

Międzynarodowy Dzień Bez Przemocy.

Dzień Bez Przemocy. To ważne przypomnienie, że przemoc domowa nie zawsze jest widoczna od razu. Nie zawsze zostawia ślady na ciele. Czasem zaczyna się od kontroli, poniżania, izolowania, zastraszania albo odbierania poczucia bezpieczeństwa. Przemoc może dotknąć każdego - niezależnie od wieku, płci, sytuacji rodzinnej czy statusu społecznego. Może wydarzać się w domu, w relacji partnerskiej, w rodzinie czy w przestrzeni cyfrowej.

Dlatego tak ważne jest, by nie bagatelizować sygnałów i nie zostawiać osób doświadczających przemocy samych. Wsparcie, uważność i szybka reakcja mogą mieć ogromne znaczenie. Jeśli doświadczasz przemocy albo martwisz się o kogoś bliskiego, nie musisz mierzyć się z tym samodzielnie. Pomoc jest dostępna. Ogólnopolskie Pogotowie dla Osób Doświadczających Przemocy Domowej „Niebieska Linia”: ☎ 800 12 00 02