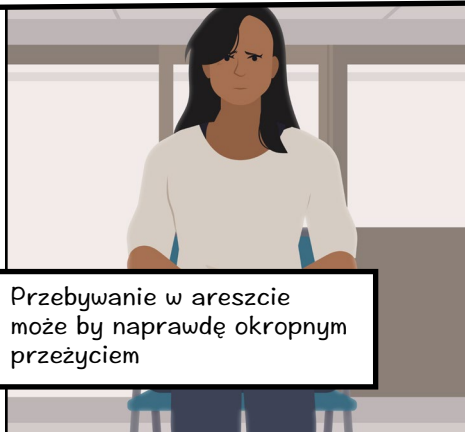


NIEZDROWE RELACJE I WYKORZYSTANIE



Przebywanie w areszcie może być naprawdę okropnym przeżyciem

Możesz się zastanawiać, jak do tego doszło i co możesz zrobić.

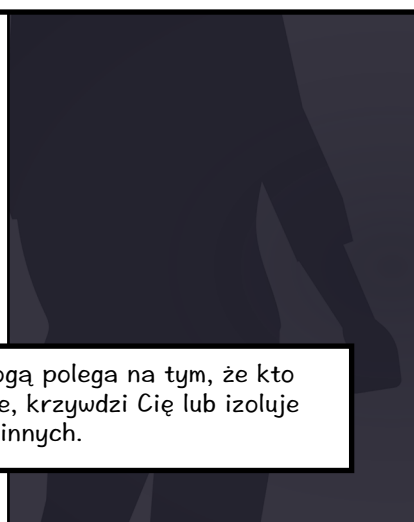


Nawet jeśli tego nie odczuwasz, możesz się znajdować w tej sytuacji wskutek wykorzystania.

Rozpoznawanie toksycznych relacji i zachowań wiadczących o wykorzystywaniu jest bardzo ważne.



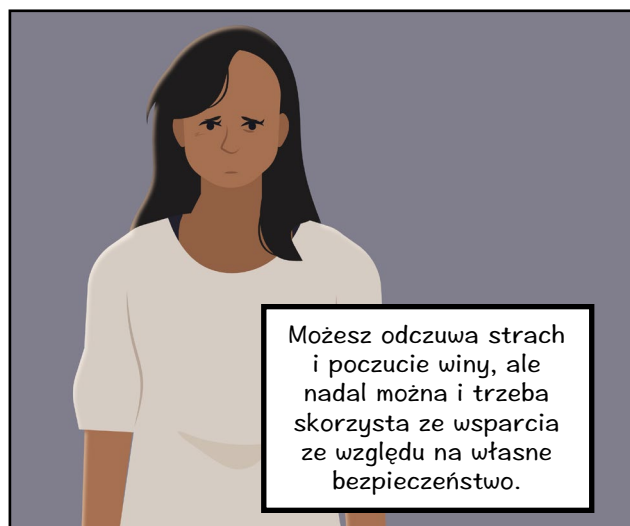
Toksyczne relacje mogą polegać na tym, że ktoś kontroluje Twoje życie, krzywdzi Cię lub izoluje od innych.



Może Cię poniżyć lub zmuszać do uprawiania seksu, krzywdzenia innych albo popełniania przestępstw.



Możesz się bać przeciwstawić temu i poszukać pomocy, bo obawiasz się o bezpieczeństwo bliskich osób, którym zagraża krzywdząca Cię osoba.



Możesz odczuwać strach i poczucie winy, ale nadal można i trzeba skorzystać ze wsparcia ze względu na własne bezpieczeństwo.

Takie organizacje jak Brytyjska Infolinia ds. Współczesnego Niewolnictwa i Wyzysku (UK Modern Slavery & Exploitation Helpline), Krajowa Infolinia ds. Przemocy Domowej (National Domestic Abuse Helpline) i Infolinia ds. Praw Kobiet w świetle Kodeksu Karnego (Rights of Women Criminal Law Advice Line) oferują pomoc w sprawach przestępstw seksualnych i systemu wymiaru sprawiedliwości w sprawach karnych.

■ UK Modern Slavery & Exploitation Helpline
08000 121 700

■ National Domestic Abuse Helpline
0808 2000 247

■ Rights of Women Criminal Law Advice Line
020 7251 8887



Porozmawiaj z policjantem i popro o pomoc w dostępie do tego wsparcia.