
Jak można zadbać o swoje bezpieczeństwo gdy już zdecydujesz się opuścić znęcającego się nad Tobą partnera/partnerkę

Warto wiedzieć, iż decyzja kobiety o porzuceniu życia w roli ofiary, a co za tym idzie opuszczenie partnera, zwykle wzmagają jego agresję. Świadomość utraty kontroli nad partnerką może wywoływać ataki szału i gniewu. Jest to najbardziej niebezpieczny moment w procesie uwalniania się z krzywdzącego związku. Bywają tacy, którzy straszą śmiercią, inni posiadają broń i grożą jej użyciem w stosunku do ofiary czy też bliskich jej osób. Przystępcy dopuszczają się drastycznych, mało wysublimowanych form przemocy - wszystko to ma na celu zastraszenie i zatrzymanie.

PAMIĘTAJ - niebezpieczeństwo jest tym większe, im bardziej sprawca przemocy będzie miał do ciebie dostęp. Zapewnij więc sobie niezbędne środki bezpieczeństwa, podczas ucieczki nie bój się poprosić o pomoc znajomych, członków wspierającej cię organizacji czy nawet funkcjonariuszy policji.

Jeśli zaistnieje taka potrzeba zostaw wszelkie dobra materialne - i udaj się do najbliższego posterunku policji lub całodobowego punktu interwencji kryzysowej, np.:

* Miejskie Centrum Interwencji Kryzysowej w Poznaniu :

Punkt Interwencji Kryzysowej

ul. Niedziałkowskiego 30

61-578 Poznań

tel. 061 835 48 65, 061 835 48 66 - całodobowo

Hostel Interwencji Kryzysowej jest przeznaczony do krótkotrwałego pobytu dla osób i rodzin (mieszkańców Poznania) znajdujących się w trudnych sytuacjach życiowych, przeżywających kryzysy osobiste, rodzinne i społeczne.

Hostel realizuje swoje zadania poprzez:

- udzielenie krótkotrwałego (do 3 miesięcy) schronienia

- opracowanie wspólnie z mieszkańcem indywidualnego planu pomocy
- udzielenie pomocy psychologicznej, pedagogicznej, socjalnej
- doradztwo prawne

Hostel oferuje do dyspozycji mieszkańców:

- pokoje jedno lub dwu osobowe z węzłem sanitarnym
- pokoje rodzinne z aneksem kuchennym i węzłem sanitarnym
- kuchnie do wspólnego użytku, świetlicę i pokój zabaw dla dzieci, pralnię, suszarnię.

Siedziba: ul. Dolne Chyby 10

62-081 Przeźmierowo

tel/fax 0 61 816 06 78

Przedmioty zawsze można odzyskać przy asyście osób trzecich - zdrowia czy życia niestety nie da się zwrócić. Nigdy nie wstydź się zaistniałej kryzysowej sytuacji - to nie wina ofiary tylko przestępcy i z pewnością nie jest uwłaczającym godności chęć ratowania siebie i swojej rodziny. Im więcej osób wtajemniczysz w swój problem i naświetlisz sytuację życiową tym mniej sprawca przemocy będzie czuł się bezkarny, gdyż każda próba skrzywdzenia ciebie będzie miała świadków.

Rozważ możliwość zmiany nr telefonu, adresu e-mailowego, mieszkania, pracy, szkoły dzieci, by sprawca nie mógł cie nękać tą drogą. Sprawcy przemocy nierzadko właśnie za pośrednictwem telefonu próbują zastraszać czy wywierać presję, aby ofiary do nich powróciły.

Warto zapisać sobie nr tel. policji, dzielnicowego, pogotowia ratunkowego, wspierającej cię organizacji czy sąsiadów. Nie podawaj nowego adresu zamieszkania nawet gdyby przestępca usiłował na tobie wymusić kontakt z dzieckiem. Poproś o pomoc np. Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka. Za jego pośrednictwem i w ich siedzibie

można zorganizować wizytę ojca z dzieckiem niepozbawionego możliwości kontaktu z małoletnimi - będziesz bezpieczna. Załóż na pocztę skrytkę pocztową lub poproś organizację, z której pomocy korzystasz aby na ich adres przesyłano twoją korespondencję. PAMIĘTAJ - zgłaszając na policji zawiadomienie o popełnieniu przestępstwa masz prawo żądać utajnienia adresu zamieszkania. Porozmawiaj z dzielnicowym lub innym funkcjonariuszem policji o twojej sytuacji rodzinnej.

Warto wiedzieć, że funkcjonariusze, którzy nie podejmują czynności przewidzianych prawem mogą odpowiadać za zaniechanie czynności.

Żądaj aby za podczas każdej interwencji wypełnili niebieską kartę. Zmieniaj drogę do domu, godziny wyjścia z pracy, korzystaj z każdej możliwości uniknięcia kontaktu ze swoim oprawcą. Uprzedź nauczycieli w przedszkolu lub szkole dziecka o tym, jak wygląda twoja sytuacja w rodzinie.

Ureguluj sprawy rodzinne na drodze prawnej.

Pamiętaj - może się tak zdarzyć, że partner pomimo swojej winy będzie pierwszy dochodził swoich praw rodzicielskich w sądzie gdyż dla przestępcy sprawa sądowa nierzadko bywa pretekstem do przemocy, próbom udowodnienia swojej ofierze, że coś od niego zależy, że ma nad tobą kontrolę. Warto wiedzieć że: jeśli nie masz adwokata (z urzędu lub wyboru) nawet w sprawach, które toczą się przy drzwiach zamkniętych (jak rozwód), masz prawo wskazać dwie osoby, które będą ci towarzyszyły. Jeśli jesteś sama a boisz się opuścić budynek sądu zadzwoń po kogoś bliskiego z prośbą o pomoc, a wcześniej zgłoś swoje obawy sędziemu.

Opracowała: Marlena Łoszyńska