



Beze mnie jesteś nikim

PROGRAM SPEKTAKLU



Przemoc domowa
jest przestępstwem
Niebieska Linia:
116 123



sponsorzy i partnerzy:





„Pierwszy etap tonięcia to zachłyśnięcie. Człowiek wpada w panikę, próbuje wstrzymać oddech, w organizmie zaczyna spadać poziom tlenu. Organizm próbuje się bronić, wymusza odruch oddechu, a tonący połyka wodę...

Człowiek tonie bezgłośnie. Nikt nie usłyszy wołania o pomoc, usta i płuca wypełniają się wodą. Może ktoś zauważy machanie rękami, rozpaczliwą próbę utrzymania się na powierzchni, ale rzadko kiedy odczyta sygnały. Przerażający jest fakt, że osoba tonąca zachowuje świadomość, nawet w momencie kiedy leży już na dnie. Nie może się ruszyć i wie, że umiera...”

Jacek Hołub, „Beze mnie jesteś nikim. Przemoc w polskich domach”



autor: Jacek Hołub

reżyseria, adaptacja i dramaturgia: Agata Biziuk

scenografia i kostiumy: Marika Wojciechowska

**koordynacja scen intymnych i choreografia:
Krystyna Lama Szydłowska**

video: Piotr Wacowski

**realizacja zdjęć podwodnych:
Bartosz Stróżyński FIMUFO STUDIO**

muzyka: Piotr Klimek

**obsada:
Malwina Jelistratow
Gracjan Kielar
Damian Sosnowski
Katarzyna Żuk**

prapremiera: 26 maja 2023, Mała Scena

Czy zdarza się, że ktoś bliski:

- traktuje Cię w sposób, który Cię rani?
- obrzuca Cię obelgami, wyzwiskami?
- zmusza Cię do robienia rzeczy, które Cię poniżają?
- popycha Cię, policzkuje, uderza, szarpie?
- nie pozwala Ci widywać się z przyjaciółmi i rodziną?
- grozi, że Cię zabije lub zrani?
- niszczy Twoją własność?
- mówi Ci, że wie, co jest słuszne dla ciebie?
- ośmiesza lub obraża ludzi, których lubisz i cenisz?
- stale krytykuje Twoją osobę (poglądy, uczucia, pochodzenie, wykształcenie)?
- mówi Ci, że jesteś głupi/-a, że do niczego się nie nadajesz?
- nie pozwala Ci widywać się i rozmawiać z przyjaciółmi, rodziną?
- obwinia cię za swoje agresywne zachowanie, mówi Ci, że wszystkiemu ty jesteś winny/-a?





- dusił, kopał, obezwładniał, wykrczał Ci ręce?
- groził Ci nożem, siekierą, bronią palną?
- groził Ci, że cię zabije lub dotkliwie zrani?
- zmuszał Cię do pożycia seksualnego?
- zmusza Cię do uprawiania praktyk seksualnych, które Ci się nie podobają?
- straszy Cię, że pobije twoich przyjaciół, jeśli będą próbowali ci pomóc?
- zabiera Ci pieniądze, każe o nie prosić lub po prostu nie chce ich dawać?
- zachowuje się wobec dzieci w sposób budzący Twój sprzeciw?
- grozi, że zabierze Ci wszystko (dzieci, pieniądze, dom), jeśli nie będziesz mu posłuszna/-y?
- przeprosza Cię, rozpieszcza prezentami po tym, jak Cię skrzywdził/-a?

- Czy czujesz się nieswojo, gdy dochodzi do spotkania z twoimi przyjaciółmi w obecności partnera/partnerki?
- Czy w czasie trwania związku zerwałaś/-eś kontakty z przyjaciółmi, rodziną?
- Czy jesteś z partnerem, bo mówił Ci, że Cię zabije, jeśli od niego odejdiesz?
- Czy kiedykolwiek byłaś/byłaś tak pobita przez partnera/partnerkę, że wymagałaś/-eś pomocy lekarskiej lub leczenia szpitalnego?
- Czy czujesz się zagrożona/-y w swoim domu?

Jeśli choć odpowiedź na jedno pytanie brzmiała twierdząco, istnieje duże prawdopodobieństwo, że doznajesz przemocy domowej. Zastanów się, czy czujesz się bezpiecznie w swoim domu. Spróbuj porozmawiać z kimś zaufanym o tym, co się dzieje w Twoim związku.

Możesz też skorzystać z telefonów:

116 123 / 22 668 70 00

i zapoznać się z informacjami na stronie niebieskalinia.pl

**Pamiętaj,
nigdy nie jest za późno
na szukanie pomocy.**

**Przemoc domowa
jest przestępstwem.**

**116
123**