

## Kako planirati bijeg od zlostavljača:

- Budite spremni zvati 112 ako ste Vi ili Vaša djeca u opasnosti.
- Spremite na sigurno mjesto nešto novca i rezervne ključeve.
- Ispitajte svoja prava vezana uz bračne stečevine, imovinu, npr. razgovarajte s odvjetnikom
- Spremite kopije dokumenata na sigurno mjesto da Vam budu pri ruci ako budete odlučili otići (putovnica, domovnica, vjenčani list, rješenja suda)
- Recite za zlostavljanje nekome u koga imate povjerenja
- Izvijestite svog liječnika o bilo kakvim ozljedama kako bi postojao zapis o zlostavljanju.
- Razgovarajte s rodbinom i prijateljima o mogućnosti smještaja kod njih u slučaju hitne potrebe
- Nosite sa sobom popis najvažnijih brojeva: policija, rodbina, prijatelji, škola djece, odvjetnik, socijalna radnica, sigurna kuća i sl.
- Razmislite o planu bijega u slučaju nužde. Izvežbajte plan bijega i brinite da se u slučaju hitnosti izvučete na sigurno i Vi i Vaša djeca.
- Pripremite torbu za slučaj bijega. Spakirajte nešto odjeće, lijekove, novac, ključeve dokumente i male dječje igračke. Obavezno ponesite osobnu iskaznicu, zdravstvenu iskaznicu te bankovnu karticu!

**Od nasilja u obitelji pate i djeca. Vaša djeca emocionalno pate kada vide kako im majku zlostavlja partner.**

**Obiteljsko nasilje vrlo se rijetko dogodi samo jedanput.**

**Obično se s vremenom stanje pogoršava i nasilje se događa sve češće.**



**STOP  
NASILJU U  
OBITELJI!!!**



Ova publikacija dio je projekta projekta "Građani, policija i lokalna uprava zajedno prema participatornoj demokraciji" financiranog sredstvima Europske unije kroz Europski program za demokraciju i ljudska prava (engl. EIDHR).

Sadržaj i stavovi u publikaciji su isključivo odgovornost koordinatora, Centra za mir, nenasilje i ljudska prava Osijek i ne odražavaju nužno stavove Europske Unije.

[www.delhrv.ec.europa.eu](http://www.delhrv.ec.europa.eu)



[www.centar-za-mir.hr](http://www.centar-za-mir.hr)



**NASILJE U  
OBITELJI?!!**

**PREKINI ŠUTNJU  
ZAUSTAVI NASILJE**

Ako Vi ili netko koga poznajete trpi nasilje u obitelji **odmah djelujte:**

- ✓ nazovite policiju
- ✓ ili Centar za socijalnu skrb

**ZA NASILJE NEMA OPRAVDANJA!**



***Ako trpíte nasilje u obitelji vjerojatno se osjećate bespomoćni i usamljeni.***

Ali niste! Ima puno žena koje pate na sličan način, ali ima i puno ljudi i organizacija koji Vam mogu pomoći. Statistike pokazuju da je trećina žena u Hrvatskoj iskusila nasilje u svojoj obitelji. Nasilje se događa u svim društvenim grupama bez obzira na spol, dob, vjersku i nacionalnu pripadnost ili socijalni status.

### **Kako prepoznati nasilje u obitelji?**

Svako ponašanje Vašeg partnera koje dovodi do ozljeda je nasilje, ali postoje i drugi načini na koje Vas partner može zlostavljati:

**seksualno, emocionalno i mentalno.**

### **Na primjer:**

- prijeti da ćete Vas udariti ili ubiti Vas i djecu
- prisiljava Vas na spolni odnos protiv Vaše volje ili na način na koji Vama ne odgovara
- kritizira Vas ili omalovažava: kaže da ste ružni, beskorisni, loša partnerica ili nesposobni brinuti se za sebe
- izolira Vas od Vaše obitelji i prijatelja
- ne dozvoljava Vam da raspolazete novcem, da jedete ili spavate – čini Vas da se osjećate zatočena u vlastitom domu
- razbija stvari po kući ili prijeti da će porazbijati
- uhodi Vas i provjerava vaše telefonske razgovore, sms poruke i sl.

### **Zapamtite!**

- Niste sami.
- Vaš partner nema pravo tući niti verbalno ili seksualno zlostavljati Vas ili Vašu djecu. Napad je **KAŽNJIVA RADNJA**.
- Niste **VI** krivi niti odgovorni za zlostavljanje. Vaš partner je taj koji mora preuzeti odgovornost za svoje postupke.
- Nema **NIKAKVOG OPRAVDANJA** za nasilno ili prijeteće ponašanje.
- Nasilje nikada nije način za rješavanje sukoba u domu.
- Vi se **MOŽETE** izvući iz odnosa u kojem je nasilje i **KRENUTI DALJE**.

### **Kako dobiti pomoć?**

Ako osjećate da se Vi ili Vaša djeca nalazite u izravnoj opasnosti od Vašeg partnera tada vam prvi prioritet treba biti Vaša sigurnost i sigurnost Vaše obitelji.

**Nazovite 112 radi hitne policijske intervencije.**

**Nazovite Centar za socijalnu skrb** koji Vam može pomoći savjetodavnim razgovorom ili posredovanjem s drugim ustanovama vezano za Vaša prava.

### **Nazovite Sklonište za žrtve obiteljskog nasilja.**

Sklonište u Osječko-baranjskoj županiji:

**031 496 848** ili **099 5882 619**

Sklonište u Vukovarsko-srijemskoj županiji:

**032 414 910** ili **098 9824 641**

### **Nazovite udruhu koja djeluje na vašem području.**

Ženska udruga „Izvor“ Tenja – SOS telefon: **0800 200 151**

GORD, Građanska organizacija razvoja društva –

SOS telefon: **0800 200 008**

Udruga žena Dalj – **031 591 053**

Udruga žena Vukovar – **032 421 191**