

KAJ LAHKO NAREDIM

Pomoč obstaja. Ni potrebno, da ste na poti iz nasilja sami. Pravico imate, da zaživite varno in zadovoljivo življenje.

- Povejte nekemu, ki mu zaupate, kaj se vam dogaja. Ne zapirajte se vase, pogovorite se!
- Ob izbruhu nasilja se, če je to možno, umaknite iz stanovanja in pokličite policijo. Če to ni mogoče, se zaklenite v sobo in pokličite policijo.
- Ob udarcih ali brcah se postavite v položaj, ki vam bo povzročil najmanj poškodb (zvijte se v klobčič, glavo si zaščitite z rokami). Glasno kličite na pomoč.
- Če je mogoče, se s sosedom ali sosedo dogovorite, naj pokliče policijo, če sliši, da se v vašem stanovanju dogaja nasilje.
- Imejte pripravljene najnujnejše stvari zase in za vaše otroke za nenaden odhod od doma (denar, osebni dokumenti, zdravila, rezervni avtomobilski ključi ipd.).
- Prijavite nasilje. To lahko storite ustno ali pisno na policiji (če ste ogroženi) ali centru za socialno delo. Pametno je pridobiti kopijo zapisnika vaše izjave in podatke o osebi, ki bo vodila vašo zadevo.
- Možno je, da se bo nasilje stopnjevalo, ko se boste odločili, da prekinete odnos s partnerjem. Priporočljivo je, da naredite varnostni načrt, kar je najlažje z ustrezno usposobljeno osebo.
- Alternativno reševanje sporov (npr. mediacija) v primerih nasilja ni dopustno.

KAM PO POMOČ

NAZIV	KONTAKT
Policija (intervencijska številka)	113
Nujna medicinska pomoč	112
Najbližji center za socialno delo (CSD)	
Društvo SOS telefon	080 11 55 društvo-sos@društvo-sos.si
Društvo za nenasilno komunikacijo	01 434 48 22 info@društvo-dnk.si
Združenje proti spolnemu zlorabljanju	01 431 33 41 spolna.zloraba@siol.net
Krizni center za ženske in otroke, žrtve nasilja (Društvo Ženska svetovalnica, Ljubljana)	031 233 211
Krizni center za odrasle žrtve nasilja Maribor (CSD Maribor)	02 250 66 30 08 200 68 40 031 776 102
Krizni center za žrtve nasilja (CSD Piran)	05 671 23 00 05 903 95 90 040 303 669

Ob izbruhu nasilja žrtvi zagotovimo takojšnji umik v krizni center, kjer se ji nudi strokovna pomoč in nastanitev. Če po izteku bivanja v kriznem centru potrebuje še nastanitveno podporo, se lahko umakne v varno hišo ali zatočišče.

Žrtev ima pravico do spremljevalke/spremljevalca, ki žrtev spremlja v postopkih, ji pomaga pri zaščiti njene integritete, pri iskanju rešitev in ji nudi psihično oporo.

INFORMACIJE ZA OSEBE Z

IZKUŠNJO NASILJA



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI

DEJSTVA O NASILJU V DRUŽINI IN NAD ŽENSKAMI

- Nasilje je kršenje temeljnih človekovih pravic.
- Nasilje je kaznivo.
- Nasilje je zloraba moči.
- Nasilje ne preneha samo od sebe.
- Nasilje se najpogosteje stopnjuje po pogostosti in intenzivnosti.
- Za nasilje je vedno odgovoren tisti, ki ga izvaja.
- Opravičila za nasilje pogosto iščemo v brezposelnosti, alkoholizmu in preobremenjenosti osebe, ki povzroča nasilje. Vendar pa je povzročanje nasilja zavestna odločitev posameznika, da si bo z nadzorovanjem in zlorabo moči podredil drugo osebo. Za nasilje ni opravičila.
- Otroci so žrtve nasilja, tudi če so ob nasilju le prisotni in ga ne doživljajo neposredno ali če živijo v okolju, kjer se nasilje izvaja. Poskrbite za njihovo varnost in zdrav razvoj.
- Strah, jeza, žalost, občutki krivde, sramu, nemoči, brezup in podobna čustva so v primu doživljanja nasilja nekaj običajnega. Prav tako lahko občutite razdražljivost, nezbranost, zmedenost, težave pri odločanju ipd.

KAJ JE NASILJE V DRUŽINI

Nasilje v družini je prepovedano.

Nasilje v družini je vsaka uporaba fizičnega, spolnega, psihičnega ali ekonomskega nasilja enega družinskega člana/članice proti drugemu družinskemu članu/članici oziroma zanemarjanje ali zalezovanje žrtve in telesno kaznovanje otrok.

Zakon o preprečevanju nasilja v družini

FIZIČNO NASILJE je vsaka uporaba fizične sile ali grožnja z uporabo fizične sile, ki žrtev prisili, da kaj stori ali opusti ali da kaj trpi ali ji omejuje gibanje oziroma komuniciranje in ji povzroči bolečino, strah ali ponižanje, ne glede na to, ali so nastale telesne poškodbe.

klofutanje, brcanje, ožiganje kože, udarci, obmetavanje s predmeti, odrivanje, zvijanje rok, lasanje, davljenje, porivanje, grožnja ali napad z nožem ali orožjem ipd.

SPOLNO NASILJE so ravnanja s spolno vsebino, v katera žrtev ne privoli, je vanje prisiljena ali zaradi svoje stopnje razvoja ne razume njihovega pomena, grožnje z uporabo spolnega nasilja, ter javna objava spolnih vsebin o žrtvi.

poljubljanje, otipavanje, slačenje, opazovanje ali neželene dotiki, ki so za vas mučni ali vas prizadenejo, prisiljevanje v spolne odnose, pošilstvo (tudi s strani partnerja) ipd.

PSIHIČNO NASILJE so ravnanja in razširjanje informacij, s katerimi oseba, ki povzroča nasilje, pri žrtvi povzroči strah, ponižanje, občutek manjvrednosti, ogroženosti in druge duševne stiske, tudi če so storjena z uporabo informacijsko komunikacijske tehnologije.

zmerjanje, lažne obtožbe, zasmehovanje, zastraševanje, zbujanje občutka krivde, omejevanje druženja s sorodstvom ali prijateljicami/prijatelji, ljubosumje, žaljenje, poniževanje, kričanje, 'tih dnevi', blatenje ipd.

EKONOMSKO NASILJE je neupravičeno nadzorovanje ali omejevanje pri razpolaganju z denarjem/premoženjem, neizpolnjevanje finančnih oziroma premoženjskih obveznosti ali prelaganje teh obveznosti na žrtev.

nadzorovanje porabe denarja, neplačevanje preživnine, odvzem ali poraba vašega denarja, omejevanje pravice do zaposlitve, prisila k podpisu pogodbe/oporoke, odklanjanje dela in skrbi za družino ipd.

ZANEMARJANJE je oblika nasilja, kadar oseba, ki povzroča nasilje, opušča dolžno skrb za žrtev, ki jo potrebuje zaradi bolezni, invalidnosti, starosti, razvojnih ali drugih osebnih okoliščin.

odtegovanje življenjsko potrebnih stvari, npr. zdravil, hrane, pripomočkov, opuščanje nege ipd.

ZALEZOVANJE je naklepno ponavljajoče se neželeto vzpostavljanje stika, zasledovanje, fizično vsiljevanje, opazovanje, zadrževanje na krajih, kjer se žrtev giba ali druga oblika neželenega vdora v življenje žrtve.

**POGOSTO SE OBLIKE NASILJA
MEDSEBOJNO PREPLETAJO.**