

[RO] hungarian

INFORMATION PACK FOR WOMAN

IMPRINT

Copyright SUNIA GEEL project consortium © 2013
Daphne Project JUST/2009/DAP3/AG/1235
Project workstream 3



SUNIA GEEL – Prevent and combat violence
against children, young people and women and to
protect victims and groups at risk

For further informations please visit:
www.suniageel.eu

PROJECT- COORDINATOR

Exchange House
National Travellers Service
Great Strand Street 61
Dublin 1, Ireland
www.exchangehouse.ie
info@www.exchangehouse.ie



WS3

INFORMÁCIÓS CSOMAG NŐK SZÁMÁRA

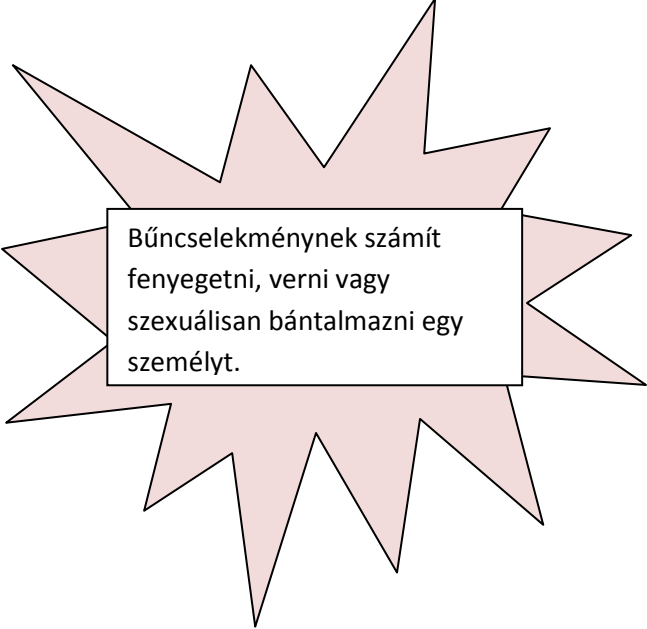


Daphne III Project JUST/2009/DAP3/AG/1235

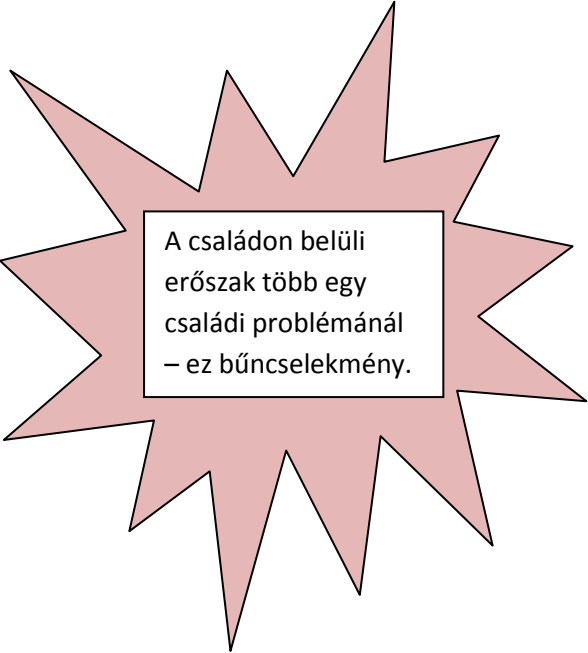


Cu sprijinul financiar al Programului Daphne III al Comisiei Europene 1

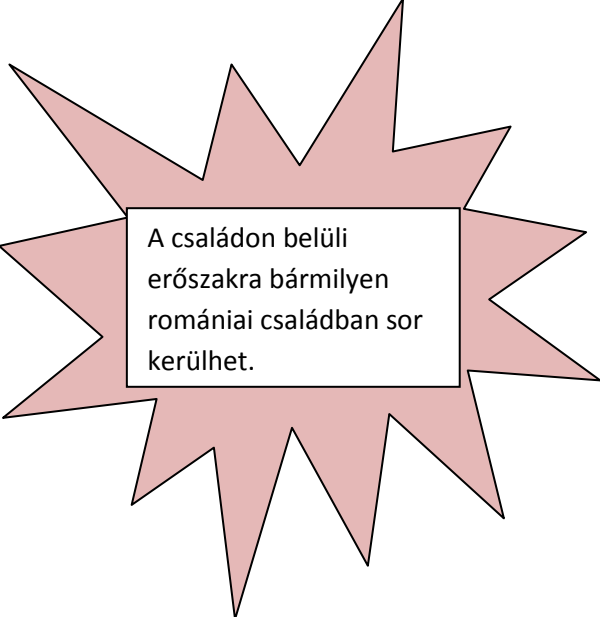
TUDTA, HOGY...?




Bűncselekménynek számít fenyegetni, verni vagy szexuálisan bántalmazni egy személyt.



A családon belüli erőszak több egy családi problémánál – ez bűncselekmény.



A családon belüli erőszakra bármilyen romániai családban sor kerülhet.



Soha sem létezik egy „jó” ok arra, hogy valaki bántalmazhassa a partnerét...

Miért ilyen nehéz elmenni ...?

Egy nő számára nagyon sok ok létezik, amiért erőszakos helyzetekben nehéz elhagynia otthonát. Ezek nem csak annak tudható be, hogy egy nő nem tudja hová menjen, vagy, hogy kitől kérjen segítséget.

Egy nő számára a következők miatt lehetnek félelmei:

- Fél, hogy elszigetelődik a családtól/társadalomtól
- Szorong amiatt, hogy a férj/család megfélemlíti
- Fél a férj/család erőszakától
- Fél a személye biztonságért
- Az intimitás hiánya
- A gyerekektől (fiúgyermek) való elszakadás félelme
- Fél attól, hogy a partner/ gyerekek/ család többi tagja nem lesz többé vele
- Fél attól, hogy a gyerekek gondozását nem folytathatja
- Fél attól, hogy a partnerét letartóztathatják



Előfordulhat, hogy:

Egy nő a bántalmazásért saját magát hibáztatja.

Egy nő a bántalmazás miatt szégyelli vagy rosszul érzi magát.

Egy nő érzi, hogy nincs komolyan véve.

Egy nő fél attól, hogy nem tud egyedül megbirkózni a helyzettel.



Védelmi rendelkezések

1. **Biztonsági rendelet:** megtiltja annak a személynek, aki ellen a rendelet ki lett állítva (okozó), hogy erőszakoskodjon vagy erőszakkal fenyegeessen. Ez nem kötelezi a személyt a lakás elhagyására. Amennyiben ez a személy normális esetben nem lakik a család házában vagy a határozatot igénylő személy közelében, a határozat megtiltja a felszólítottnak a gyerekek látogatását, akik a panasztevő felügyelete alatt vannak. Egy ilyen biztonsági rendeletet legtovább öt évre lehet kiállítani .

2. **Feltételes korlátozás:** Aki ellen kiállították a korlátozást el kell menjen és távol kell maradjon a határozatot igénylő személy lakhelyétől, és / vagy az ő felügyelete alatt levő gyerekektől. Ugyanakkor ez az irat olyan pontokat is tartalmazhat, amelyek a felszólítottnak megtiltják a az erőszakkal fenyegetéseket. A helyi bíróság három évre állíthat ki feltételes korlátozást amelyet felülvizsgálni is lehet. Egy korlátozó határozatot akkor lehet kérelmezni, ha a pár együtt élt hat hónapot egy kilenc hónapos periódusban.

Amikor a kérelmező benyújtja a bíróságra a biztonsági rendelet vagy feltételes korlátozás keresletét, ezzel egyidőben igényelhet egy védelmi rendeletet vagy ideiglenes feltételes korlátozást amíg vár a végleges bírósági döntésre.

3. **Védelmi rendelet:** Ez egy ideiglenes biztonsági rendelet. Ez addig biztosít védelmet a panasztevőnek amíg a bíróság dönt egy biztonsági alkalmazás mellett vagy egy korlátozó határozatot állít ki. Ez a határozat addig érvényes, amíg a bírósági meghallgatások folynak és a döntéshozatal megtörténik. Ez nem kötelezi a feljelentettet arra, hogy elhagyja a családi házat.

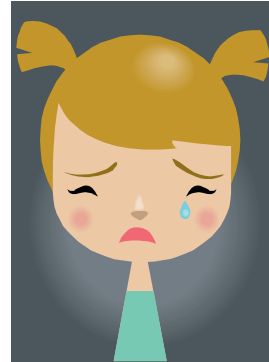
4. **Ideiglenes feltételes korlátozás:** Arra az időre érvényes, amíg a korlátozó kérelmet vizsgálja a bíróság és döntést hoz. A családon belüli erőszakra vonatkozó törvénynek (2002) megfelelően az ideiglenes feltételes korlátozás kérelmének benyújtásától számított 8 munkanapon belül össze kell üljön a bíróság. A testület azon a véleményen kell legyen, hogy azonnali veszély létezik, amely jelentős károkat okozhat az igénylőnek vagy hozzátartozó személynek, továbbá abban az esetben, ha a védelmi rendeletet nem állítják ki azonnal, ami védheti a feljelentőt vagy bármely más személyt.



Mit eredményez a családon belüli erőszak a nőn?

Fizikai hatások

- fog- és csonttörés
- véraláfutások
- hegesezés
- emésztési zavarok
- asztma
- vérrögök keletkezéséből adódó problémák/ szélütés (akut agyi érkatasztrófa)
- csökkentett fizikai működés
- bizonyos szerek túlzott használata
- étkezési zavarok
- alvatlanság



Érzelmi/pszichikai hatások

- depresszió
- stressz által okozott problémák - szorongás, pánikroham, fóbiák, traumákat követő stresszes állapot
- szétszórtság
- önpusztítás
- szégyen és önhibáztatás
- identitásvesztés érzete
- önértékelés hiánya és bizalmatlanság
- nehézkes döntéshozási készség
- remény hiánya, apátia, kétségbeesés
- kimerültség
- összezavartság
- öngyilkosság ötlete/ magányosságra való törekvés
- erőszakos lehet a gyerekekkel
- pszichoszomatikus tünetek



- sérült önbizalom és határozottság
- nehézségek a másokkal való kapcsolatteremtésben
- más anyagok használata



Szociális hatások:

- Erőltetett visszahúzódás a családtól, a barátoktól valamint a szociális interakciók elől
- Az autonómia elvesztése
- Bujdosás
- A külvilággal való kapcsolatvesztés érzete
- Lakásnéküliség

Anyagi hatások:

- nincs választása az anyagi kiadásokat illetően
- anyagilag függ a bántalmazótól
- a bántalmazó a bántalmazót „megveszi”
- nehézségek egy munkahely elfoglalásával kapcsolatban
- a bántalmazó ellenőzi a szociális támogatást
- koldulás
- lopás
- prostitúció



Szexuális hatások:

- erőszak
- nem kívánt terhesség
- nőgyógyászati hegek
- szexuális úton terjedő betegségek
- a szexuális étvágy elvesztése
- a választás hiánya a szexuális együttlétet illetően, vagy a fogamzásgátlót illetően
- szexuális megalázás
- kényszerítés pornográf anyagok megtekintésére
- prostitúció


Halálos hatások:

- A bántalmazó meggyilkolása

✘ Öngyilkosság

A családon belüli erőszak hatásai a gyerekre

<p>Fizikai hatások</p> 	<p>fáradtság hajhullás ekcéma hasi fájdalmak fejfájás túlsúly önkárosítás öngyilkosság izzadt/piszkos ágynemű magas vérnyomás asztma izomfeszülés</p>
<p>Érzelmi/pszichikai hatások</p> 	<p>Negatív érzések – hibáztatás, harag, zárkózottság, szényen, félelem, önhibáztatás alacsony öntisztelet stresszel kapcsolatos betegségek depresszió zárkózottság téves lojalitás önhibáztatás alkohol és kábítószer fogyasztással kapcsolatos problémák túlzott anyai függőség kései fejlődések problémás vagy túlteljesítés az iskolában étkezési zavarok a saját igényeinek elhanyagolása az anya mentális és fizikai állapota miatt öngyilkossági gondolatok</p>
<p>Szociális hatások</p>	<p>eltörpülés szociális inkompetencia gyenge szociális készség alacsony empátia szegényes interperszonális kapcsolatok</p>

	A viselkedésre kiható hatások	bűnözés alkohol és drogfogyasztás figyelemzavar agresszivitás kezdemenyezőkészség hiánya túlzott fizikai agresszivitás a bántalmazó viselkedésének lemásolása
---	--------------------------------------	---

Biztonság megtervezése a családon belüli erőszak helyzeteiben

Romániában a családon belüli erőszakot nagyon fontos problémaként kezelik.

Amikor erőszak áldozata vagy, az első számú szempont a nő és az ő gyerekeinek biztonsága. Egy nő számára az a legveszélyesebb pillanat, amikor kilép egy erőszakos kapcsolatból. Ekkor a bántalmazó nagyon dühös, a nő és a gyerekek és/vagy más családtagok meggyilkolásával fenyegetőzhet. Életbevágóan fontos, hogy a nőnek tervei legyenek agresszív helyzetekre, tehát előre tudja, hogy önmaga és a gyerekei biztonsága érdekében hogyan reagál. Nagyon fontos, hogy a cselekvést megelőzően legyen meg a biztonsági terv. A jól kigondolt biztonsági terv segít a nőnek, hogy tisztán gondolkodjon és gyorsan cselekedjen.

Bántalmazás ideje alatti biztonsági intézkedések

Egy nő nem mindig tudja elkerülni az erőszakot. A biztonsága növelése érdekében a következő stratégiák alkalmazhatóak:

- Tervezze meg, hogyan megy ki biztonságban a házból. Milyen ajtót, ablakot, liftet, lépcsőházat, tűzoltólétrát tud használni a kijutáshoz?
- Akkor amikor úgy érzi, hogy veszekedés vagy tettegesség következik, csökkentheti a fizikai bántalmazást (meg lehet próbálni egy olyan szobába átmenni, ahol van egy kivezető ajtó. Meg lehet próbálni elkerülni azokat a szobákat, ahol az elkövető könnyű fegyvereket találhat, például kést a konyhában. Kerülje az olyan tereket, ahol az elkövető könnyen meg tudja önt fogni, például fürdőszobában).
- Tartsa mindig készenlétben a kulcsokat és az autót. Hogyha lehetséges hagyjon egy rend kulcsot egy megbízható barátnál vagy rokonnál. Győződjön meg, hogy ez a személy pontosan tudja, miért kap kulcsot, ne bízsa a véletlenre, másként bármikor elhangozhat ez az információ a partnere előtt.
- Értesítse a közelebbi szomszédokat erről a helyzetről és kérje meg őket, hogy hívják a rendőrséget amikor furcsa zajokat hallanak az önök házából.
- Tanítsa meg gyerekeit hogyan hívhatják a 122 telefonszámot a rendőrség és a mentők kihívására.



- Dolgozzon ki egy kódrendszert a gyerekekkel, ennek értelmében a gyerekek hívhatnak segítséget.
- Használja az ítélőképességét a nehéz helyzetekben is, értsen egyet a partnerével, teljesítse a kérését azért, hogy meg tudja nyugtatni. Védje magát mindaddig, amíg a veszély teljesen el nem hárult.

A távozáskori biztonsági intézkedések

Készítsen nagyon pontos tervet, ha arra készül, hogy elhagyja a partnerét, hisz ez egy különösen veszélyes helyzet lehet önre nézve. Tudatosítsa, hogy azzal, hogy kilép a kapcsolatból nem jelenti feltétlenül a bántalmazások megszűnését is.

- Be kell látnia a gyerekek előtt, hogy valamikor a jövőben el kell hagyniuk a házat. Győződjön meg arról, hogy a gyerekek érettek arra, hogy ezt az információt titokba tartsák. Biztosítsa őket, hogy vigyázni fog rájuk, van terve mindezek lebonyolításához, de szüksége van az együttműködésükre.
- A tervet ismétlje és gyakorolja (tanítsa meg a gyerekeket is) így egy veszélyes helyzetben a gyerekek és ön biztonságban menekülhetnek.

- Beszéljék meg egy közös jelet, ami az ön és a gyerekek számára az indulás pillanatát jelzi.
- Ha van rá módja nyisson egy saját bankszámlát a megtarkításoknak, ez növeli az ön anyagi függetlenségét.
- Határozza meg kinél fognak lakni a gyerekek akár fizetség ellenében is.
- Egy megbízható személynél hagyjon egy „biztonsági tasakot” amely tartalmazzon pénzt, pótkulcsokat, illetve ruhákat és iratok fénymásolatait ön és a gyerekek számára.
- Legyen önnél mindig aprópénz és készpénz telefonálni vagy tömegközlekedésre

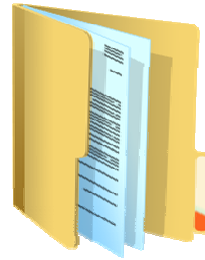


Mit vigyen magával

- Pénz, bankkártya, hitelkártya
- Címekeket tartalmazó notesz
- kulcs (ház/autó/iroda)
- Ruhák valamint tisztálkodási cikkek
- Kedvenc játékok és /vagy pokróc a gyerekeknek
- Személyazonossági iratok (hajtási igazolvány, útleveél, születési bizonyítvány) ön és a gyerekek számára
- Orvosi igazolások / gyógyszerek
- Iratok / lakásszerződések, bankkölcsön , jelzálog kifizetésének nyugtája
- fontos telefonszámok
- Egészségügyi biztosításokat illető információk
- Szociális ellátást igazoló iratok



- Iskolai iratok
- lakásszerződések, leasing papírok, hitelek vagy jelzáloggal kapcsolatos számlák
- Pénzügyi iratok
- Házassági vagy válási bizonyítvány
- Biztonsági rendelet
- Felügyeleti iratok
- Magas érzelmi töltetű tárgyak



A távozás utáni biztonság

Növelheti az ön biztonságát, az ha néhány emberrel tudatja, hogy elhagyja partnerét, ezek az emberek pedig nem szolgáltatnak információkat az ön volt partnerének. Ezek a személyek szükség esetén képesek lesznek segíteni önnek.

A következő lépésekkel növelheti az ön és gyerekei biztonságát:

- Abban az esetben, ha úgy gondolja, hogy az elkövető a munkahelyén fogja keresni, értesítse helyzetéről a főnökét, titkárnőt, biztonsági szolgálatot vagy az ön munkahelyéhez közel eső rendőrséget.
- Kérjen segítséget a munkatársaitól a munkahelyi hívások azonosításában.
- Próbáljon meg más személyekkel együtt távozni a munkahelyről vagy kérjen meg valakit, hogy autóval vigyék el.
- Hogyha vezetés közben történik valami probléma, jelezze egy rendőrnek, járőrnek, forgalmi rendőrnek vagy hajtson egy kórház fele, ahol az ön biztonságára ügyelni tudnak.
- Amennyiben tömegközlekedési eszközökkel utazik, szálljon egy megállóval hamarabb mint ahol az elkövető várhatja, vagy szóljon a sofőrnek, hogy lehet, hogy valaki követni fogja, vagy szálljon le más emberek társaságában.
- Próbáljon minél több szokásán változtatni.
- Vásároljon más üzletekből, mint amiket a bántalmazóval látogatott.
- Tartsa meg az összes bírósági döntés másolatát, illetve jegyezze fel azokat az órákat, dátumokat, amikor bántalmazások érték. Kérjen referenciát arra az esetre, ha újra szükség lesz jelteni a rendőrségen.

Az ön gyerekeinek a biztonsága

Nagyon fontos a biztonság és a személyi biztonság tervezése azon gyerekek számára, akik szülei erőszakkal küzdenek. Győződjön meg arról, hogy megtanította gyerekeit arra, hogyan védhetik meg magukat.

- Tanítsa meg a gyerekeit a telefon használata, segélyhívások kezdeményezésére, valamint arra, hogy kiket kell hívjon. Gyakorolja a gyerekekkel ezeket a műveleteket.
- Győződjön meg arról, hogy a gyerekek tudják a teljes nevüket és a pontos lakcímet.
- Beszélyen a gyerekekkel arról, hogy mennyire fontos az ön jövőbeli tartózkodási helyének, telefonszámának, címének a titokban tartása.
- Értesítse a történekről azokat a személyeket, akiknél a gyereki tartózkodnak, valamint arról, és tanácsolja, hogy mondják el kik azok a személyek akik elvihetik őket.
- Nyomatékosítsa, hogy milyen fontos a biztonság, valamint azt, hogy nem a gyerekek felelőssége vigyázni az anyjuk biztonságára.

Anyagi biztonság és függetlenség

Fontos felismernünk azt, hogy az anyagi kontroll az a tényező mi legszorosabban köt egy nőt egy erőszakos kapcsolathoz. Nemcsak a pénz hiánya az egyik stresszfaktor azzal, hogy korlátozza a saját és a gyerekei lehetőségeit, hanem az anyagi javakat illető intimitás hiányát is okozza. Ezek olyan viselkedések lehetnek, amelyeket a bántalmazó követ és kontrolálni akar. Az elkövető azért is uralhatja vagy figyelheti a nő kiadásait, hogy követni tudja merre jár, mit csinál és hol tartózkodik. Egy nő a következő képpen vigyázhat az intimitására:

- Használjon minél több készpénzt. Csökkentse a banki átutalásokat és az internetes kifizetéseket, mert lehet, hogy az elkövetőnek kellő információ van a birtokában, hogy el tudja érni telefonon az ön számláját.
- cseréljen ki minden bankszámla jelszót és korlátozza az internetes fizetéseket
- csak akkor rejtessen készpénzt, ha szüksége van rá



•saját nevére nyithat egy saját számlát ahhoz, hogy fenntartsa a függetlenségét. Hogyha attól fél, hogy az elkövető tudomást szerez erről, használjon alternatív lakcímet, ez segíthet a számla titokban tartásában.



Érzelmi biztonsági terv

Kimerítő hogyha ön egy erőszakos kapcsolatban él. Ahhoz, hogy az érzelmi energiákat meg tudja tartani és kibírja a lelkiileg nehéz időket a következő intézkedéseket teheti meg:

- Vegyen részt közösségi programokon, ezzel is csökkentve kizártság érzetet
 - keressen egy részmunkaidős állást / az elzártság érzet csökkentő képzésen vegyen részt
 - Más nővel együtt csatlakozzon egy támogató csapathoz, ezzel támogatás szerezhethet és fenntarthat kapcsolatot más személyekkel.
 - Töltsön időt olyan emberekkel, akik társaságában jól érzi magát és akik támogatják önt.
 - Vegyen részt szociális tevékenységeken, például filmvetítéseken, vacsorákon, sportoláson
 - Szánjon időt arra, hogy érzelmileg felkészüljön stresszes helyzetekre (partnerrel való beszélgetés, találkozás az ügyvédjével vagy bírósági tárgyalásokon való részvétel)
 - Legyen kreatív és tegyen meg mindent annak érdekében, hogy jól érezze magát.
- Vigyázzon magára.



Fontos telefonszámok

Rendőrség **112**

DGASPC

Menhely



DE

AT



Exchange House
National Travellers Service
Great Strand Street 61
Dublin 1, Ireland
www.exchangehouse.ie
info@www.exchangehouse.ie



IEIE – International Education
Information Exchange
Hölderlinplatz 2A
70193 Stuttgart, Germany
www.ieie.de, info@ieie.de



Verein Multikulturell
Bruneckerstraße 2 d, 3. Stock
6020 Innsbruck, Austria
www.migration.cc
office@migration.cc



ANUP- International
Bd. Nicolae Titulescu, nr.
163, sector 1, Bucuresti , cod
011137, Romania
www.updalles.ro
ileanaboeru@yahoo.com



PROLEPSIS
Prolepsis
Institute of Preventive Medicine
Environmental & Occupational Health
7 Fragoklisias Street, 151 25, Marousi
Athens Greece
www.prolepsis.gr, info@prolepsis.gr