



CSALÁDBARÁT  
ORSZÁG  
NONPROFIT KÖZHASZNÚ KFT.

## FONTOS TUDNI! ÉLETER MENTHET!

A kapcsolati erőszak bűncselekmény, amiért mindig a bántalmazó és sosem az áldozat a felelős!

Előfordul, hogy egy családban, egy párkapcsolatban valami elromlik. A vita, nézeteltérés, konfliktus az emberi kapcsolatok velejárói. Baj akkor van, ha az egyik fél hatalmat, erőt gyakorol a másikon.

Ezt kapcsolati erőszaknak nevezzük, melynek jelei lehetnek a következők: a túlzott féltékenykedés és ellenőrzés, a másik gúnyolása, korlátozása, kívánságainak és döntéseinek semmibe vétele. De ide tartozik a zsarolás, megalázás, parancsolgatás, az üvöltözés, minden szóbeli és lelki agresszió, végül a verés és a fizikai bántalmazás minden formája, valamint a szexuális erőszak minden formája.

## A KAPCSOLATI ERŐSZAK EGYETLENEGY FORMÁJA SEM ELFOGADHATÓ!

A kapcsolati erőszak ritkán szűnik meg magától, sőt idővel a bántalmazások jellemzően egyre durvábbá és gyakoribbá válnak, mely megnehezíti a kapcsolatból való kilépést is.

Nagyon fontos minden érintettnek, vagy érintettet ismerőnek tudni, hogy van segítség! Egész ellátórendszer foglalkozik a kapcsolati erőszak áldozatainak támogatásával, a bántalmazó kapcsolatból való kilépés feltételeinek közös megteremtésével, az áldozat lelki megerősítésével, a döntéshozás támogatásával.

## KÉRJ SEGÍTSÉGET! VAN SEGÍTSÉG!

EFOP-1.2.6-VEKOP-17-2017-00001  
CSALÁDBARÁT ORSZÁG

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

Ha úgy érzi, hogy kapcsolati erőszak áldozata, vagy bizonytalan ennek eldöntésében, kérjen segítséget! Ha tájékozódni kíván a témában, javasoljuk az alábbi lehetőségeket

### AHOVA SEGÍTSÉGÉRT FORDULHATOK:



#### KAPCSOLJEGYBŐL applikáció

Az alkalmazás az érintetteknek nyújt hasznos információkat a témában, azonnali segítségkérési lehetőséget biztosít egy pánikgomb funkcióval, illetve megmutatja, hol érhető el az áldozathoz legközelebbi segítő szolgáltatás. Az app android és iOS platformon került fejlesztésre.

#### ANONIM ONLINE TANÁCSADÁS: [www.aszeretnemart.hu](http://www.aszeretnemart.hu)

A kapcsolati erőszak nem magánügy, nem szégyen az áldozatává válni, nem tabu téma. A kapcsolati erőszak bárkit érinthet. Ha ezzel együtt valaki nem áll készen arra, hogy személyét felfedve kérjen segítséget, megteheti ezt anonim módon is az Ökumenikus Segélyszervezet által működtetett [www.aszeretnemart.hu](http://www.aszeretnemart.hu) internetes tanácsadó oldalon.



#### KRÍZISAMBULANCIÁK:

Az ország minden régiójában működik egy-egy kríziskezelő ambulancia, ahol jogász, pszichológus, szociális munkás segíti a kapcsolati erőszak áldozatait. Az ambulanciák felkereshetők személyesen (előzetes időpontegyeztetés után), vagy akár telefonon, e-mailen keresztül is.

### A KRÍZISKEZELŐ AMBULANCIÁK ELÉRHETŐSÉGEI:

Budapest  
Telefon: +36-70-525-0536  
E-mail:  
[budapest.krizisambulancia@segelyszervezet.hu](mailto:budapest.krizisambulancia@segelyszervezet.hu)

Devecser  
Telefon: + 36-70-933-8060  
E-mail: [veszpremmegye@voroskereszt.hu](mailto:veszpremmegye@voroskereszt.hu)

Kaposvár  
Telefon: + 36-82-812-476  
E-mail: [krizisambulancia.kaposvar@gmail.com](mailto:krizisambulancia.kaposvar@gmail.com)

Miskolc  
Telefon: +36-30-309-1552  
E-mail: [miskolc.krizisambulancia@segelyszervezet.hu](mailto:miskolc.krizisambulancia@segelyszervezet.hu)

Mosonmagyaróvár  
Telefon: +36-70-598-1101  
E-mail: [ambulancia.movar@gmail.com](mailto:ambulancia.movar@gmail.com)

Orosháza  
Telefon: +36-30-781-7951  
E-mail:  
[oroshaza.krizisambulancia@segelyszervezet.hu](mailto:oroshaza.krizisambulancia@segelyszervezet.hu)

Szolnok  
Telefon: + 36-30-305-2919  
E-mail: [szolnok.krizisambulancia@segelyszervezet.hu](mailto:szolnok.krizisambulancia@segelyszervezet.hu)



#### ORSZÁGOS KRÍZISKEZELŐ ÉS INFORMÁCIÓS TELEFONSZOLGÁLAT: Ingyenesen hívható: 06-80-20-55-20

Ha nagy a baj, ha krízishelyzet áll elő, ha indokoltá válik a bántalmazó által nem ismert, védett helyre való eljutás, az Országos Kríziskezelő és Információs Telefonszolgálat hívható ingyenesen a nap 24 órájában.