

A photograph showing a person in a white lab coat, likely a healthcare professional, with their hand on the shoulder of another person wearing a maroon jacket. The scene is intimate and suggests a moment of support or care. The background is blurred, focusing attention on the interaction.

**Spotkało Cię coś
dramatycznego.
Co teraz?**

Nie musisz radzić sobie z tym sam/a

Przestępstwo, wypadek drogowy czy klęska żywiołowa to doświadczenia bardzo traumatyczne. Często nie jest łatwo żyć dalej po takim ciężkim przeżyciu. Co możesz zrobić? Czy to, jak się czujesz, jest normalne? Jakie są Twoje prawa? Jak uzyskać odszkodowanie?

Pomagamy ofiarom, ich członkom rodziny, świadkom i innym poszkodowanym w wyniku przestępstw i katastrof. Możesz zwrócić się do nas po wsparcie emocjonalne, pomoc w postępowaniu karnym i uzyskaniu odszkodowania, nawet gdy chcesz tylko porozmawiać o tym, co się zdarzyło, lub masz pytania. Służymy poradą również osobom, które chcą komuś pomóc.



Skontaktuj się z nami,
wejdź na [slachtofferhulp.nl](https://www.slachtofferhulp.nl)

Co możesz zrobić?

Wysłuchamy Cię i powiemy Ci, jakie masz możliwości. Nasza pomoc jest dostępna na terenie całej Holandii i zawsze bezpłatna. Kiedy chcesz i w sposób, który jest dla Ciebie odpowiedni. Jeśli sobie tego życzysz, możesz zachować anonimowość.

Pomoc emocjonalna

Gdy doświadczysz coś dramatycznego, możesz borykać się z negatywnymi reakcjami emocjonalnymi i fizycznymi. Wysłuchamy Twoich doświadczeń i doradzimy, jak radzić sobie ze stresem i innymi dolegliwościami.

Pomoc przy złożeniu zawiadomienia o przestępstwie i postępowaniu karnym

Patrzymy z Twojej perspektywy przy podejmowaniu decyzji o dokonaniu zgłoszenia. Jeśli się na nie zdecydujesz, oferujemy pomoc w jego przygotowaniu. Pomożemy Ci również zrozumieć postępowanie karne i wskażemy Twoje prawa.

Uzyskanie odszkodowania

Jeśli poniosłeś/aś szkodę, to oczywiście chcesz uzyskać odszkodowanie. Pomożemy Ci w określeniu Twojej szkody. I doradzimy, kto może Ci ją zrekompensować. Pomożemy Ci również w wypełnieniu formularzy.

Kontakt ze innymi osobami poszkodowanymi

W naszych grupach współposzkodowanych możesz dzielić się swoimi doświadczeniami i zadawać pytania innym. Online lub na miejscu. Jesteś mile widziany/a także wtedy, gdy jesteś świadkiem lub w inny sposób jesteś zaangażowany/a w daną sprawę.

slachtofferhulp.nl/lotgenoten



Jak możesz komuś pomóc?

Gdy ktoś w Twoim otoczeniu doświadcza czegoś tragicznego, to chcesz pomóc jak najlepiej.

Na stronie **slachtofferhulp.nl/voordehulpers** znajdziesz informacje o tym, co możesz zrobić.

Na przykład:

- ✓ Lista kontrolna tego, co możesz zrobić.
- ✓ Wskazówki, jak dobrze reagować.
- ✓ Bezpłatny kurs online na temat tego, co jest pomocne.



Kiedy możesz się z nami skontaktować?

Zadzwoń pod numer **0900-0101**

(zwykła opłata za połączenie)

od poniedziałku do piątku w godz. 8:00-20:00,

w soboty w godz. 10:00-17:00.

Porozmawiaj z nami na czacie poprzez slachtofferhulp.nl

Śledź nas w mediach społecznościowych



Zeskanuj kod QR dla innych języków.



Slachtofferhulp Nederland

[Organizacja pomocy osobom pokrzywdzonym w Holandii]

Dziś dalej