



Informator

**DLA OSÓB DOTKNIĘTYCH PRZEMOCĄ DOMOWĄ
W GMINIE DOLICE**

Zjawisko przemocy domowej nadal przez wiele środowisk jest traktowane, jako sytuacja wstydliva, upokarzająca, odbywająca się za zamkniętymi drzwiami.

Dotyka osób z różnych środowisk.

Jednym z głównych zadań gminy jest prowadzenie kampanii społecznych, które obalają stereotypy i mity na temat przemocy domowej. Kampanie mają na celu podnosić poziom wiedzy i świadomości społecznej w zakresie przemocy domowej.

Aby wyjść naprzeciw potrzebom opracowaliśmy informator skierowany nie tylko do osób dotkniętych przemocą domową, ale też do osób, które są świadkami przemocy.

Informator stanowi kompendium wiedzy o zasobach gminy w zakresie przeciwdziałania przemocy, zawiera najważniejsze informacje na temat zjawiska przemocy domowej, wskazuje instytucje, w których osoby pokrzywdzone otrzymają pomoc.

**PRAWO ZABRANIA STOSOWANIA PRZEMOCY I KRZYWDZENIA SWOICH
BLISKICH - TO PRZESTĘPSTWO, ŚCIGANE PRZEPISAMI KODEKSU KARNEGO.**

**JEŚLI TY LUB KTOŚ Z TWOJEJ RODZINY, JEST OFIARĄ PRZEMOCY ZE STRONY
OSOBY NAJBLIŻSZEJ - NIE WSTYDŹ SIĘ PROSIĆ O POMOC.**

REAGUJ JAK SŁYSZYSZ PRZEMOC W SĄSIEDZTWIE.

PRAWO JEST PO WASZEJ STRONIE.

Czym jest przemoc domowa?

Przemoc domowa w Ustawie o przeciwdziałaniu przemocy domowej, została zdefiniowana w art.2 pkt 1 i zgodnie z tą definicją należy przez to rozumieć:

jednorazowe albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie, wykorzystujące przewagę fizyczną, psychiczną lub ekonomiczną, naruszające prawa lub dobra osobiste osoby doznającej przemocy domowej, w szczególności:

- a) narażające tę osobę na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia lub mienia,
- b) naruszające jej godność, nietykalność cielesną lub wolność, w tym seksualną,
- c) powodujące szkody na jej zdrowiu fizycznym lub psychicznym, wywołujące u tej osoby cierpienie lub krzywdę,
- d) ograniczające lub pozbawiające tę osobę dostępu do środków finansowych lub możliwości podjęcia pracy lub uzyskania samodzielności finansowej,
- e) istotnie naruszające prywatność tej osoby lub wzbudzające u niej poczucie zagrożenia, poniżenia lub udręczenia, w tym podejmowane za pomocą środków komunikacji elektronicznej;

RODZAJE PRZEMOCY:

- **Przemoc fizyczna** czyli naruszanie nietykalności fizycznej m.in. uderzanie, popychanie, bicie, odpychanie, duszenie, szarpanie itp.
- **Przemoc psychiczna** czyli naruszanie godności osobistej to m.in. karanie przez odmowę uczuć, zainteresowania, poniżanie, wyśmiewanie, upokarzanie, kontrolowanie, ograniczanie kontaktów, nieustanna krytyka, narzucanie własnych sądów, wyzywanie, zawstydzanie, stosowanie gróźb, izolacja, groźba zabójstwa, wymuszanie posłuszeństwa itp.
- **Przemoc seksualna** czyli naruszanie intymności m.in. wymuszanie pożycia seksualnego (również w małżeństwie), molestowanie seksualne, wymuszanie nieakceptowanych przez partnera zachowań seksualnych, gwałt, zmuszanie do oglądania pornografii itp.
- **Przemoc ekonomiczna** czyli naruszanie własności m.in. odbieranie zarobionych pieniędzy, uniemożliwianie podjęcia pracy, niezaspokajanie materialnych potrzeb rodziny. Sprawca używa pieniędzy albo innych środków materialnych do stworzenia relacji władzy i kontroli, podporządkowania partnera sobie albo przerwania na niego

odpowiedzialności za utrzymanie domu, zaciąganie kredytów bez wiedzy i zgody partnera itp.

➤ **Zaniechanie** - naruszanie obowiązku do opieki ze strony osób bliskich. Jest formą przemocy ekonomicznej i oznacza np.: nie dawanie środków na utrzymanie, pozbawianie jedzenia, ubrania, schronienia, brak pomocy w chorobie itp.

Przemoc charakteryzuje się:

- intencjonalnością zachowania sprawcy,
- wykorzystywaniem przewagi sił,
- naruszaniem prawa i dobra osobistego,
- poczuciem krzywdy i cierpienia u osób doświadczających przemocy.

CZY JESTEŚ OFIARĄ PRZEMOCY DOMOWEJ ?

Czy zdarza się, że ktoś bliski:

- popycha, policzkuje, bije, szarpie cię,
- traktuje cię w sposób, który cię rani,
- obrzuca cię obelgami lub wyzwiskami,
- zmusza do robienia poniżających rzeczy,
- domaga się ograniczenia twoich kontaktów z bliskimi, znajomymi,
- kontroluje w pełni wszystkie wydatki w domu i karze ci prosić o pieniądze,
- skłania cię do kontaktów seksualnych, nawet, jeśli nie masz ochoty,
- uważa, że zasługujesz na złe traktowanie,
- uważa, że powyższe rzeczy robisz dla swojego dobra.

Co możesz zrobić, kiedy doświadczasz przemocy domowej ?

1. Znajdź się jak najdalej od źródła zagrożenia. W każdy możliwy sposób skontaktuj się z Ośrodkiem Pomocy Społecznej.
2. Przygotuj plan ucieczki oraz najpotrzebniejsze rzeczy, aby w razie zagrożenia opuścić dom. Nie informuj sprawcy o swoich planach.
3. Pamiętaj, że także media społecznościowe mogą pomóc zaalarmować odpowiednie instytucje.
4. Jeśli zostałaś/eś pobita/y udaj się do lekarza w celu uzyskania niezbędnej pomocy oraz dokumentacji. Lekarz ma obowiązek wystawić bezpłatne zaświadczenie, w którym opisz obrażenia.

5. Nie ukrywaj przed bliskimi tego, co dzieje się w twoim domu. Nie wstydz się.
6. Poproś sąsiadów, aby reagowali na odgłosy awantur i wzywali policję.
7. Złóż zawiadomienie o przestępstwie na policję lub do prokuratury. Wtedy osoba stosująca przemoc może ponieść konsekwencje za swoje zachowanie.
8. Jeśli jest to możliwe, wzywaj policję w sytuacji zagrożenia. Skuteczna interwencja polega na zatrzymaniu sprawcy, jeśli stwarza zagrożenie dla otoczenia. Domagaj się, aby policjanci wypełnili „Niebieską Kartę” – będzie to początek interdyscyplinarnej pomocy dla ciebie i twojej rodziny.
9. Nie musisz być sam/a ze swoimi problemami, są specjaliści i instytucje, które mogą pomóc w trudnej sytuacji i szybkim rozwiązaniu problemów.

Gdzie szukać pomocy ?

W celu uzyskania kompleksowej pomocy możesz zgłosić się do właściwej instytucji:

- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
- Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie
- Gminnego Zespołu Interdyscyplinarnego
- Policja
- Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
- Ośrodek Zdrowia
- Prokuratura
- Ogólnopolskiego Pogotowia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”
- Stowarzyszenia na Rzecz Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”

Wykaz instytucji pomocowych:

L.p.	Nazwa instytucji	Adres	Telefon kontaktowy
1	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej Numery telefonów do pracowników socjalnych z poszczególnych terenów:	Dolice, ul. Ogrodowa 16	91 564 01 83
	(Kolin, Krępczewo, Brańcin, Rzeplino, Trzebień, Lipka, Brzezina, Warszyn, Płoszkowo, Dolice ul. Kolejowa, Kolonia i Dworcowa)		530 423 816

	(Żalęcino, Moskorzyn, Morzyca, Pomietów, Strzebielewo, Dobropole, Boguszyce, Skrzany, Dolice ul. Pyrzycka, Woj.Polskiego, Spacerowa, Wierzbowa, Słoneczna)		530 422 317
	(Ziemomyśl A, Ziemomyśl B, Sądów, Sądówko, Komorowo, Przewłoki, Szemielino, Mogielica, Dolice ul. Wiśniowa, Pogodna, Ogrodowa, Wiejska, Spokojna)		535 262 227
2	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Stargard, ul. Skarbowa 1	91 48 04 909
3	Policja	Dolice, ul. Ogrodowa 16	112
4	Ośrodek zdrowia	Dolice, ul. Wojska Polskiego 4	91 577 58 05
5	Ogólnopolski telefon dla ofiar przemocy w rodzinie „Niebieska Linia” czynny całą dobę		800 120 002
6	Centrum Socjalne Caritas w Stargardzie	Stargard, ul. Krasieńskiego 19	91 578 08 43
7	Stowarzyszenie SOS dla rodziny	Szczecin, ul. Energetyków 10	663 606 609
8	Stowarzyszenie Rodzin Katolickich Archidiecezji Szczecińsko- Kamieńskiej	Szczecin, ul. Gryfińska 3	601 888 566
9	Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar przemocy w rodzinie	Świnoujście, ul. Dąbrowskiego 4	91 322 54 60
10	Ogólnopolski telefon zaufania dla dzieci i młodzieży		116 111
11	Gminne Komisje Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	Dolice, ul. Ogrodowa 16	91 564 01 29
12	Schronisko dla kobiet i dom dla matki z dzieckiem	Szczecin, ul. Piaseczna 4	91 462 13 29

W czym pomogą Ci w/w instytucje:

- **Ośrodki Pomocy Społecznej** - pomogą Ci w sprawach socjalnych, bytowych i prawnych.
- **Powiatowe Centra Pomocy Rodzinie** – pomogą Ci w zakresie prawnym, socjalnym, terapeutycznym lub udzielą informacji na temat instytucji świadczących taką pomoc w Twojej miejscowości lub okolicy.
- **Policja i prokuratura** – organy, do których możesz złożyć zawiadomienie o przestępstwie popełnionym na Twoją szkodę, twoich bliskich lub sąsiadów, uzyskać informacje o dalszym postępowaniu. Telefony policji 997 lub 112 połączenia bezpłatne.
- **Ośrodek Zdrowia** – placówka medyczna, w której możesz uzyskać zaświadczenie lekarskie doznanych obrażeń, poprosić o pomoc lekarską.
- **Ogólnopolski telefon dla ofiar przemocy w rodzinie i telefon zaufania dla dzieci i**

młodzieży – jeśli doznałeś aktów przemocy ze strony najbliższej osoby lub jesteś narażony na doznanie takich ataków, możesz zwrócić się również o pomoc, świadczą pomoc psychologiczną, prawną, dostępne całą dobę.

- **Ośrodki Wsparcia i Ośrodki Interwencji Kryzysowej, Schroniska dla Kobiet** zapewniają schronienie Tobie i Twojej rodzinie, udzielą Ci pomocy i wsparcia w przezwyciężeniu sytuacji kryzysowej, zapewnią bezpłatne schronienie Tobie i twojej rodzinie, opracują plan wsparcia, udzielą Ci specjalistycznej pomocy: psychologicznej, prawnej, socjalnej, terapeutycznej, medycznej.
- **Gminne Komisje Rozwiązywania Problemów Alkoholowych** – jeśli przemoc w twoim domu towarzyszy alkohol możesz zwrócić się do nich z wnioskiem o skierowanie sprawcy na leczenie odwykowe lub uzyskasz inną pomoc związaną z nadużywaniem alkoholu przez sprawcę przemocy domowej.

Cykle przemocy domowej:

FAZA BUDOWANIA NAPIĘCIA – cechuje ją stopniowy wzrost napięcia i agresywności sprawcy, przejawiający się poirytowaniem, pobudzeniem psychicznym, szukaniem zaczepki.

Zachowania osoby doświadczającej przemocy domowej skoncentrowane są na spełnianiu oczekiwań sprawcy.

Doświadczanie przemocy domowej - myśli i uczucia.

W sytuacji przemocy osoba doświadczająca jej ma sprzeczne myśli i uczucia, gdyż sytuacja ta jest dla niej bardzo trudna.

Najczęstsze uczucia to:

- strach, przerażenie,
- smutek, apatia,
- rozpacz i złość,
- uczucie wstydu za postępowanie sprawcy,
- bezradność,
- miłość, czułość, troska, chęć opieki- zwłaszcza w fazie miesiąca miodowego,
- nadzieja, że sprawca się zmieni...

Myśli towarzyszące ofierze są nieadekwatne do sytuacji, w jakiej się znalazła i krążą wokół stereotypów:

- „we wszystkich rodzinach jest podobnie”
- „nie można ujawniać spraw rodzinnych”
- „to przez moje zachowanie”
- „nie mogę pozbawić dzieci ojca / matki”
- „to był jednorazowy incydent, przemoc dotyczy rodzin patologicznych”
- „to moja wina, to ja go sprowokowałam”
- „nie powinnam spotykać się ze swoimi znajomymi, on ich nie lubi”
- „powinnam zaspokajać jego potrzeby”
- „nie bije mnie, to nie przemoc”
- „jak nie pije alkoholu, jest dobrym człowiekiem”...

Prawa ofiar przemocy domowej

Masz prawo do:

- życia w rodzinie wolnej od przemocy domowej,
- ochrony prawnej twojego życia, czci i dobrego imienia oraz do samodzielnego decydowania o swoim życiu osobistym,
- żądania od organów władzy publicznej ochrony Ciebie oraz twojej rodziny szczególnie dzieci przed przemocą ze strony osoby Ci bliskiej,
- zapewnienia tobie i rodzinie schronienia,
- zapewnienia natychmiastowej pomocy (schronienie, pomoc medyczna, psychologiczna, prawna, jeśli zachodzi konieczność finansowa),
- żądania od organów ścigania wszczęcia postępowania wobec osoby stosującej przemoc,
- usunięcia osoby stosującej przemoc z mieszkania podczas interwencji policji.

Świadek przemocy domowej

Jeśli jesteś świadkiem przemocy domowej nie przechodź obojętnie pamiętaj, że twoja interwencja może zapoczątkować proces wychodzenia z przemocy osoby pokrzywdzonej, ale przede wszystkim może pomóc zapewnić bezpieczeństwo osobie pokrzywdzonej, w razie potrzeby skontaktuj się z wymienionymi instytucjami.

Podczas interwencji w rodzinie gdzie stosowana jest przemoc domowa wdraża się procedurę „Niebieskiej Karty”.

Procedura „Niebieskiej Karty”- obejmuje ogół czynności podejmowanych i realizowanych przez przedstawicieli jednostek organizacyjnych tj.:

- Pomoc Społeczna,
- Policja,
- Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, (kiedy przemocy w rodzinie towarzyszy alkohol),
- Oświata, (kiedy w rodzinie są dzieci uczęszczające do szkoły),
- Ochrona Zdrowia,
- Kurator Sądowy(kiedy pracuje z rodziną)

Wymienione instytucje mają na celu pomoc rodzinie rozwiązać sytuacje kryzysową, opracować i realizować plan pomocy dla rodziny, udzielić innej potrzebnej pomocy, udzielić osobie pokrzywdzonej kompleksowych informacji.

Działania na rzecz przeciwdziałania przemocy domowej w rodzinie podejmuje Zespół Interdyscyplinarny, który integruje i koordynuje działania w/w instytucji oraz specjalistów w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie w obrębie gminy.