

Mednarodni dnevi boja proti nasilju nad ženskami, otroki in nasilju v družini 25.11. – 10.12.

Generalna skupščina Združenih narodov je mednarodne dneve boja proti nasilju razglasila z namenom ozaveščanja svetovne javnosti o razsežnostih različnih vrst nasilja nad ženskami.

Svetovni statistični podatki kažejo, da se največ nasilja nad ženskami dogaja v družini.

Doživljate nasilje?

- Je partner do vas fizično nasilen (klofute, lasanje, udarci, brce, zapiranje iz/v stanovanja, davljenje, potiskanje, pljuvanje, ožiganje kože, ipd.)?
- Vas partner namenoma spravlja v nevarnost (npr. s prehitro vožnjo)?
- Ali vaš partner uničuje vaše stvari in dom?
- Je partner nasilen tudi do vaših otrok?

Fizično nasilje

Doživljate nasilje?

- Vam partner grozi, da vam bo onemogočil stike z otroki oziroma jih poškodoval?
- Doživljate žaljivke, zmerljivke, poniževanje, grožnje, kritiziranje, zasmehovanje, vas zasramuje pred drugimi ljudmi?
- Vas partner nadzoruje in ustrahuje z grozečimi pogledi, dejanji ali smrtjo?
- Vam partner grozi z orožjem oz. ali poseduje orožje?

Doživljate nasilje?

- Vas partner sili v uživanje drog in/ali alkohola?
- Ali vam partner onemogoča lastne odločitve in vas omejuje pri zaposlovanju in izobraževanju?
- Vam partner pregleduje telefon, sporočila, komunikacijo preko družbenih omrežij ali jih onemogoča?

Doživljate nasilje?

- Je vaš partner pretirano ljubosumen (na vas, vaše prijatelje in sorodnike)?
- Vas spremlja oziroma nadzira na delovnem mestu ali drugje?
- Vam partner grozi, da bo poškodoval ali ubil vašega hišnega ljubljence?

Doživljate nasilje?

- Vas partner sili v spolna dejanja, ki vam povzročajo nelagodje, strah, ponižanje: gledanje pornografskih vsebin, slačenje, golo fotografiranje, snemanje, spolni odnos z drugo osebo?
- Ste bili posiljeni?

Doživljate nasilje?

- Ali vaš partner ne želi prispevati za skupne stroške, nadzoruje vašo porabo denarja?
- Vas partner izsiljuje za denar ali dragocene predmete?
- Ali vaš partner pričakuje, da s svojim denarjem poravnate njegove stroške, dolgove, plačujete za skupne aktivnosti, ...?

Doživljate nasilje?

- Vas (nekdanji) partner zasleduje in čaka na različnih krajih, brez, da bi bili dogovorjeni?
- Pošilja vaš (nekdanji) partner za vami nekoga, da vas nadzira?
- Vam (nekdanji) partner nenehno pošilja darila, vas kliče in vam pošilja sporočila?

Doživljate nasilje?

- Ali vaš partner ne poskrbi oz. opušča dolžno skrb za vas, ki jo potrebujete zaradi bolezni, invalidnosti, starosti ali drugih osebnih okoliščin (vam odreka zdravniško pomoč, hrano, življenjske potrebščine in skrb za higieno, ...)?

Doživljate nasilje?

- Vas partner snema ali slika brez dovoljenja?
- Objavlja vaš partner različne posnetke, slike, ... na katerih se nahajate, brez vašega dovoljenja?
- Je partner ustvaril lažni profil z vašim imenom in identiteto?
- Je vaš partner namestil sledilne naprave na telefon, avtomobil, ...?



V kolikor je vaš odgovor na katero od zastavljenih vprašanj

**DA,
DOŽIVLJATE NASILJE.**

UKREPAJTE!

Poti iz nasilja...

➤ **NASILJE PRIJAVITE**

Prijavo nasilja v družini lahko podate po telefonu, po e-pošti ali tako, da se osebno zglasite na najbližji policijski postaji, centru za socialno delo ali okrožnem tožilstvu.

Prijavo nasilja lahko podate osebno na policijski postaji, preko klica na **113** ali **anonimno** na **080 1200**.

Poti iz nasilja...

➤ **UMAKNITE SE IZ NASILNE/NEVARNE SITUACIJE IN NE DOPUŠČAJTE NASILJA**

fizičen umik iz nevarnega okolja oz. od povzročitelja nasilja

➤ **OBRNITE SE PO STROKOVNO POMOČ**

center za socialno delo, policija, osebni zdravnik, nevladne organizacije,...

Poti iz nasilja...

➤ **ZAUPAJTE SVOJO STISKO ZAUPNI OSEBI**

(sorodnica, prijateljica, sodelavka, učiteljica v šoli, ...)

➤ **INFORMIRAJTE SE**

(različne spletne strani: Društvo SOS, DNK, Mreža prve pomoči, Policija, varne hiše, materinski domovi, ...)

Kako lahko odgovorno ravnate, če VI opazate nasilje?

- Ne obračajte se stran.
- Nasilja ne spreglejte in ne preslišite.
- Žrtev nasilja računa na našo pomoč.
 - Žrtvi nasilja verjamemo.
 - Žrtvi nasilja nudimo podporo.

NASILJE PRIJAVITE!

- imate možnost podaje anonimne prijave na telefonsko številko **080 1200**
 - preko telefona na **113**
- osebno na najbližji policijski postaji, centru za socialno delo ali okrožnem tožilstvu

POMEMBNO JE VEDETI...

Za nasilje je vedno odgovorna oseba, ki povzroča nasilje.

Žrtev nasilja ni nikoli soodgovorna za nasilje, ne glede na to, kaj reče ali naredi.

Nasilje je odločitev osebe, ki povzroča nasilje.

Nasilje v partnerski zvezi je resna težava in kaznivo dejanje.

Nasilno vedenje se bo ustavilo, ko se bo oseba, ki nasilje povzroča, odločila, da bo prenehala s svojim nevarnim in škodljivim vedenjem, ali ji bodo to onemogočile institucije s svojimi ukrepi.

Miti o nasilju

Mit št. 1: Če bi res želel/želela oditi, bi že odšel/odšla.

Sofija

Prijateljica mi je že večkrat povedala, da je njen fant do nje nasilen.

Če bi ga res hotela pustiti, bi že zdavnaj odšla.

Ina

Veliko razlogov je lahko, zakaj ga ne zapusti. Lahko jo je strah, sram ali se počuti krivo. Morda nasilja ne prepozna ali pa ji razhod preprečuje osebno prepričanje, upanje, da se bo spremenil in podobno. Morda se za razhod ne zmore odločiti, ker upa, da se bo spremenil, ali pa meni, da je treba v odnosu za vsako ceno vztrajati.

Mit št. 2: V urejenih družinah ni nasilja.

Bor

A si slišu za modela, ki je pretepu svojo punco? Nikol si tega ne bi mislu. Mali, skuliran, ne pije alkohola in prihaja iz urejene, premožne družine.

Erik

Tipičen povzročitelj in tipična žrtev ne obstajata. Oseb, ki se vedejo nasilno, ne moremo prepoznati po zunanjem videzu. Nasilje se dogaja v vseh družbenih slojih, ne glede na izobrazbo, narodnost ali versko prepričanje staršev in družine. Tudi alkohol ali revščina nista nikoli vzrok za nasilje, sta le del težave.

Mit št. 3: Prijava nasilja ne bo nič pomagala, vse se bo še bolj zapletlo.

Zarja

Nikar ne prijavi nasilja! Kaj ne veš, da se tako zadeve še bolj zakomplicirajo in se nikoli ne rešijo? Bodi raje tiho.

Zora

Malo je verjetnosti, da se bo nasilje končalo samo od sebe. Prijava nasilja lahko ustavi ali bistveno zmanjša nasilje. Službe, kot so policija, sodišče, centri za socialno delo in nevladne organizacije, so namenjene temu, da pomagajo in prispevajo k varnosti ter nudijo potrebno podporo.

Mit št. 4: Nasilje je enako konflikt.

Luka

Ko bom mel punco, se z njo ne bom kregal, ker ne želim biti nasilen.

Jaka

Med nasiljem in konfliktom je velika razlika. Do konflikta pride, ko imata dve osebi različni, nasprotujoči ali izključujoči se želji. Namen reševanja konfliktov je priti do dogovora, ki bo sprejemljiv za obe osebi, ki sta udeleženi v reševanju konflikta. Namen nasilja pa je, da povzročitelj žrtev poniža, si jo podredi, ji vsili svojo voljo in ji škoduje. Konstruktivno reševanje konfliktov se lahko odvija med osebama v odnosu, kjer je moč enakomerno porazdeljena. Pri nasilju pa gre za zlorabo moči ter za odnos, kjer moč ni razporejena enakomerno. V vsakem odnosu pride do konfliktov, v nobenem pa ne bi smelo priti do nasilja.

V zvezi, ki ni nasilna...

- Lahko imam svoje mnenje in ga izrazim brez skrbi in strahu.

- Imam pravico do odločanja o svojem telesu, intimnosti, čustvovanju, razmišljanju, mnenju in lastnini.

 - Spoštovana sem s strani partnerja.

- S partnerjem sem v enakovrednem položaju in moje potrebe so enako pomembne kot potrebe partnerja.

 - V najini zvezi vlada medsebojno spodbujanje in podpiranje.

 - Počutim se varno.

 - S partnerjem se lahko dogovarjava in sklepava kompromise.

 - Imava spolne odnose, ko si to želiva oba.

 - Imam pravico in možnost do zaščitenih spolnih odnosov.

 - Nisem omejena in nadzorovana.

 - Lahko ohranjam stike z osebami, s katerimi si to želim.

- Lahko prekinem razmerje, če se tako odločim in me zaradi tega ni potrebno biti strah.



Pomoč je na voljo.

VARNA HIŠA ZA ŽENSKE IN OTROKE ŽRTVE NASILJA POMURJA



Ženskam z otroki ali brez otrok, ki doživljajo kakršno koli obliko nasilja, **nudimo možnost takojšnjega umika v varno bivalno okolje**, kjer si ob strokovni pomoči strokovnih delavk začnejo urejati življenje brez prisotnosti nasilja.

Oblike pomoči:

- Psihosocialna pomoč
- Informiranje in pomoč pri urejanju različnih pravic
- Zagovorništvo
- Pomoč in podpora pri organizaciji vsakdanjega življenja
- Pomoč pri zagotavljanju osnovnih življenjskih dobrin
- Možnost nadaljnjega sodelovanja in svetovanja po odhodu iz varne hiše
- Telefonsko svetovanje

Zaradi varnosti se varna hiša nahaja na tajni lokaciji. V varni hiši je bivanje omogočeno do enega leta.

DOSEGLJIVI SMO...

Vsak delavnik od ponedeljka do petka med 7:00 -20:00 na telefonsko številko **031 442 200** ali na elektronski naslov **vh.pomurja@gmail.com** .

Ponoči, med vikendi in prazniki pa je za nujne primere dosegljiva kontaktna številka policije 113.



(slika 1: <https://www.lupa-portal.si/pod-lupo/nasilje-nad-zenskami-kam-se-obrniti-po-pomoc/>)

PRVI POMURSKI MATERINSKI DOM S SVETOVALNICO



MATERINSKI DOM



Karitas

- zagotavlja varno nastanitev (enoti v Murski Soboti in v Svetem Juriju ob Ščavnici)
- je namenjen ženskam in materam z otroki v stiski
- uporabnikom nudi svetovanje, osebno pomoč, podporo pri vsakodnevnem življenju, zagovorništvo ipd.
- deluje v smeri, da se bodo uporabniki čim bolj opremljeni z novimi znanji za ravnanja vrnila na pot samostojnega in dostojanstvenega življenja



Dosegljivi smo **vsak dan** od 7.00 do 19.00 ure na telefonsko številko **031 522 685**

in na elektronski naslov **materinski.dom.ms@karitas.si**

PRVI POMURSKI MATERINSKI DOM S SVETOVALNICO



SVETOVALNICA



Karitas

Namenjena je:

- žrtvam nasilja in zlorab (ženskam, otrokom, starejšim in invalidom)
- bivšim uporabnicam namestitvenih programov
- vsem, ki ob različnih osebnih stiskah potrebujejo pogovor in informacije

Nudi:

- takojšnjo strokovno pomoč in podporo,
- varen prostor za pogovor in zaupen dialog,
- psihosocialno svetovanje,
- brezplačen in dostopen program, dostopen za celotno Pomurje...



Dosegljivi smo **vsak delovni dan** od 7.00 do 14.00 na telefon: **031 404 683**
in preko elektronske pošte **md.svetovalnica@gmail.com**

Zavetišče za brezdomne osebe

Tomšičeva ulica 16, Murska Sobota

- Edino tovrstno zavetišče v Pomurju.
- Podpora s ciljem povrnitve moči za nadaljnje življenje.
- Zmanjševanje tveganja za ponovni padec v brezdomstvo.



Telefon:
0599 32 520

Elektronska pošta:
zavetisce.ms@siol.net

Bivalna enota, Lemerje 20, Puconci

- Stanovanjska skupnost omogoča nastanitev in strokovno pomoč pri ohranitvi samostojnega in odgovornega življenja.



Pomoč na vratih – terensko delo s potencialnimi brezdomnimi osebami in zagovorništvo



- Pokrivamo območje celotne regije Pomurje.
 - Individualno delo na domu.
 - Reševanje kriznih situacij.
 - Pomoč pri ureditvi bivalnih pogojev.
- Pomoč pri urejanju statusa, pravic, ki iz tega izhajajo.
- Usposabljanje za finančno pismenost, skrb zase in svoj dom.
 - Vključevanje prostovoljcev.

Telefon:

070 336 663 ali 070 673 759

Elektronska pošta:

pomocnavratih@gmail.com

