontaktu s rodinou, blízkými a přáteli.

- **Finanční zneužívání:** Zahrnuje kontrolu nebo omezování přístupu přeživší k finančním zdrojům, například zadržování peněz, bránění přeživší v práci nebo přístupu k bankovním účtům a zneužívání finančního majetku ve prospěch násilníka.

- **Digitální nebo technologické zneužívání:** Týká se používání technologií k ovládnutí, obtěžování, zastrašování nebo pronásledování přeživší. Zahrnuje sledování online aktivit přeživší, používání špionážního softwaru nebo sledovacích zařízení GPS, obtěžování přeživší prostřednictvím textových zpráv nebo sociálních médií a používání technologií k šíření pomluv nebo ztrapňování přeživší.

- **Duchovní nebo náboženské zneužívání:** Zahrnuje využívání náboženského nebo duchovního přesvědčení k ospravedlnění nebo omluvě zneužívajícího chování.

Může zahrnovat používání náboženských textů nebo učení k ovládnutí přeživší, vnučování přísných náboženských praktik nebo podkopávání přesvědčení a hodnot přeživší.

- **Stalking:** Jedná se o opakovanou a nechtěnou pozornost, obtěžování, zastrašování nebo sledování přeživší, a to buď osobně, nebo prostřednictvím elektronických prostředků. Takové chování může zahrnovat sledování přeživší, vyhrušné telefonáty nebo zprávy, sledování pohybu přeživší a nezvané návštěvy v jejím domě nebo na pracovišti.

Tyto formy domácího násilí jsou často vzájemně propojeny a mohou se v rámci zneužívajících vztahů vyskytovat současně. Je důležité uvědomit si, že domácí násilí se neomezuje pouze na fyzické násilí a může zahrnovat širokou škálu zneužívajícího chování, jehož cílem je uplatňovat moc a kontrolu nad přeživší.

1. Stránky Světové zdravotnické organizace: https://www.who.int/health-topics/violence-against-women#tab=tab_1

2. Stanovisko Evropského hospodářského a sociálního výboru k tématu Vymýcení domácího násilí páchaného na ženách (stanovisko z vlastní iniciativy) 2012/C 351/05. Úřední věstník Evropské unie – dostupné online https://eur-lex.europa.eu/legal-content/CS/TXT/?uri=uriserv:OJ.C_.2012.351.01.0021.01.CES&toc=OJ:C:2012:351:TOC

DĚTI JAKO SVĚDCI DOMÁCÍHO NÁSILÍ

Světová zdravotnická organizace (WHO) uznává, že domácí násilí může mít na děti významný dopad, a zdůrazňuje, že je důležité věnovat se potřebám dětí, které jsou doma vystaveny násilí.

- **Dopad na duševní zdraví dětí:** Děti, které jsou vystaveny domácímu násilí, jsou vystaveny zvýšenému riziku fyzických, emocionálních a psychických zdravotních problémů. Mohou trpět úzkostmi, depresemi, posttraumatickou stresovou poruchou (PTSD), problémy s chováním a obtížemi ve škole.
- **Dlouhodobé důsledky:** Vystavení domácímu násilí v dětství může mít dlouhodobé následky na vývoj a blaho dětí. Může ovlivnit jejich schopnost vytvářet zdravé vztahy, regulovat emoce a zvládat stres v pozdějším životě.

- **Riziko mezigeneračního přenosu:** Děti, které vyrůstají v rodinách, kde dochází k domácímu násilí, jsou vystaveny vyššímu riziku, že se stanou přeživšími nebo pachateli násilí ve svých vlastních vztazích v dospělosti. Tím se cyklus násilí udržuje napříč generacemi.

- **Ochranné faktory:** Navzdory rizikům spojeným s vystavením domácímu násilí mohou určité ochranné faktory zmírnit jeho negativní dopady na děti. Mezi ně mohou patřit podpůrné vztahy s pečujícími dospělými, přístup ke službám duševního zdraví a příležitosti k bezpečí a stabilitě mimo domov.



CYKLUS DOMÁCÍHO A PARTNERSKÉHO NÁSILÍ

Cyklus domácího násilí, známý také jako cyklus zneužívání, je vzorec, který často charakterizuje vztahy, v nichž dochází ke zneužívání. Tento cyklus se obvykle skládá ze čtyř hlavních fází:

- **Fáze I – Budování napětí:** V této počáteční fázi se ve vztahu začíná stupňovat napětí. Mohou se objevit drobné hádky, konflikty nebo případy slovního napadání. Přeživší se často snaží násilníka uklidnit, protože se obává, že napětí přeroste v násilí.
- **Fáze II – Akutní fáze týrání:** Tato fáze se vyznačuje náhlým výbuchem násilí nebo zneužívání. Narůstající napětí dosáhne vrcholu a vede k fyzickému, emocionálnímu, sexuálnímu nebo psychickému týrání. Násilník může ztratit kontrolu a ublížit přeživší.
- **Fáze III – „Líbánky“:** Po akutní fázi může násilník projevit lítost, omluvit se a slíbit, že své chování změní. Může vyjadřovat lásku, náklonnost a laskavost vůči přeživší DN a usilovat o odpuštění a usmíření. Přeživší může pociťovat úlevu a naději a věřit, že se zneužívání nebude opakovat. V některých případech tato fáze může zcela chybět, a partner naopak může obviňovat přeživší, že je odpovědná za jeho chování, neboť jej vyprovokovala.
- **Fáze IV – Zklidnění nebo uvolnění napětí:** V této fázi se vztah jeví jako klidný a stabilní. Napětí z předchozích fází dočasně opadá a pár může prožívat období relativního klidu. Tento klid však často trvá jen krátce, protože cyklus zneužívání se opakuje a napětí se opět začíná zvyšovat.



DŮSLEDKY DOMÁCIHO NÁSILÍ

Domácí násilí může mít hluboké a dalekosáhlé dopady na fyzický, emocionální, psychický a sociální stav přeživší. Zde jsou uvedeny některé z nich:

- **Fyzická zranění:** Přeživší mohou utrpět pohmožděniny, řezné rány, zlomeniny kostí a někdy i trvalé postižení nebo smrt.
- **Emocionální a psychické trauma:** Domácí násilí způsobuje strach, úzkost, depresi, bezmoc, stud a traumatické příznaky, jako jsou noční můry a vzpomínky.
- **Nízké sebevědomí a sebeobviňování:** Přeživší si často vypěstují nízké sebevědomí a obviňují se z týrání.
- **Izolace a sociální stažení:** Zneužívající osoby izolují přeživší od podpůrných sítí, což vede k osamělosti a sociálnímu stažení.

- **Finanční závislost:** Mnoho přeživších domácího násilí je na násilnících finančně závislých, což jim ztěžuje odchod nebo získání nezávislosti.

- **Dopad na děti a rodinnou dynamiku:** Děti jsou svědky zneužívání nebo ho zažívají, což narušuje rodinnou dynamiku a zvyšuje riziko budoucího násilí.

- **Zdravotní důsledky:** Přeživší trpí chronickou bolestí, gastrointestinálními problémy, kardiovaskulárními problémy a problémy s reprodukčním zdravím a mnoho dalších.

PŘEKÁŽKY PŘI VYHLEDÁVÁNÍ POMOCI

Překážky ve vyhledání pomoci mohou vznikat jako vnitřní reakce na násilné chování, nebo jako reakce na vnější faktory.

- **Vnitřní:** Obavy a nejistota – strach z reakce násilného partnera a další eskalace násilí, obavy z ohrožení bezpečnosti dětí, strach z nejistoty, finanční závislost na násilném partnerovi, nízké sebevědomí a nepřipuštění si závažnosti násilí,

pocit vlastní viny přeživší, nedostatek důvěry ve veřejné instituce a obavy z jejich reakce, stud a obavy z odsouzení rodinou, kamarády.

- **Vnější:** Dostupnost specializovaných služeb a informovanost o jejich dispozici, nedostatečné informace o právní ochraně přeživší, kulturní a náboženské normy, obavy z dopadu odchodu na děti.

SIGNÁLY

Jaké mohou být signály nasvědčující přítomnosti DN a čeho si můžeme všimnout?

Rozpoznání příznaků domácího násilí může mít zásadní význam pro identifikaci a podporu osob, které mohou být týrány. Na druhou stranu není vždy snadné přítomnost DN poznat. Zde je několik faktorů, kterých si můžeme všimnout:

- **Fyzická zranění:** Neobjasněné modřiny, řezné rány, zlomeniny nebo jiná fyzická zranění, které se dotyčná může snažit vysvětlovat nebo skrývat.
- **Emocionální rozrušení:** Znamky emocionálního stresu, úzkost, deprese, snížení sebevědomí, stažení se ze společenských aktivit nebo náhlé změny nálad.
- **Izolace:** Přeživší může být násilníkem izolována od přátel, rodinných příslušníků nebo podpůrných sítí. Může se stále více izolovat a zdráhat se trávit čas mimo dosah násilníka.
- **Kontrolující chování:** Zneužívající osoba může projevat kontrolní chování, například sledovat pohyb přeživší, omezovat její přístup k penězům nebo zdrojům, nebo jí diktovat, s kým se může stýkat nebo komunikovat. Může zahrnovat časté telefonáty i kontrolující návštěvy, například na schůzkách s kamarádkou. Pro okolí toto chování může považovat za „pouhý zájem“ o osobu přeživší.
- **Strach:** Přeživší může vykazovat známky strachu, zejména v blízkosti násilníka. Může se zdát napjatá, nervózní nebo podrážděná, zejména v přítomnosti pachatele.
- **Výmluvy a zástěrky:** Přeživší se může vymlouvat na zranění nebo nepřítomnost, zlehčovat závažnost zneužívání nebo se ze zneužívání obviňovat.

- **Vzorce násilí:** Zmíněný cyklus násilí můžeme pozorovat zvenku.

- **Finanční závislost:** Přeživší může být na násilníkovi finančně závislá, což jí ztěžuje odchod ze vztahu nebo vyhledání pomoci.

- **Změny v chování nebo vzhledu:** Přeživší může vykazovat změny v chování, např. může být uzavřenější, vyhýbat se očnímu kontaktu nebo vykazovat známky zneužívání návykových látek. Může také dojít ke změnám vzhledu, například ke ztrátě hmotnosti, častým zraněním nebo zanedbávání osobní hygieny.

- **Chování dětí:** Děti mohou vykazovat problémy v chování, úzkost nebo známky traumatu, pokud jsou vystaveny domácímu násilí.

Je důležité přistupovat k problematice domácího násilí citlivě a s empatií. Pokud máte podezření, že někdo, koho znáte, může zažívat násilí, je nezbytné nabídnout mu podporu, naslouchat mu bez odsuzování a nasměrovat ho na specializovanou službu, v případě jeho souhlasu. Podpora otevřené komunikace a potvrzení jejich zkušeností může přeživším pomoci, aby vyhledaly pomoc podnikly kroky k zajištění si bezpečí a získání prostoru pro zotavení.

MÝTY A FALEŠNÁ PŘESVĚDČENÍ

Domácí násilí je složitý problém, který je často opředen mýty a mylnými představami, jež mohou přispívat k obviňování přeživší, zlehčovat závažnost problému nebo bránit přeživší ve vyhledání pomoci. Zde je několik nejčastějších mýtů o domácím násilí:

MÝTUS	SKUTEČNOST
Domácí násilí zahrnuje pouze fyzické násilí.	Domácí násilí zahrnuje širokou škálu zneužívajícího chování, včetně fyzického, emocionálního, psychického, sexuálního, finančního a digitálního zneužívání.
Domácí násilí se děje pouze ženám.	Domácí násilí se může stát komukoli bez ohledu na pohlaví, věk, sexuální orientaci nebo socioekonomický status. Přeživší i pachatelem domácího násilí mohou být muži i ženy.
K domácímu násilí dochází pouze v domácnostech s nízkými příjmy nebo bez vzdělání.	Domácí násilí se vyskytuje ve všech demografických a socioekonomických skupinách. Neomezuje se na žádnou konkrétní skupinu nebo komunitu.
Přeživší násilí vyvolávají nebo si ho zaslouží.	Nikdo si nezaslouží být týrán. Přeživší nejsou zodpovědné za násilné jednání svých partnerů.
Domácí násilí je soukromá záležitost a mělo by zůstat v rodině.	Domácí násilí je problémem veřejného zdraví a porušením lidských práv. Vyžaduje zásah a podporu ze strany orgánů činných v trestním řízení, poskytovatelů zdravotní péče, sociálních služeb a společnosti.

MÝTUS	SKUTEČNOST
Opustit násilný vztah je snadné.	Opustit násilný vztah může být velmi obtížné a nebezpečné. Přeživší čelí ztrátě sebedůvěry v důsledku psychické manipulace. To se může spojit s překážkami, jako je finanční závislost, strach z pomsty a nedostatek podpůrné sítě.
Domácí násilí se týká pouze dospělých, na děti nemá vliv.	Děti, které jsou svědky domácího násilí nebo ho zažívají, jsou hluboce zasaženy a mohou trpět dlouhodobými emocionálními, psychologickými a behaviorálními následky. Děti násilí vnímají i ve chvíli, kdy se snažíme situaci před dětmi skrýt a kdy si přeživší myslí, že o ničem netuší.
Domácí násilí je způsobeno zneužíváním návykových látek nebo problémy se zvládnutím hněvu.	Zneužívání návykových látek a problémy se zvládnutím hněvu sice mohou zhoršovat násilné chování, ale nejsou hlavní příčinou domácího násilí. Domácí násilí je především o moci a kontrole.
Násilníci nemohou změnit své chování.	Změna násilného chování může být náročná, někteří násilníci se však mohou naučit rozpoznat a řešit své násilnické sklony prostřednictvím intervence, terapie a přijetí odpovědnosti..
Domácí násilí se vyskytuje pouze v heterosexuálních vztazích.	Domácí násilí se vyskytuje ve všech typech vztahů, včetně vztahů osob stejného pohlaví a mezi osobami s různou sexuální orientací.

Zpochybňování těchto mýtů a zvyšování povědomí o realitě domácího násilí je zásadní pro podporu porozumění, podporu přeživší a prevenci budoucího zneužívání. Je důležité přistupovat k tomuto problému s empatií, soucitem a s odhodláním podporovat bezpečnost a spravedlnost pro všechny osoby postižené domácím násilím.

KDYŽ SE MI NĚKDO SVĚŘÍ

Poslouchej – Pozoruj – Propojuj

Pokud se vám někdo svěří, že zažívá domácí násilí (případně s jinou formou GPN), je důležité reagovat podpůrně a empaticky a zároveň brát v potaz jeho i vaše bezpečí a duševní pohodu.

ZDE JE NĚKOLIK KROKŮ, KTERÉ MŮŽETE PODNIKNOT:

POSLOUCHEJ

Naslouchejte bez odsuzování: Nechte klientku / přítelkyni / osobu, aby se podělila o svou zkušenost, aniž byste ji přerušovali nebo odsuzovali. Nabídněte svou plnou pozornost, potvrďte její pocity a ujistěte ji, že není sama. Dejte najevo, že domácí násilí nikdy není její vina a že si zaslouží podporu. Můžete ji ocenit za důvěru a odvalu. Je důležité věřit přeživším.

Posilujte a respektujte autonomii a soukromí: Respektujte svobodnou vůli přeživší a umožněte jí, aby se sama rozhodovala, zda vyhledá pomoc a podnikne další kroky. Vyvarujte se nátlaku, aby sdělovala více, než je jí příjemné, nebo aby opustila násilný vztah, pokud na to není připravena. V žádném případě nesdělujte informace, které s vámi přeživší sdílela, další straně, bez jejího souhlasu.

POZORUJ

Podpořte kontaktování odborné pomoci: Poskytněte podporu ve vyhledání odborné pomoci (poradenství, právní pomoc, zdravotní péče) specializující se na podporu a intervenci v oblasti domácího násilí. Je důležité vědět, kde končí naše pravomoci a schopnosti. Přeživší většinou potřebuje odbornou pomoc a naším úkolem je poskytnout jí informace, kde takovou pomoc najít.

Nabídněte podporu a zdroje: Poskytněte informace o místních podpůrných službách, krizových linkách, azylových domech a zdrojích, které jsou k dispozici přeživším domácího násilí. Nabídněte jim pomoc při přístupu k těmto zdrojům nebo je doprovázejte, pokud se necítí bezpečně.

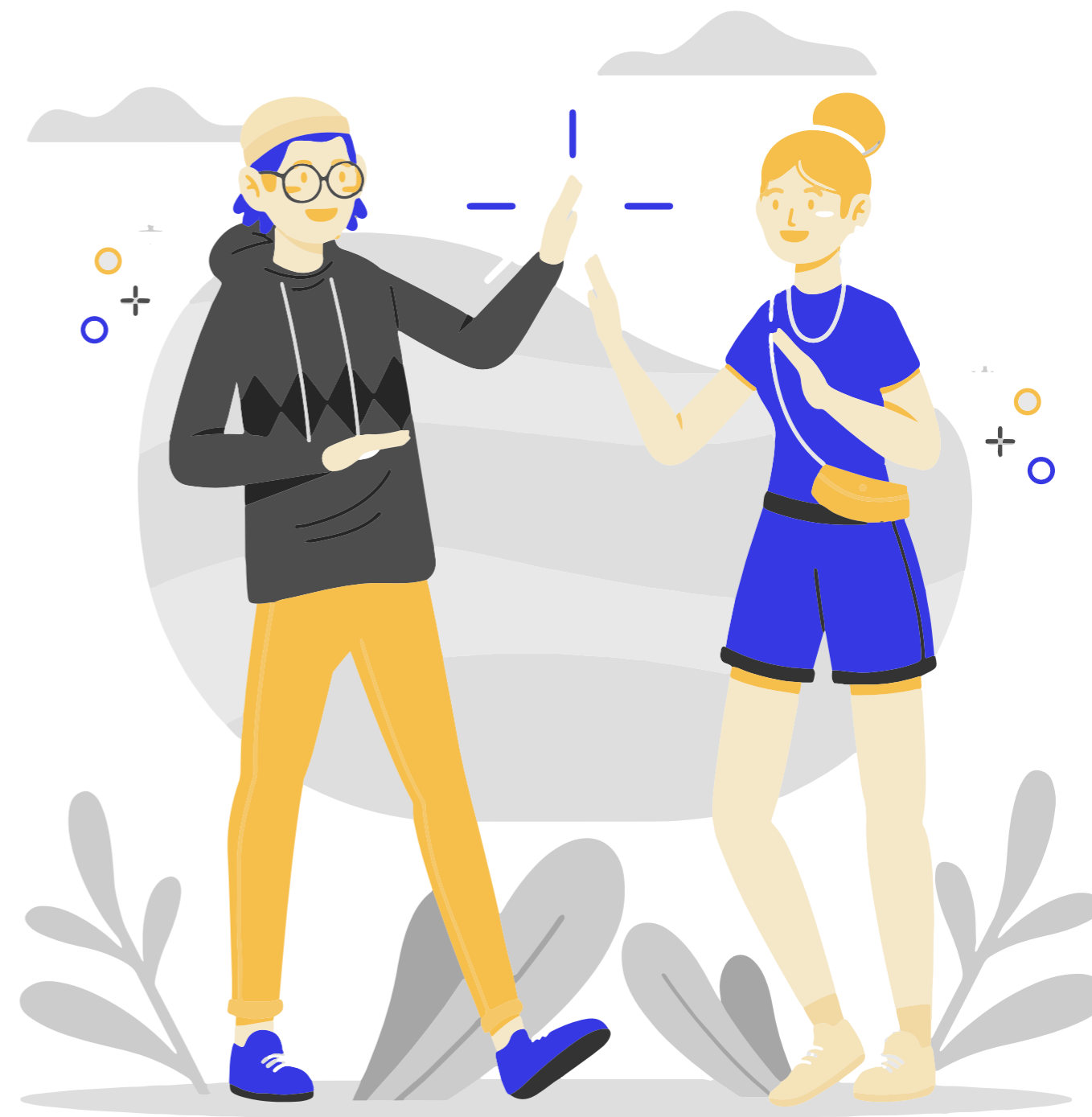
PROPOJUJ

Nahlášení: K takovému kroku přeživší nenučíme. Rozhodnutí nahlásit incident na policii je pouze na přeživší. V případě, že se tak rozhodne, je doporučeno oslovit specializované služby, které mohou poskytnout právní poradenství a podporu v celém procesu od nahlášení k případnému trestnímu řízení.

Následná podpora: Můžeme nabídnout následnou podporu, ale pro dlouhodobou pomoc je vhodné obrátit se na službu, která nabízí specializovanou psychosociální podporu a orientuje se v problematice domácího násilí.

Postarejte se o sebe: Podpora přeživší domácího násilí může být emocionálně náročná. Dbejte na to, abyste upřednostnili péči o sebe a v případě potřeby vyhledali podporu důvěryhodných přátel, členů rodiny nebo odborníků.

Pamatujte, že vaše reakce může mít významný vliv na schopnost přeživší vyhledat pomoc a orientovat se ve své situaci. Nabídnutím empatie, potvrzení a praktické podpory můžete pomoci přeživším domácího násilí, aby se cítily vyslyšeny, podpořeny a zmocněny podniknout kroky k bezpečí a zotavení.



NA KOHO SE OBRÁTIT?

V PŘÍPADĚ BEZPROSTŘEDNÍHO NEBEZPEČÍ VOLEJTE:

Policie **158** | Městská policie **156, 112** | Lékařská pomoc **155**

Je možné se obrátit na intervenční centra a to v pracovních hodinách daného centra. Intervenční centra jsou zařízení sociálních služeb. Nabízejí pomoc osobám ohroženým násilným chováním. V intervenčních centrech může pracovat koordinátor pro domácí násilí, psycholog, právník a sociální pracovník. Ohrožená osoba nepotřebuje žádné doporučení. Intervenční centra poskytují služby vymezené zákonem o sociálních službách, resp. základní činnosti, které sestávají primárně ze sociální terapeutické činnosti a poskytnutí pomoci při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí. Primárně tedy nabízejí služby sociálního pracovníka a právníka – psycholog či psychoterapeut nemusí být ve službě k dispozici.

Služby přeživším domácího násilí poskytují na základě vykazání ze společného obydlí, kdy je intervenčním centrem osobě ohrožené násilným chováním vykázané osoby nabídnuta pomoc nejpozději do 48 hodin od doručení kopie úředního záznamu o vykazání intervenčnímu centru. Pomoc ze strany intervenčního centra může být poskytnuta rovněž na základě žádosti osoby ohrožené násilným chováním jiné osoby obývající s ní společné obydlí nebo i bez takového podnětu, a to bezodkladně poté, co se intervenční centrum o ohrožení osoby násilným chováním dozví. Sociální služby v intervenčním centru jsou poskytovány jako služby ambulantní, terénní nebo pobytové.

I přesto, že se dostupné služby a pomoc v intervenčních centrech mohou lišit napříč regiony, jsou dobrým prvním kontaktem a měly by poskytovat jednotné minimum služeb pro přeživší domácího násilí.

Pro další specializované a návazné služby (právní, psychologické, sociální poradenství aj.) je dobré kontaktovat organizace, které se tematikou domácího násilí přímo zabývají.

DOPORUČENÍ V PŘÍPADĚ DOMÁCIHO NÁSILÍ:

Následující doporučení adresujeme přeživším DN, ale mohou být užitečná pro kohokoliv, komu se blízká osoba svěří s DN.

- **V případě napadení zavolejte Policii ČR – 158, příp. linku 150.**

Násilí je trestný čin a nikdo nemá právo se k vám takto chovat. Policie má právo násilného pachatele vykazat na dobu 10 dní. Přeživší je následně kontaktována ze strany intervenčního centra a má prostor lépe se v celé situaci zorientovat a rozmyslet si, jak bude dále postupovat. Vykazání je možné také prodloužit (postupně až na dobu půl roku). Po tuto dobu má partner zakázáno přiblížit se k přeživší.

- Před příjezdem policie neuklízejte případné stopy po násilí.
- S policií se snažte mluvit bez přítomnosti partnera (např. v jiné místnosti).

- Pokud jste byli napadeni, navštivte odborného lékaře a nechte si vypracovat odbornou zprávu.
- Je-li to možné, zdokumentujte (i dodatečně) svá zranění. Je důležité sdělit, co se stalo – kdo přeživší napadl. V případě, že by se přeživší později rozhodla situaci řešit trestně právní cestou, zpráva jí poslouží jako důkaz.
- Pokud nebyl násilný partner vykázan, je z bezpečnostního hlediska lepší odejít do specializovaného centra či azylu pro přeživší domácího násilí, případně k rodině či známým. Pokud je to jen trochu možné, neodcházejte bez dětí.

V PŘÍPADĚ DLOUHODOBÉHO NÁSILÍ:

- Nebojte se vyhledat odbornou pomoc. Zavolejte do intervenčního centra nebo jiná specializovaného centra a pokuste se najít někoho, kdo vám může poradit. Tato pracoviště vám mohou pomoci zorientovat se v celé situaci a hledat cesty, jak dále postupovat, nebo pomoci s bezpečným odchodem.

V případě, že jde o standardní situaci, kdy přeživší neodchází daleko a zůstává v ČR, ideálně ne tak daleko, aby dítě muselo měnit školu apod., je doporučeno kontaktovat OSPOD, a pak provést následné právní kroky, policie ale mnohdy není nutná. Avšak doporučuje se kontaktovat OSPOD, aby nebylo možné tvrdit, že šlo o únos dítěte.

V případě přesunu mimo ČR nebo přes celou zemi by musela mít daná osoba buď písemný souhlas otce, anebo podat návrh na soud, který by tento souhlas mohl nahradit.

Zároveň při odchodu doporučujeme napsat krátkou zprávu násilnému partnerovi s informací o odchodu (samozřejmě bez uvedení adresy, kam odchází), aby právě nemohli namítat, že jde o únos.

- Na pachatele domácího násilí můžete podat trestní oznámení na podezření ze spáchání trestného činu týrání osoby žijící ve společném obydlí podle § 199 trestního zákoníku nebo domě.

- Vyhledejte kontakt s lidmi, se kterými je vám dobře, cítíte se s nimi v bezpečí a můžete se jim třeba svěřit. Je dobré na to ne být sám a svěřit se blízkému člověku. Řešení DN je však komplexní záležitost a může vyžadovat i pomoc odborníků a specializovaných služeb.

- Mluvte s dětmi o dané problematice, a to přiměřeně jejich věku, vyvarujte se však pomlouvání.

- Na případný útěk buďte připraveni, promyslete si ho dopředu, abyste neohrozili bezpečí své, nebo svých dětí. S bezpečným odchodem vám mohou pomoci odborné organizace.

Jedná se o naplánování kroků, kdy je třeba například rozmyslet si:

- Kudy můžete v případě nebezpečí odejít,
- Kdo vám v odchodu může pomoci,
- Jakým způsobem budete kontaktovat osobu, která vám může pomoci (příp. poslat prázdnou SMS, což může znamenat, ať přivolá policii),
- Kam Kam následně půjdete.
- Pamatujte, že se jedná o komplexní záležitost a je dobré vše podrobněji plánovat ve specializovaných službách.
- První krok je těžký, obraťte se na někoho, kdo vám s ním pomůže. Neomlouvejte násilí a neobviňujte se z něj. Důvěřujte sami sobě a své intuici.

KONTAKTY

Následující kontakty jsou dostupné primárně v českém jazyce. Pro přeživší, které česky nerozumí, je možné požádat některou ze specializovaných neziskových organizací poskytujících pomoc přeživším genderově podmíněného násilí o přítomnost tlumočnicka.

PRAHA

NÁZEV	ADRESA	PROVOZNÍ DOBA	TELEFON
IC PRAHA	Chelčického 39 Praha 3 – Žižkov	Po – čt: 09:00 – 16:00 Pá 09:00 – 14:00	281 911 883 734 510 292
ACORUS	Dělnická 213/12 Praha 7	NONSTOP	283 892 772
BKB	U Trojice 2 Praha 5	Po – čt 17:00 – 20:00 Pá 09:00 – 13:00 pro objednané	257 317 110
proFem	Břevnovská 6 Praha 6	Telefon v provozu po – pá 09:00 – 15:00 Linka právní pomoci St 17:30 – 20:30 Linka pro přeživší sex. násilí Út 19:00 – 21:00	608 222 277 Linka pro přeživší sex. násilí 777 012 555
Centrum krizové péče Nejedná se o specializovanou službu pro oběti DN	Ke Karlovu 11 Praha 2	Od 08:00 do 15:00	605 851 658

STŘEDOČESKÝ KRAJ

NÁZEV	ADRESA	PROVOZNÍ DOBA	TELEFON
IC KLADNO	Jana Palacha 1643 Kladno	Po – čt 08:00 – 15:00 Pá – pouze pro objednané	605 765 883 312 292 333 (334, 335)
IC BEROUN proFem	Wagnerovo náměstí 1541 Beroun budova České pojišťovny, vstup z ulice Talichova, 5. patro – místnost 506	Provozní doba telefonu: Po – pá 09:00 – 15:00 Osobní konzultace po domluvě	608 222 277
IC BENEŠOV proFem	Piaristická kolej Masarykovo nám. Benešov	Provozní doba telefonu: Po – pá 09:00 – 15:00 Osobní konzultace po domluvě	608 222 277
IC PŘÍBRAM proFem	Dlouhá 97 Příbram	Provozní doba telefonu: Po – pá 09:00 – 15:00 Osobní konzultace po domluvě	608 222 277
RESPONDEO	Po – pá 08:00 – 16:00 v níže uvedených pobočkách a pro okresy Mělník, Mladá Boleslav, Praha-východ, Nymburk, Kolín a Kutná Hora. Ve všech okresech je možná terénní konzultace na bezpečném místě. Terénní konzultace po domluvě.	Po – pá 08:00 – 16:00, so 14:00 – 15:00 Služba pro klienty z vykázaní. Telefonické konzultace po – pá 08:00 – 16:00	775 561 881
IC KOLÍN RESPONDEO	Na Pustině 1068 Kolín (budova Kolárka pod OD Tesco)	Čt 13:00 – 16:00	776 561 895 775 561 881
IC MLADÁ BOLESLAV RESPONDEO	Sirotkova 1242 Mladá Boleslav (budova bývalého Telecomu)	St 10:00 – 12:00 a 13:00 – 16:00	75 561 844
IC NYMBURK RESPONDEO	Nám. Přemyslovců 14/11 Nymburk (budova České spořitelny, 2. patro)	Po 09:00 – 12:00 (lichý týden) St 09:00 – 12:00 a 13:00 – 16:00	775 561 844 775 561 881
IC BRANDÝS NAD LABEM RESPONDEO	Boleslavská 34 Brandýs n. L. – Stará Boleslav (komunitní centrum U Podivena)	Čt 09:00 – 12:00 (sudý týden)	775 561 844 775 561 881

BRNO A JIHMORAVSKÝ KRAJ

NÁZEV	ADRESA	PROVOZNÍ DOBA	TELEFON
IC BRNO SPONDEA (DN)	Sýpka 25 Brno – Černé Pole	Po – Čt 08:00 – 18:00 Pá 08:00 – 16:00	739 078 078 Tato linka také: so 08:00 – ne 18:00 725 735 883
PERSEFONA	Gorkého 17 Brno	Po – pá 09:00 – 17:00	737 834 345 545 245 996
BKB	Slovinská 39 (vchod 41) Královo Pole	Po: 16:00 – 17:00 pro objednané Út, čt 17:00 – 20:00	732 842 664 541 218 122

JIHOČESKÝ KRAJ

NÁZEV	ADRESA	PROVOZNÍ DOBA	TELEFON
IC ČESKÉ BUDĚJOVICE	Kanovnická 18 České Budějovice	Po 10:00 – 12:00 a 13:00 – 18:00 Út – čt 08:00 – 12:00 a 13:00 – 16:00 Pá 08:00 – 12:00 a 13:00 – 14:00 (pá – pouze pro objednané)	731 604 591 POHOTOVOSTNÍ NONSTOP LINKA: 603 281 300
POBOČKA STRAKONICE	Smetanova 533 Strakonice (bývalý okres, 2. patro, č. dveří 43)	Po 09:00 – 12:00; 12:30 – 17:00	731 619 844
POBOČKA TÁBOR	Vančurova 2904 Tábor (č. dveří 102D)	Út 09:00 – 12:00; 12:30 – 17:00 St 09:00 – 12:00; 12:30 – 17:00 (pouze pro objednané)	731 619 844

KRÁLOVEHRADECKÝ KRAJ

NÁZEV	ADRESA	PROVOZNÍ DOBA	TELEFON
IC PARDUBICE	Erno Košťála 1014 Pardubice	Po 08:00 – 18:00 Út – pá 08:00 – 16:00	466 260 528 774 755 744
LANŠKROUN IC PARDUBICE	28. října 202 Žichlínské Předměstí Lanškroun	Každé první pondělí v měsíci 10:00 – 14:00	774 755 744
HLINSKO IC PARDUBICE	U detašovaného pracoviště IC Pardubice není adresa uvedena, pracovník je zde k dispozici pouze po telefonické domluvě	Po předchozím objednání klienta	774 755 744
ČESKÁ TŘEBOVÁ IC PARDUBICE	U detašovaného pracoviště IC Pardubice není adresa uvedena, pracovník je zde k dispozici pouze po telefonické domluvě	Po předchozím objednání klienta	774 755 744
KRÁLÍKY IC PARDUBICE	U detašovaného pracoviště IC Pardubice není adresa uvedena, pracovník je zde k dispozici pouze po telefonické domluvě	Po předchozím objednání klienta	774 755 744
SVITAVY IC PARDUBICE	U detašovaného pracoviště IC Pardubice není adresa uvedena, pracovník je zde k dispozici pouze po telefonické domluvě	Po předchozím objednání klienta	774 755 744

VYSOČINA

NÁZEV	ADRESA	PROVOZNÍ DOBA	TELEFON
IC JIHLAVA	Třída Legionářů 1468/36 Jihlava	Po, st 07:30 – 17:30 Út 07:30 – 16:30 Čt 07:30 – 15:30 Pá 07:30 – 12:30	606 520 546 567 215 532

LIBERECKÝ KRAJ

NÁZEV	ADRESA	PROVOZNÍ DOBA	TELEFON
IC LIBEREC	Tanvaldská 269 Liberec	Po – čt 08:00 – 15:00 Pá 08:00 – 12:00	482 311 632 776 776 501
ČESKÁ LÍPA IC LIBEREC	Konopeova 812 Česká Lípa	Po předchozím objednání klienta kdykoliv v rámci provozní doby Intervenčního centra Liberec	482 311 632 776 776 501
FRÝDLANT IC LIBEREC	Míru 1407 Frýdlant	Po předchozím objednání klienta kdykoliv v rámci provozní doby Intervenčního centra Liberec	482 311 632 776 776 501
JILEMNICE IC LIBEREC	Metyšova 372 Jilemnice	Po předchozím objednání klienta kdykoliv v rámci provozní doby Intervenčního centra Liberec	482 311 632 776 776 501

OLOMOUCKÝ KRAJ

NÁZEV	ADRESA	PROVOZNÍ DOBA	TELEFON
IC OLMOUC	Na Vozovce 622/26 Olomouc	Po, st 08:00 – 12:00; 13:00 – 17:00 Út, čt, pá 08:00 – 12:00; 13:00 – 15:00	588 507 513 774 406 453
IC PROSTĚJOV	Bezručovo nám. 9 Prostějov	Po, st 08:00 – 12:00; 13:00 – 17:00 Út, čt, pá 08:00 – 12:00; 13:00 – 15:00	582 345 013 775 864 991
IC PŘEROV	Smetanova 9 Přerov	Po, st 08:00 – 12:00; 13:00 – 17:00 Út, čt, pá 08:00 – 12:00; 13:00 – 15:00	581 202 980 775 864 677
IC ŠUMPERK	Palackého 2 Šumperk	Po, st 08:00 – 12:00; 13:00 – 17:00 Út, čt, pá 08:00 – 12:00; 13:00 – 15:00	583 213 141 725 477 295
IC JESENÍK	Dukelská 436/15 Jeseník	Po, st 08:00 – 12:00; 13:00 – 17:00 Út, čt, pá 08:00 – 12:00; 13:00 – 15:00	581 414 035 736 472 158

OSTRAVA A MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ

NÁZEV	ADRESA	PROVOZNÍ DOBA	TELEFON
IC OSTRAVA BKB	Jurečkova 643/20 Ostrava	Po, st 08:00 – 16:00 Út a čt 08:00 – 16:00 (pro objednané) Pá 08:00 – 14:00 (pro objednané)	739 449 275 Nonstop linka: 116 006
OPAVA BKB	ul. Rolnická 1636/21a Opava (budova organizace Elim, 1. patro)	každý sudý čtvrtek 09:00 – 15:00 hodin, ke konzultaci je nutno objednat se předem	739 449 275
NOVÝ JIČÍN BKB	ul. Sokolovská 617/9 Nový Jičín (budova odboru sociálních věcí, 1. patro)	každý lichý čtvrtek 09:00 – 15:00 hodin, ke konzultaci je nutno objednat se předem	739 449 275
IC HAVÍŘOV Slezská diakonie	Opletalova 607/4 Havířov – Šumbark	Po – pá 08:00 – 16:00	739 500 634
ELPIS BRUNTÁL Slezská diakonie	Zahradní 1455/1 792 01 Bruntál	Terénní forma: Po 07:00 – 11:00 Út, čt 08:00 – 15:00 Ambulantní forma: St: 07:00 – 11:00 12:00 – 17:00 pro objednané Pá: 07:00 – 11:00 12:00 – 15:00 pro objednané	734 518 846
ELPIS TŘINEC Slezská diakonie	Máchova 643 Třinec	Po 08:00 – 12:00 12:30 – 18:00 pro objednané Út, čt 08:00 – 12:00 a 12:30 – 16:00 St 08:00 – 12:00 a 12:30 – 16:00; 16:00 – 18:00 pro objednané Pá 08:00 – 12:00	605 205 142

PARDUBICKÝ KRAJ

NÁZEV	ADRESA	PROVOZNÍ DOBA	TELEFON
IC PARDUBICE	Erno Košťála 1014 Pardubice	Po 08:00 – 18:00 Út – pá 08:00 – 16:00	466 260 528 774 755 744
LANŠKROUN IC PARDUBICE	28. října 202 Žichlínské Předměstí Lanškroun	Každé první pondělí v měsíci 10:00 – 14:00	774 755 744
HLINSKO IC PARDUBICE	U detašovaného pracoviště IC Pardubice není adresa uvedena, pracovník je zde k dispozici pouze po telefonické domluvě	Po předchozím objednání klienta	774 755 744
ČESKÁ TŘEBOVÁ IC PARDUBICE	U detašovaného pracoviště IC Pardubice není adresa uvedena, pracovník je zde k dispozici pouze po telefonické domluvě	Po předchozím objednání klienta	774 755 744

PLZEŇSKÝ KRAJ

NÁZEV	ADRESA	PROVOZNÍ DOBA	TELEFON
IC PLZEŇ	Cukrovarská 16 Plzeň	Po – pá 09:00 – 12:00 a 13:00 – 15:00	777 167 004 (nonstop)
POBOČKA HORŠOVSKÝ TÝN	Boženy Němcové 35 Horšovský Týn	První středa v měsíci: 09:00 – 12:00	777 167 004 (nonstop)

KARLOVARSKÝ KRAJ

NÁZEV	ADRESA	PROVOZNÍ DOBA	TELEFON
IC KARLOVY VARY	Nám. Dr. Milady Horákové 1359/7 Karlovy Vary	Po, út, st, pá 08:00 – 15:00 objednaní klienti Čt 09:00 – 15:00	736 514 095
IC CHEB	Palackého 1562/8 Cheb	Po – pá 08:00 – 15:00 objednaní klienti	736 514 095
IC SOKOLOV	Josefa Kajetána Tyla 461 Sokolov	Po, pá 08:00 – 15:00 objednaní klienti Út, st 08:00 – 15:00 Čt 13:00 – 15:00	736 514 095

ÚSTECKÝ KRAJ

NÁZEV	ADRESA	PROVOZNÍ DOBA	TELEFON
IC ÚSTÍ NAD LABEM	Masarykova 75/225, Ústí nad Labem-město – Klíše	Po, st: 08:00 – 18:00 Út, čt: 08:00 – 14:00 Pá 08:00 – 16:00	475 511 811 475 603 390 (nonstop)
IC CHOMUTOV	Kamenná 5164 budova Sociálních služeb Chomutov, p.o.	09:00 – 14:00 na základě předchozího telefonického objednání	475 511 811 475 603 390 (nonstop)
IC LOUNY	Pod Nemocnicí 2503 Louny	09:00 – 14:00 na základě předchozího telefonického objednání	475 511 811 475 603 390 (nonstop)
IC RUMBURK	Palackého 205/4 Rumburk 1 (v budově Generali České pojišťovny, 1. patro – naproti schodišti)	09:00 – 14:00 na základě předchozího telefonického objednání	475 511 811 475 603 390 (nonstop)

NÁZEV	ADRESA	PROVOZNÍ DOBA	TELEFON
IC MOST	Lomená 47/2 Most (v budově Diakonie)	09:00 – 14:00 na základě předchozího telefonického objednání	475 511 811 475 603 390 (nonstop)
IC DĚČÍN	Bezručova 87/2 Děčín	09:00 – 14:00 na základě předchozího telefonického objednání	475 511 811 475 603 390 (nonstop)
IC LITOMĚŘICE	Teplická 1672/3 Litoměřice (v prostorách Poradny pro náhradní rodinnou péči)	09:00 – 14:00 na základě předchozího telefonického objednání	475 511 811 475 603 390 (nonstop)

ZLÍNSKÝ KRAJ

NÁZEV	ADRESA	PROVOZNÍ DOBA	TELEFON
IC ZLÍN (terénně i Vsetín, Uherské Hradiště a Kroměříž)	U Náhonu 5208 760 01 Zlín	Po, St 08:00 – 15:00 Út 08:00 – 18:00 Čt 08:00 – 14:00 Pá 08:00 – 13:00	774 405 682 (v pracovní dny a v soboty, neděle a státní svátky od 09:00 do 17:00)

PSYCHOLOGICKÉ PORADNY A CENTRA SPECIALIZOVANÁ NA POMOC PŘEŽIVŠÍM NÁSILÍ:

ROSA – centrum pro ženy	tel.: 800 60 50 80, bezplatná krizová linka tel.: 241 432 466	web: www.rosacentrum.cz e-mail: poradna@rosacentrum.cz
proFem — PORT centrum pro oběti sexuálního násilí	tel.: 608 22 22 77, 777 012 555	web: https://www.profem.cz/cs/kontakty
Psychosociální centrum Acorus Poskytuje pomoc přeživším domácího násilí – krizová telefonní linka, ambulantní pomoc, krizová lůžka, pobytový program.	tel.: 283 892 772, nonstop	web: www.acorus.cz e-mail: info@acorus.cz
Bílý kruh bezpečí Poskytuje odbornou, bezplatnou a diskrétní pomoc přeživším a svědkům trestných činů.	tel.: 257 317 110, nonstop	
DONA linka pro oběti domácího násilí	tel.: 251 511 313	web: www.bkb.cz
Intervenční centrum Praha. Pomoc obětem domácího násilí.	tel.: 281 911 883, 734 510 292	e-mail: icpraha@csspraha.cz web: https://www.csspraha.cz/intervencni-centrum
LOCIKA Tato telefonní linka slouží pro všechny, kteří se osobně i zprostředkovaně setkali či setkávají s domácím násilím, kterému jsou přímo či nepřímo vystaveny děti.	tel.: 601 500 196 Linka nouze – tel.: 112	e-mail: info@centrumlocika.cz poradna@centrumlocika.cz
Centrum Spondea	tel. 608 118 088 (krizová pomoc) tel. 739 078 078 (domácí násilí)	
ŽIVOT 90 pro seniory. Pomoc pro seniory a jejich blízké	informační centrum – tel.: 222 333 555 tel.: 800 157 157 zdarma, 24 hodin denně	seniortelefon@zivot90.cz

KRIZOVÉ LINKY A LINKY DŮVĚRY

Na krizové linky je možné volat v případě, že si nevíte rady vy, nebo váš blízký. Mohou vám pomoci s vyhledáním vhodné služby ve vašem okolí. Je potřeba alespoň základní úroveň českého jazyka.

- **Linka pomoci obětem kriminality a domácího násilí** – tel.: 116 006
- **Linka bezpečí – nonstop a bezplatně na tel. 116 111**
- **Kompletní seznam linek důvěry na stránkách:** www.capld.cz
- Mobilní aplikace **Bright Sky CZ** – rady a kontakty pro přeživší domácího násilí

ORGANIZACE PRO POMOC SE ZVLÁDÁNÍM VZTEKU A NÁSILNÉHO CHOVÁNÍ

- Program Viola, Intervenční centrum – Praha, www.csspraha.cz
- Stop násilí, Diakonie – Praha, www.nasilivevtazich.cz/kontakty/
- Zvládání vzteku, Liga otevřených mužů – Praha, Plzeň, zvladanivzteku.cz
- Chci ovládnout vztek, Spondea – Brno www.spondea.cz/portfolio/cz/chci-ovladnout-vztek
- Program pro osoby s potížemi se zvládáním agrese, Persefona – Brno www.persefona.cz
- Terapeutický program narativní práce s agresí, Nomia – Hradec Králové, nomiahk.cz
- Musí být agrese součástí tvého života? Theia – České Budějovice, www.theia.cz

Publikaci zpracovala IOM Česká republika ve spolupráci s Úřadem místopředsedkyně vlády Ukrajiny a ministryně pro evropskou a euroatlantickou integraci, zmocněnkyní vlády Ukrajiny pro genderovou rovnost, Úřadem vlády České republiky a zmocněnkyní vlády České republiky pro lidská práva.



Úřad vlády České republiky

