



Magiczny
Kraków

16 dni akcji przeciwko przemocy ze względu na płeć

2025-12-11

25 listopada, w Międzynarodowy Dzień Eliminacji Przemocy ze względu na płeć, ruszyła kolejna edycja międzynarodowej kampanii „16 dni akcji przeciwko przemocy ze względu na płeć”. Kraków, jak co roku, angażuje się w te działania - przypominając, że przemoc nie jest sprawą prywatną, a reagowanie na nią jest obowiązkiem społecznym i obywatelskim.

Organizacja Narodów Zjednoczonych, która wspiera tę kampanię na całym świecie, wzywa państwa, samorządy, instytucje publiczne, media, szkoły, uczelnie oraz środowiska lokalne do intensyfikowania działań profilaktycznych – tak, aby przemoc była powstrzymana zanim do niej dojdzie. Tegoroczna akcja, podobnie jak w latach poprzednich, potrwa do 10 grudnia – Międzynarodowego Dnia Praw Człowieka.

Od tego roku w strukturze Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Krakowie działa Krakowska Rzeczniczka ds. Przeciwdziałania Przemocy (RPD). Funkcję tę pełni Patrycja Durska (kontakt: rzecznik.przemoc@mops.krakow.pl). Rzeczniczka odpowiada za rozwijanie systemowej polityki przeciwdziałania przemocy w Krakowie. Obejmuje to zarówno kreowanie miejskich działań edukacyjnych i informacyjnych, współpracę z innymi Pełnomocnikami Prezydenta i Zespołem Interdyscyplinarnym ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej, jak i udział w opracowywaniu programów strategicznych, w tym Programu Przeciwdziałania Przemocy Domowej i Ochrony Osób Doznających Przemocy Domowej. Rzecznik współdziała także z jednostkami miejskimi, organizacjami społecznymi i instytucjami wdrażającymi krajowe i unijne programy wsparcia, współpracuje z Radami Dzielnic, a także z administracją samorządową i rządową przy przygotowywaniu analiz i rekomendacji.

Jak reagować? Gdzie szukać pomocy?

Jeżeli doznajesz przemocy domowej, jesteś jej świadkiem lub wiesz o takiej sytuacji – reaguj. W przypadku bezpośredniego zagrożenia życia i zdrowia należy natychmiast zadzwonić pod numer alarmowy **112**. Pomoc i konsultacje oferuje również Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” – pod bezpłatnym numerem **800 120 002**. Możesz także skontaktować się z najbliższą instytucją wspierającą osoby doznające przemocy domowej.

Osoby poszukujące bezpiecznego miejsca mogą skorzystać ze schronienia w Specjalistycznym Ośrodku Wsparcia dla Osób Doznających Przemocy Domowej przy os. Krakowiaków 46 (tel. **12 425 81 70**). Ośrodek udziela schronienia na trzy miesiące z możliwością przedłużenia oraz zapewnia specjalistyczne wsparcie psychologiczne, pedagogiczne, prawne i socjalne. Z kolei Ośrodek Interwencji Kryzysowej przy ul. Radziwiłłowskiej 8b oferuje całodobową pomoc psychologiczną, prowadzi interwencje kryzysowe – także telefoniczne, wsparcie indywidualne, rodzinne i grupowe, a także dysponuje hostelem zapewniającym całodobowe schronienie dla osób w sytuacji kryzysu (tel. **12 421 92 82**).



Twoja reakcja ma znaczenie

Przemoc działa w ukryciu – i zyskuje siłę tam, gdzie otoczenie milczy. Dlatego każde zgłoszenie, każda reakcja świadka, jest realną ochroną osoby krzywdzonej. Instytucje – także te miejskie – mogą podejmować działania z urzędu, o ile pojawi się informacja, że przemoc ma miejsce. To oznacza, że nawet anonimowy telefon może być punktem zwrotnym. Na miejskiej stronie internetowej bezprzemocy.krakow.pl znajduje się kompendium wiedzy dotyczącej przeciwdziałania przemocy: kontakty, procedury, wyjaśnienia oraz materiały informacyjne dostępne również w wersji angielskiej i ukraińskiej.

Zapraszamy do udziału w wydarzeniach w ramach „16 dni akcji przeciwko przemocy ze względu na płeć” w Krakowie:

- ~~25 listopada – 7 grudnia – warsztaty dla kobiet: „Bądźmy dla siebie szczodre dobrem”~~
- ~~28 listopada, godz. 11.00-15.00 – szkolenie antymobbingowe~~
- ~~29 listopada, godz. 9.00 – warsztaty samoobrony~~
- ~~29/30 listopada, godz. 10.00-16.00 – warsztaty WenDo~~

Osoby zainteresowane otrzymaniem informacji o kolejnych warsztatach, w przyszłym roku, proszone są o wypełnienie formularza: <https://forms.gle/TL2PqbTAjVGnhkLB6>

- ~~1 grudnia – szkolenie – metoda 5D – bezpieczne reagowanie na molestowanie w miejscach publicznych~~
- ~~8 grudnia, godz. 18.00-20.00 – wykład: „Jak rozpoznać przemoc i co dalej?”~~
- ~~10 grudnia, godz. 10.30-12.00 – szkolenie online „Bezpieczeństwo dzięki profilaktyce – wiedza, prawo, rozwiązania”~~
- ~~W dowolnym momencie - szkolenie e-learningowe na temat przeciwdziałania molestowaniu i dyskryminacji~~

Platforma e-learningowa AGH

Szkolenie przygotowane w ramach Planu Równości Płci AGH, aby zrozumieć czym jest równe traktowanie, jak rozróżniać praktyki dyskryminujące oraz poznać zasady przeciwdziałania, jak zrozumieć na czym może polegać molestowanie/szykanowanie i molestowanie seksualne, by poznać sposoby radzenia sobie z doświadczeniami molestowania i dyskryminacji. Zapisy:

<https://www.cel.agh.edu.pl/szkolenie/przeciwdzialanie-dyskryminacji-i-molestowaniu/>

Reaguj! Powiedz STOP przemocy

Jeśli doznajesz przemocy domowej, jesteś jej świadkiem lub po prostu o niej wiesz – na tej stronie dowiesz się, jak uzyskać pomoc!

- **Go to:** [English version of the website](#) or [Ukrainian version of the website](#).
- **Перейти на:** [англійську версію сайту](#) або [українську версію сайту](#).



**Magiczny
Kraków**

Jak możesz zgłosić przemoc domową?

- Dzwoniąc na numer alarmowy **112** niezwłocznie w sytuacji zagrożenia życia i zdrowia.
- Dzwoniąc na numer Niebieskiej Linii – Ogólnopolskiego Pogotowia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie **800 120 002**.
- Dzwoniąc na numer do najbliższej instytucji wspierającej osoby doznające przemocy domowej.

Szukasz schronienia?

Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Osób Doznających Przemocy Domowej udziela schronienia na 3 miesiące z możliwością przedłużenia osobom doznającym przemocy. W ośrodku otrzymasz także specjalistyczną pomoc psychologiczną, pedagogiczną, prawną, socjalną. Adres: os. Krakowiaków 46, Kraków tel. **12 425 81 70**.

Twoje zgłoszenie ma znaczenie!

Dzięki temu możesz zapewnić pomoc i bezpieczeństwo osobom doznającym przemocy!

Dzięki Twojej reakcji instytucje, które realizują zadania związane z zapobieganiem i powstrzymywaniem przemocy domowej, mogą podjąć działania z urzędu.

Międzynarodowy znak *help me* (pomóż mi)

Znak *help me* (pomóż mi) jest dyskretnym sygnałem, który możemy wysłać do kogoś kogo znamy lub do kogoś całkowicie obcego. Informuje on o tym, że osoba go wykonująca jest ofiarą przemocy. Znak „pomóż mi” to wezwanie o pomoc, które jest zrozumiałe na całym świecie. Przełamuje on barierę językową, czy kulturową. Nie wymaga bliskiego kontaktu, może być pokazany nawet przez okno czy w internecie. To prosty gest ręką, który ofiara przemocy może dyskretnie pokazać np. kurierowi, sprzedawcy w sklepie czy też podczas rozmowy wideo. Gdy zobaczysz ten znak niezwłocznie zadzwoń pod nr **112** i poinformuj, że osoba w ten sposób poprosiła o pomoc.