

**Plan awaryjny dla osób doświadczających przemocy domowej  
w epidemii koronawirusa**

# **PLAN AWARYJNY**

***DLA OSÓB***

**DOŚWIADCZAJĄCYCH  
PRZEMOCY DOMOWEJ**

**W EPIDEMII  
KORONAWIRUSA**

**Przemoc ze strony partnera lub innej bliskiej osoby jest przestępstwem.**

**Nikt nie ma prawa Cię bić, grozić Ci, upokarzać ani w żaden inny sposób naruszać Twoich praw. Prawo jest po to, aby Cię chronić - zgłaszaj organom ścigania każdy akt przemocy i domagaj się ukarania sprawcy. Zadbaj o swoje bezpieczeństwo!**

Pomocne numery telefonu:

- **Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie "NIEBIESKA LINIA"**  
**800 12 00 02**, numer czynny całą dobę
- **Centrum Praw Kobiet**  
Telefon interwencyjny **600 070 717** czynny całą dobę  
Pomoc prawna i psychologiczna **(22) 621 35 37** czynny 10:00-16:00
- **Fundacja Feminoteka**  
**888 88 33 88**, pon- pt 8:00-20:00
- **Niebieska Linia IPZ**  
**22 668 70 00** czynny codziennie 12:00 -18:00
- **Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę**  
**116 111** czynny całą dobę

Bezpłatne aplikacje mobilne (Apple Store i Google Play)

**AvonAlert** aplikacja Fundacji Feminoteka i Avon

**Twoja komenda** aplikacja Policji

**Alarm112** aplikacja MSWiA

**Twój parasol** aplikacja Policji



RZECZNIK PRAW OBYWATELSKICH

Osobisty plan awaryjny (pdf) - [pobierz](#)