



**NASILJE!** *kaj lahko storim?*

# VSEBINA

- 3** — Zakaj prebrati in shraniti to prilogo?
- 4** — Miti in dejstva o nasilju nad ženskami
- 5** — Nasilje nad ženskami v družini
- 6** — Potek nasilnega odnosa
- 8** — Ali ste žrtev nasilja?
- 10** — Kaj lahko naredite, če ste žrtev nasilja?
- 14** — Kako še povečate svojo varnost?
- 15** — Miti in dejstva o spolnem nadlegovanju na delovnem mestu
- 16** — Spolno nadlegovanje na delovnem mestu
- 18** — Trgovina z ljudmi
- 20** — Država je dolžna zaščititi žrtve nasilja
- 21** — Seznam nevladnih organizacij in varnih hiš
- 24** — Zaprisega o izbiri nenasilja

## NASILJE! Kaj lahko storim?

### IZDAJATELJ:

Društvo za nenasilno komunikacijo

PRILOGO SO PRIPRAVILE NEVLADNE ORGANIZACIJE: Amnesty International Slovenije, Društvo KLJUČ – Center za boj proti trgovini z ljudmi, Društvo za nenasilno komunikacijo, Društvo SOS telefon za ženske in otroke – žrtve nasilja, Društvo Ženska svetovalnica, Zavod Emma – Center za pomoč žrtvam nasilja

### UREDILA:

Špela Veselič, Društvo SOS telefon

### OBLIKOVANJE:

Matjaž Čuk, ARDI

TEHNIČNA UREDITEV IN PRIPRAVA ZA TISK:  
ARDI design&komunikacije

TISK: Delo, d. d.

NAKLADA: 120.000 izvodov

Izdajo in vlaganje priloge sta sofinancirala: Urad Vlade Republike Slovenije za enake možnosti in FIHO – Fundacija za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij v Republiki Sloveniji

Urad Vlade RS za enake možnosti ni odgovoren za informacije, ki jih vsebuje ta priloga, in za njihovo nadaljnjo uporabo, ker predstavljajo poglede avtoric / avtorjev.

Projekt je bil delno sofinanciran s podporo Ameriške ambasade. Mnenja, ugotovitve, zaključki ali priporočila, ki so v njej zapisani, ne odražajo nujno tistih, ki jih ima ameriško ministrstvo za zunanje zadeve.

⌘

CIP – Kataložni zapis o publikaciji  
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

343.615(035)

NASILJE! : kaj lahko storim? / [uredila Špela Veselič]. - Ljubljana : Društvo za nenasilno komunikacijo, 2007

ISBN 978-961-91732-1-3

1. Veselič, Špela  
235911936

# ZAKAJ PREBRATI IN SHRANITI TO PRILOGO?

Nasilje nad ženskami je široko razširjeno. Prisotno je povsod po svetu, ne glede na razvitost posamezne države ali družbe. Žrtve nasilja prihajajo iz različnih družbenih slojev, so različnih ras, narodnih pripadnosti, spolne usmerjenosti ipd. Prav tako povzročitelji nasilja.

Če govorimo o nasilju v družini in o nasilju nad ženskami, je težko govoriti o konkretnih številkah, saj se to najpogosteje dogaja za zaprtimi vrati, žrtve pa o nasilju, ki ga doživljajo, težko spregovorijo in le redko poiščejo pomoč. Zato je toliko pomembneje, da o njem spregovorimo nevladne organizacije.

Ženske, ki se zaradi doživljanja nasilja obrnejo na nevladne organizacije v Sloveniji, so najpogosteje žrtve nasilja s strani svojih (bivših) partnerjev, oziroma tistih, ki so jim (bili) najbližji. Oblike nasilja, ki jih doživljajo, so različne. Od brc, klofut, udarcev s pestjo, žalitev do spolnih napadov in posilstev, psihičnih pritiskov, vsakodnevnega ustrahovanja in jemanja denarja. Njihova pripovedovanja so zaznamovana z bolečino, strahom, osuplostjo in občutkom brezizhodnosti. Naj na tem mestu pojasnimo, da izraz žrtev nasilja podpisane nevladne organizacije uporabljamo v smislu »preživela nasilje«, in na žrtev nasilja nikakor ne gledamo kot na pasivno in nedejavno osebo.

Nemalo žensk in deklet v svojem vsakodnevnem življenju doživlja tudi različne druge oblike nasilja, kot so spolno nadlegovanje, spolno izkoriščanje, poniževanje, zalezovanje. Izjemno razširjeno nasilje nad ženskami je nasilje, povezano z izkoriščanjem njihovih teles, kot sta npr. prostitucija in trgovina z ljudmi.

Ženske so pogoste tarče brezobzirnih napadov med konflikti in vojnimi spopadi, v katerih se posilstva žensk, prisilne splave, prisilne nosečnosti in sterilizacijo žensk uporablja kot orožje v vojni. Prav tako so ženske po vsem svetu žrtve t. i. tradicionalnih praks, kot so obrezovanje ženskih spolnih organov, prisilne poroke, umori iz časti, sežiganje vdov, kamenjanje, polivanje s kislino.

V Sloveniji je v letu 2007 država s pripravo zakona o preprečevanju nasilja v družini priznala, da je nasilje v družini resen družbeni problem, za reševanje katerega je nujno potrebno sprejeti ustrezne zakonske določbe in spremeniti prakse dela na različnih področjih. Zakon o preprečevanju nasilja v družini naj bi Državni zbor Republike Slovenije sprejel v letošnjem letu.

Priloga, ki jo imate v rokah, je pripravljena za vas. Izhaja iz stvarnosti, tukaj in sedaj. Morda ste sami žrtev nasilja. Morda poznate kakšno žrtev trgovine z ljudmi ali prostitucije. Morda vašo prijateljico nadlegujejo na delovnem mestu. Preberite prilogo zase in zanje. Berite jo kot priročnik s praktičnimi nasveti: kaj lahko naredim, na koga naj se obrnem, kdo mi je dolžan pomagati, kdo mi lahko pomaga, kako naj jaz pomagam drugim. V vedenju je moč!

# MITI IN DEJSTVA O NASILJU NAD ŽENSKAMI

## Pogovarjata se Mit in Dejstvo. Beseda nanese na nasilje nad ženskami.

**MIT** ————— *»Nasilje nad ženskami v mojem okolju ni problem. Tam, kjer živim, so vsi ljudje izobraženi in imajo urejeno družinsko življenje. Po mojem si nasilni moški ne morejo pomagati. Večina jih verjetno uživa alkohol ali pa so imeli težko otroštvo, v katerem so doživljali nasilje. Pa tega zagotovo ni toliko, kot govorijo. Vsak tretji človek pa resni surovež, kriminallec, brezposeln, zasvojenec. Sicer pa naj se v družini zmenijo sami. Policija se ne bi smela vmešavati, saj se potem velikokrat izkaže, da je ženska podala lažno prijavo, samo zato, da bi nagajala svojemu partnerju. Če pa je res tako nasilen, naj ga pač zapusti.«*

**DEJSTVO** ————— *»Nasilje nad ženskami se dogaja v vseh družbenih slojih. Če si povzročitelji nasilja res ne bi mogli pomagati, bi bili enako nasilni tudi na delovnih mestih ali v odnosih s prijatelji. Alkohol ni vzrok za nasilje, je le del problema. Težko otroštvo, ki so ga preživeli povzročitelji nasilja, ne more biti opravičilo za povzročanje nasilja. Tudi uglajeni, izobraženi in ugledni ljudje, s hišo in dobrim avtom, urejeno družino in večnim nasmehom na obrazu, lahko povzročajo nasilje. Nasilje je kaznivo, zato je prav, da ga obravnava policija. In običajno ženska nasilnega partnerja ne zmore zlahka zapustiti, kljub krutosti zlorab, ker ji strah, neozaveščenost, versko prepričanje, visoko vrednotenje podobe »popolne« družine in/ali ekonomska odvisnost to preprečujejo.«*

**Ne krivite sebe.** Za povzročanje nasilja je odgovoren izključno in samo povzročitelj nasilja. Verjetno ste že opazili, da to, kar počnete, da bi povzročitelja nasilja pomirili, ne pomaga, saj ne glede na vaše ravnanje ta še naprej povzroča nasilje. **VEDENJA POVZROČITELJA NASILJA NE MORETE SPREMENITI.** Edini način, da povzročitelj nasilja spremeni svoje vedenje je, da sam spozna, da ima težave, in si poišče strokovno pomoč. **SPREGOVORITE.** Ne sramujte se. Poiščite pomoč osebe, ki ji zaupate, ali se obrnite na organizacije in društva, ki nudijo storitve za podporo ženskam, ki doživljajo nasilje (naslovi in kontaktne številke so na 21. strani te priloge).

*Za nasilje  
ni nikoli  
kriva žrtev!*

# NASILJE NAD ŽENSKAMI V DRUŽINI

- ※ se dogaja predvsem v zaprtih, zasebnih prostorih, ki bi morali biti varni.
- ※ Običajno ni prič ali so to otroci, mladostnice / mladostniki.
- ※ Gre za huda dejanja s težkimi in travmatičnimi posledicami.
- ※ Približno polovica žrtev bo o tem, kar se ji dogaja, spregovorila s sorodnico / sorodnikom ali prijateljico / prijateljem.
- ※ V povprečju doživljajo ženske nasilje 5 let, preden poiščejo pomoč.
- ※ V polovici gospodinjstev, v katerih prihaja do nasilja v družini, živijo otroci, stari manj kot 16 let.
- ※ Ženske imajo zaradi nasilja, ki ga doživljajo, pogoste težave s psihosocialnim stanjem ali psihičnim zdravjem. Pogosto imajo diagnozo psihiatrične bolnice, hude težave z depresijo, raznimi odvisnostmi, motnjami hranjenja, samopoškodovanjem ipd.
- ※ Številna dekleta in mlade ženske, ki doživljajo nasilje, so vključene v obravnavo pri različnih institucijah. Nekatere izmed njih so nameščene v rejniških družinah, stanovanjskih skupinah, kriznih centrih, mladinskih domovih.
- ※ Povzročitelji nasilja nad ženskami v družini so predvsem moški. Po raziskavah je v 90 do 97 odstotkih primerov nasilja v družini povzročitelj moški nad žensko (Hague, Malos, 1993).

**Pri nasilju gre za nadzor nad drugo osebo, ki ga povzročitelj nasilja učinkovito vzdržuje z uporabo fizičnega, psihičnega, spolnega in ekonomskega nasilja.**

*Nasilje nad ženskami izvira iz družbene neenakosti med spoloma in to neenakost obenem tudi ohranja!*

# POTEK NASILNEGA ODNOSA

Nasilje nad  
ženskami pogosto  
kaže vzorec  
različnih faz:

(1)

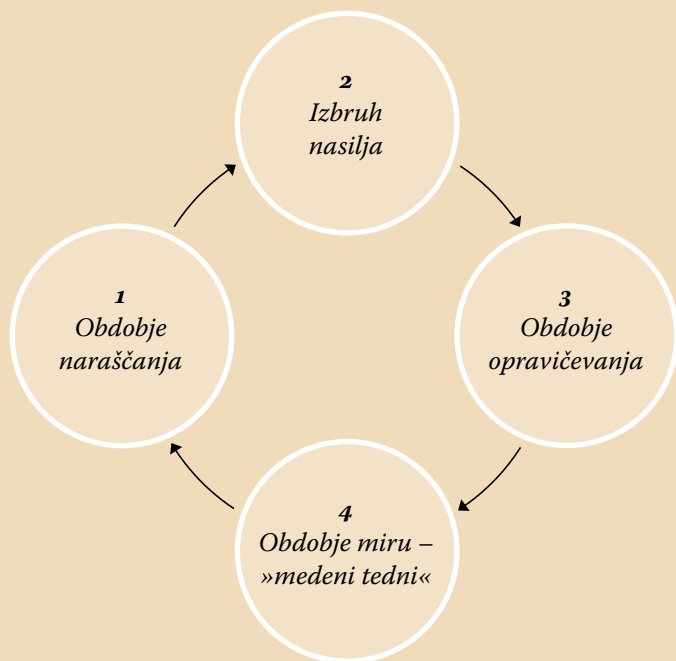
## obdobje naraščanja napetosti v odnosu

- ⌘ povzročitelj nasilja postaja nestrpen in zajedljiv,
- ⌘ zajedljivost preraste v očitno ne-spoštljivo govorjenje in vedenje,
- ⌘ povzročitelj nasilja odgovornost za svojo jezo prelaga na žrtev,
- ⌘ nemogoče se je pogovarjati,
- ⌘ napetost postaja nevzdržna,
- ⌘ žrtev poskuša povzročitelja nasilja pomiriti, ker je prepričana, da lahko s svojim vedenjem zmanjša napetost in prepreči izbruh nasilja,
- ⌘ žrtev ima ves čas občutek, kot da hodi po steklu, po robu,
- ⌘ zahteve povzročitelja nasilja do žrtve se stopnjujejo.

(2)

## Izbruh nasilja

- ⌘ napetost preraste v katerokoli obliko nasilja nad žrtvijo,
- ⌘ žrtev je zmedena, skuša razumeti, kaj se je zgodilo,
- ⌘ žrtev krivi sebe, ker s svojim vedenjem ni uspela ustaviti nasilja.



(3)

### Obdobje opravičevanja

- ⌘ povzročitelj nasilja se žrtvi opravičuje za povzročeno nasilje. Govori ji, da jo potrebuje, da brez nje ne more živeti, da mu pomeni vse na svetu, da se bo poboljšal,
- ⌘ povzročitelj nasilja žrtvi obljublja, da je nikoli več ne bo udaril, poniževal, žalil, ji grozil,
- ⌘ povzročitelj nasilja krivi za nasilje žrtev: »Če tega ne bi rekla ali naredila, te jaz ne bi udaril.«, povzročitelj nasilja predlaga, da se oba spremenita,
- ⌘ povzročitelj zanika, da je bil nasilen in/ali žrtev prepričuje, da ni tako hudo, kot misli, in da je drugje še slabše.

(4)

### Obdobje miru, nežnosti, medenih tednov

- ⌘ žrtev se počuti bolje, verjame, da je njuna ljubezen zmagala,
- ⌘ žrtev je prepričana, da bo zmogla preprečiti nove izbruhe nasilja, če se bo dovolj lepo vedla do povzročitelja nasilja in dovolj dobro skrbela za družino,
- ⌘ povzročitelj nasilja v tem obdobju ne povzroča fizičnega nasilja,
- ⌘ povzročitelj nasilja žrtvi kupuje darila, pelje otroke na sprehod, opravlja gospodinjska opravila,
- ⌘ v tem obdobju je najtežje pretrgati odnos, saj žrtev upa in verjame, da se nasilje ne bo ponovilo.

### Sledi novo obdobje naraščanja napetosti in krog nasilja je sklenjen!

Dlje, ko traja odnos s povzročiteljem nasilja, krajša so obdobja med posameznimi fazami. Do nasilja lahko prihaja vedno pogosteje, njegove oblike pa so lahko vedno hujše. Pogosto obdobja medenih tednov ni več.

Nasilje je proces, v katerem povzročitelj nasilja počasi, a vztrajno, omejuje družabno življenje žrtve in uničuje njeno samospoštovanje.

Žrtev nasilja pogosto v imenu ljubezni in si tako krči svoj življenjski prostor. Omejuje si stike z drugimi ljudmi, čas zase ter za uresničevanje svojih želja in ciljev. Njena socialna mreža je vse manjša.

# ALI STE ŽRTEV

Ali vam partner jemlje vaš denar, vam onemogoča dostop do vajinega skupnega denarja, je prevzel popoln nadzor nad odločanjem in gospodarjenjem v družini? ————— (DA) – (NE)

Ali vaš partner uničuje vajino skupno lastnino, vaše osebne stvari oziroma vašo lastnino? ————— (DA) – (NE)

Ali vaš partner preлага svoje odgovornosti in dolžnosti na vas, odklanja delo in skrb za družino? ————— (DA) – (NE)

Ali vaš partner zahteva vašo pokorščino, se obnaša do vas kot do sužnje, gospodinjske pomočnice? ————— (DA) – (NE)

Ali vam partner govori: »Saj ničesar ne znaš, ničesar ne narediš prav, kakšna mati pa si, saj ne znaš poskrbeti za otroke, iz tebe ni nič, vsakdo to naredi bolje.«? ————— (DA) – (NE)

Ali vaš partner uporablja otroke proti vam, vam grozi, da jih bo odpeljal ali jim kaj naredil, se z vami »pogovarja« preko otrok? ————— (DA) – (NE)

Ali je vaš partner psihično, fizično in/ali spolno nasilen do otrok? ————— (DA) – (NE)

Ali vam partner onemogoča dostop do dela ali službe, vam preprečuje izhod ali vstop v stanovanje, vam prepoveduje ali onemogoča uporabo avtomobila? ————— (DA) – (NE)

Ali partner ustrahuje vas ali vaše otroke z nevarno vožnjo z avtomobilom ali motorjem, kljub temu, da ste mu jasno povedali, da vas je strah? ————— (DA) – (NE)

Ali vam partner prepoveduje ali onemogoča telefonske in/ali osebne stike z drugimi ljudmi? ————— (DA) – (NE)

Ali vaš partner kriči na vas, vas žali (vas npr. zmerja s prasico, kurbo, cipo, psico, kravo, kuro, kozo, kuzlo), žali in napada ljudi, ki jih imate radi, vašo družino in prijateljice / prijatelje? ————— (DA) – (NE)

Ali vaš partner kritizira in zasmehuje vašo čustva, mnenja, prepričanja? ————— (DA) – (NE)



# NASILJA?

## Rešite test!

Če se strinjate vsaj z eno trditvijo v posameznem vprašanju, obkrožite DA.

Ali vam partner namerno zbujajo občutke krivde (vam npr. govori: »Prava mama ne bi nikoli naredila česa takega!«)? \_\_\_\_\_ (DA) – (NE)

Ali vas partner neprestano obtožuje, da ga varate in se spogledujete, si izmišlja zgodbe o tem, kdaj in s kom ste ga prevarali? \_\_\_\_\_ (DA) – (NE)

Ali vas partner prepričuje, da ste nori, da z vami nekaj ni v redu, da potrebujete psihiatrično pomoč? \_\_\_\_\_ (DA) – (NE)

Ali vam partner grozi, da bo nekaj storil, če ga zapustite (vam, sebi ali komu drugemu)? \_\_\_\_\_ (DA) – (NE)

Ali vas partner pritiska ob zid, stoji ali sedi na vas, vas nasilno dviga s tal, vas nosi proti vaši volji, udarja z roko, predmetom, vas buta ob predmete ali jih meče v vas, vas brca, vleče za lase, davi, poriva, pljuva, vam zvija roke, vas lovi? \_\_\_\_\_ (DA) – (NE)

Ali vam partner grozi, da vas bo pretepel, ubil, psihično uničil, vam grozi z orožjem? \_\_\_\_\_ (DA) – (NE)

Ali vaš partner pravi, da je bil nasilen, ker je bil pijan, pod stresom, mu je padla tema na oči, ni vedel kaj dela? \_\_\_\_\_ (DA) – (NE)

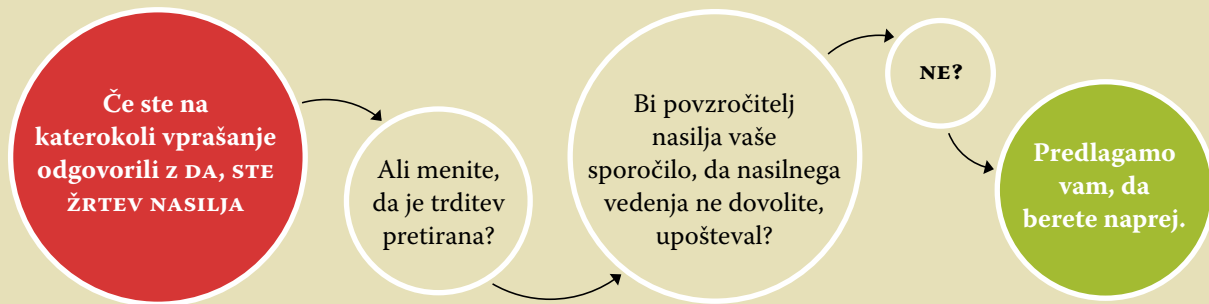
Ali vas partner prepričuje, da ste slabi v spolnosti, se dotika vašega telesa, ko tega ne želite, vas posiljuje ali sili v spolne aktivnosti, ki jih ne želite (npr. vaginalni, oralni, analni spolni odnos, gledanje in posnemanje pornografskih filmov in revij, fotografiranje, snemanje)? \_\_\_\_\_ (DA) – (NE)

Ali vaš partner od vas zahteva, da se oblačite drugače (bolj/manj seksualno), grdo govori o vašem telesu? \_\_\_\_\_ (DA) – (NE)

Ali vas partner na kakršenkoli način kaznuje? \_\_\_\_\_ (DA) – (NE)

Ali vas partner zalezuje, nadzoruje preko telefona, elektronske pošte? \_\_\_\_\_ (DA) – (NE)

› Rezultate testa najdete na naslednji strani.



# KAJ LAHKO NAREDITE, ČE STE ŽRTEV NASILJA?

Poiščete lahko podporo pri družini, prijateljicah / prijateljih, znankah / znancih, sodelavkah / sodelavcih in jim poveste, kaj se vam je zgodilo oz. se vam dogaja.

Poiščete lahko pomoč pri nevladnih organizacijah, še posebej, če nimate ljudi, s katerimi bi se lahko pogovorili! Pomagajo vam lahko pri iskanju varnega prostora.

Vsakič, ko je vaš partner do vas fizično nasilen, **POKLIČITE POLICIJO** na številki 113 in 080 12 00 ali na številko vaše lokalne policijske postaje. Policija se je dolžna odzvati vedno, ko je ogrožena vaša varnost, in ob tem ustrezno ukrepati.

Če ne morete poklicati policije, lahko nasilje prijavite v naslednjih dneh na policijski postaji, lahko pa ga prijavite tudi na TOŽILSTVU.

## Ko pride policija:

- ✎ Zahtevajte, da policistka / policist opravi z vami pogovor brez prisotnosti povzročitelja nasilja.
- ✎ Opišite vse, kar se je zgodilo, kaj je povzročitelj nasilja rekel, kaj je naredil. Opišite tudi pretekle nasilne dogodke.
- ✎ Povejte, kam vas je udaril, s čim in kolikokrat. Pokažite jim posledice na vašem telesu. Če niso vidne in se bodo pokazale kasneje, jih pojdite pokazat naknadno, da jih fotografirajo. Poškodbe lahko fotografirate tudi sami ali prosite za pomoč prijateljico / prijatelja. Fotografije so lahko dokaz na sodišču.
- ✎ Če so bile prisotne priče, policijo s tem seznanite.
- ✎ Od policije lahko dobite informacije o programih pomoči žrtvam nasilja. Če vam jih policistka / policist ne posreduje sam, ga zanje prosite vi.
- ✎ Policistka / policist mora narediti zapisnik, v katerem piše, kar ste povedali. Natančno preberite zapisnik, preden ga podpisete, in zahtevajte njegovo kopijo. Zapisnik lahko uporabite na sodišču.
- ✎ Zapišite si ime in priimek policistka / policistov, ki so opravili intervencijo in/ali z vami opravili pogovor.

- Policija lahko povzročitelju nasilja izreče ukrep prepovedi približevanja določenemu kraju ali osebi za 48 ur. To pomeni, da se mora povzročitelj nemudoma odstraniti iz skupnega bivališča in policiji takoj izročiti svoje ključe. Prepoved približevanja velja tudi za kakršnokoli obliko komunikacije preko telekomunikacijskih sredstev (telefon, internet, mobilni telefon). Preiskovalna sodnica / sodnik lahko ukrep podaljša za čas do 10 dni, na predlog oškodovanke / oškodovanca pa še za nadaljnjih 60 dni.
- Policija lahko povzročitelja nasilja pridrži za 24 ur, če je ob policijski intervenciji še vedno nasilen. Če obstaja sum, da bo povzročitelj nasilja dejanje ponovil oz. dokončal, ga lahko policija pridrži za 48 ur.
- Policija lahko povzročitelja nasilja, ki krši ukrep prepovedi približevanja, takoj odstrani s tega območja ali ga privede v takojšen postopek k pristojnemu sodišču za prekrške.
- Če s postopkom, ki ga je izvedla policistka / policist, niste zadovoljni, se lahko pritožite nad delom policistke / policista. Pritožbo najprej naslovite na policijsko postajo ali policijsko upravo. Če tudi z njihovim delom niste zadovoljni, se s pritožbo obrnite na: Ministrstvo za notranje zadeve, Urad za pritožbe, Kersnikova 2, 1000 Ljubljana.
- Če ste se odločili, da boste nasilje prijavili, prosite tiste, ki za nasilje vedo, da to povedo policiji in o tem pričajo na sodišču.
- Pravico imate, da ob prijavi kaznivega dejanja na policiji, vložite predlog za uveljavitev premoženjskoprnega zahtevka.
- Kot žrtev kaznivega dejanja ste v skladu s pogoji, določenimi v zakonu o odškodnini žrtvam kaznivih dejanj, upravičeni do odškodnine.

## Po pomoč se lahko obrnete na CENTER ZA SOCIALNO DELO v vašem kraju oz. v tistem kraju, ki vam je najbližji, ali na KOORDINATORICO ZA NASILJE.

### Na centru za socialno delo vam lahko ponudijo naslednje oblike pomoči:

- informirajo vas o obstoječih oblikah pomoči žrtvam nasilja v družini (krizni centri, varne hiše, materinski domovi, svetovalna pomoč in druge oblike psihosocialne pomoči). Pomagajo vam pri vzpostavljanju stikov z različnimi organizacijami, ki nudijo psihosocialno svetovalno pomoč in podporo.
- Skupaj z vami izdelajo varnostni načrt.
- Informirajo vas o postopku prijave nasilja v družini na policijski postaji.
- Informirajo vas o poteku kazenskega postopka.
- Informirajo vas o postopku pridobitve pravice do brezplačne pravne pomoči, razveze zakonske zveze, razpada izvenzakonske skupnosti, postopku dodelitve mladoletnih otrok, določanja preživnine, stikov in delitve skupnega premoženja.
- Na centru za socialno delo lahko zaprosite za denarno socialno pomoč, pridobite informacije o dodatnih oblikah pomoči ter potrdila o trenutni življenjski situaciji za prijavo na razpis za bivalno enoto ali neprofitno stanovanje, če so vaši življenjski pogoji takšni, da se lahko prijavite.
- Povezujejo se z vladnimi in nevladnimi organizacijami, ki sodelujejo pri izvajanju ukrepov za povečanje vaše varnosti in z

njimi izmenjujejo informacije o poteku postopkov, povezanih z vašo varnostjo.

- V Sloveniji deluje 12 koordinatoric, ki delujejo na področju preprečevanja nasilja v družini. Tudi nanje se lahko obrnete, če potrebujete pomoč zaradi doživljanja nasilja. Delujejo na centrih za socialno delo (CSD):
  - CSD Gornja Radgona za področje Pomurja (T: 02 564 93 10).
  - CSD Slovenj Gradec za področje Koroške (T: 02 885 01 00).
  - CSD Maribor za področje Podravja (T: 02 250 66 00).
  - CSD Celje za celjsko področje (T: 03 425 63 00).
  - CSD Domžale za obljublansko 1 področje (T: 01 724 63 70).
  - CSD Kočevje za obljublansko 2 področje (T: 01 893 83 80).
  - CSD Ljubljana Šiška za ljubljansko področje (T: 01 583 98 00).
  - CSD Škofja Loka za področje Gorenjske (T: 04 517 01 00).
  - CSD Koper za področje Primorske (T: 05 663 45 50).
  - CSD Nova Gorica za področje Goriške (T: 05 330 29 00).
  - CSD Krško za področje Posavja (T: 07 492 25 53).
  - CSD Novo mesto za področje Dolenjske in Bele Krajine (T: 07 393 26 40).
- Če je žrtev nasilja v družini otrok, so sestavni del pomoči centra za socialno delo tudi ukrepi za varstvo in zaščito otroka.
- Če ste mladoletni, vas je center za socialno delo po zakonu dol-

žan zaščititi pred nasiljem,  
ki ga doživljate.

- Na centru za socialno delo so dolžni mladoletne osebe, ki doma doživljajo zanemarjanje, nasilje in/ali zlorabo, namestiti v rejniške družine, stanovanjske skupine, krizne centre in mladinske domove ali v dijaške in študentske domove.
- Če ste mladoletni in se morate takoj umakniti, da bi se zaščitili pred nasiljem, se lahko obrnete na KRIZNI CENTER ZA MLADE (KCM):
  - KCM Ljubljana – Center za socialno delo (CSD) Ljubljana – Bežigrad (T: 01 436 92 47, 041 419 121, 041 419 122, 041 424 281).
  - KCM Celje – CSD Celje (T: 03 493 05 30, 031 576 150).
  - KCM Krško – CSD Krško (T: 051 387 810, 041 886 208, 041 795 885).
  - KCM Kresnička v Lescah – CSD Radovljica (T: 04 531 69 30, 040 436 531, 040 436 530).
  - KCM Maribor – CSD Maribor (T: 02 250 26 60, 051 324 211).
  - KCM Murska Sobota – CSD Murska Sobota (T: 02 534 85 82, 041 772 450, 031 304 601).
  - KCM Slovenj Gradec – CSD Slovenj Gradec (T: 02 885 01 11, 041 769 749, 041 301 050).
- KCM so namenjeni otrokom, mladostnicam in mladostnikom med 6. in 18. letom starosti, ki se znajdejo v stiski, ne glede na kraj stalnega bivališča. Delujejo neprekinjeno 24 ur na dan.
- Če z delom socialne delavke / delavca niste zadovoljni, se lahko pritožite nad njegovim delom. Pritožbo najprej naslovite na direktorico / direktorja centra za socialno delo, v kateri dela socialna delavka / delavec. Če tudi z njegovim delom niste zadovoljni, se s pritožbo obrnite na: Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve, Socialna inšpekcija, Zemljemerska ulica 12, 1000 Ljubljana.

## Vsakič, ko je vaš partner do vas telesno ali spolno nasilen, obiščite ZDRAVNICO ali ZDRAVNIKA.

Če vas je povzročitelj nasilja poškodoval, poiščite pomoč v bolnišnici, na urgenci ali pri svoji zdravnici / zdravniku. Čim natančneje opišite poškodbe in povejte, kdo in kdaj jih je povzročil. Če tega ne želite, povejte, da je bil povzročitelj nasilja »znana oseba«. Zdravstvena kartoteka je zelo pomemben dokaz na sodišču.

### Posebno pozorni bodite na:

- Ne glede na to, ali boste nasilje prijavili ali ne, poiščite ZDRAVNIŠKO POMOČ, če ste doživeli nasilje: zaradi nastalih poškodb, ki jih je potrebno zdraviti in zaradi zdravniškega potrdila o poškodbah, ki ga lahko izda zdravnica / zdravnik. Zdravniško potrdilo lahko uporabite kot dokaz na sodišču, če se boste kasneje odločili za tožbo.
- Mogoče se zaradi stresa in šoka, ki ga boste doživeli ob nasilju, ne boste niti zavedali, da ste poškodovani.
- Kar je na videz majhna poškodba, je lahko v resnici huda poškodba.
- Če ste noseči in vas je povzročitelj udaril v trebuh, to povejte zdravnici / zdravniku, saj povzročitelji z udarci pogosto poškodujejo še nerojenega otroka.
- Žrtve nasilja so v veliki nevarnosti, da utrpijo notranje poškodbe (npr. možganske krvavitve), katerih znaki so: izguba spomina, omotičnost, težave z vidom, bruhanje, glavobol, ki ne mine ipd.

- Če vas je partner ali kdo drug posilil ali ste doživeli drugo obliko spolnega nasilja, je izjemno pomembno, da greste ČIM PREJ in PREDEN SE UMIJETE na ginekološki pregled (zaradi obstojnosti dokazov). Če ste mladoletni, je ginekologinja / ginekolog po zakonu dolžan prijaviti posilstvo pristojnim organom, ne glede na vaše želje.

### Če je bil priča nasilju otrok, se zavedajte da:

- Vsaka zloraba otroka s strani starša, skrbnice / skrbnika ali druge odrasle osebe, ne glede na to, ali se je zgodila enkrat ali večkrat, zaznamuje otrokov razvoj z vrsto bolečih travmatičnih izkušenj.
- Kot posledica nasilja se lahko pri otrocih pojavijo čustvene in vedenjske težave (strah, togotni izbruhi, izbruhi jeze, težave s spanjem, težave v šoli, težave z zadrževanjem urina), težave pri stikih z drugimi ljudmi (samotarstvo, strah pred odraslimi, plahost v skupini otrok, grobost, grizenje ipd.), slaba samopodoba.
- Otroci in mladostnice / mladostniki, ki živijo v družini, v kateri eden od staršev povzroča nasilje, niso deležni primerne oskrbe. Te pogosto tudi starš, ki je žrtev nasilja, zaradi posledic nasilja, ne zmore nuditi.
- Posledice nasilja ne izginejo same od sebe. Pomembno je, da otroci dobijo pravočasno in primerno pomoč.

## Obrnete se lahko na katero od NEVLADNIH ORGANIZACIJ.

Nevladne organizacije nudijo pomoč in podporo žrtvam nasilja pri reševanju težav, do katerih pride zaradi doživljanja nasilja. Prav tako igrajo izjemno pomembno vlogo pri razvoju programov pomoči, zakonodaje in politike na področju nasilja nad ženskami in nasilja v družini.

### **Nevladne organizacije vam nudijo:**

- ⌘ zaupno, anonimno in brezplačno telefonsko svetovanje za osebe, ki doživljajo nasilje.
  - ⌘ Osebno svetovanje in drugo psihosocialno pomoč za osebe, ki doživljajo nasilje.
  - ⌘ Varno namestitev v varni hiši in/ali v kriznem centru za osebe, ki doživljajo nasilje.
  - ⌘ Skupine za samopomoč za osebe, ki doživljajo nasilje.
  - ⌘ Spremistvo na institucije za osebe, ki doživljajo nasilje.
  - ⌘ Socialno zagovorništvo za osebe, ki doživljajo nasilje.
  - ⌘ Pomoč pri motnjah hranjenja, ki so pogosta posledica doživljanja nasilja:
- individualno svetovanje, skupina za ženske z motnjami hranjenja, informiranje in svetovanje za bližnje, podporna skupina za bližnje.
  - ⌘ Svetovanje za osebe, ki povzročajo nasilje.
  - ⌘ Treninge socialnih veščin za moške, ki povzročajo nasilje nad ženskami.
  - ⌘ Druženje – individualno pomoč otrokom in mladim, ki doživljajo nasilje.
  - ⌘ Svetovanje za žrtve trgovine z ljudmi.
  - ⌘ Krizno namestitev za žrtve trgovine z ljudmi.
  - ⌘ Pomoč žrtvam trgovine z ljudmi pri organizaciji njihovega povratka domov.
  - ⌘ Pomoč žrtvam trgovine z ljudmi pri (ponovni) socialni in delovni vključitvi.
  - ⌘ Delavnice za učence in učence osnovnih ter dijakinje in dijake srednjih šol.
  - ⌘ Mediacijo – nenasilno reševanje konfliktov.
  - ⌘ Izobraževanje, ozaveščanje in informiranje.
  - ⌘ Družbene akcije, sodelovanje z mediji, izdajanje publikacij.

## Poiščite VAREN PROSTOR.

Ni pravično, da morate vi zapustiti svoj dom, čeprav niste odgovorni za nasilje, ki se vam dogaja. Je pa to pogosto prvi način, s katerim lahko poskrbite za svojo varnost. Varen prostor morda lahko najdete pri sorodnicah / sorodnikih, prijateljicah / prijateljih, znankah / znancih ali v kriznem centru in v varnih hišah. Te vam tudi pomagajo, da se umaknete v drugi kraj, če to potrebujete.

Na STANOVANJSKEM SKLADU v vaši občini se informirajte o nastanitvenih možnostih in obenem o možnosti subvencije za najem stanovanja. Stroški bivanja bodo tako manjši. Za pridobitev nastanitve je potrebno zbrati določeno število točk, da zadostite pogojem javnega razpisa za neprofitna stanovanja, ki ga občine ponavadi objavijo enkrat letno (odvisno od velikosti občine in finančnih sredstev, ki jih za to namenijo).

Del točk lahko kot žrtev nasilja pridobite s potrdilom, da ste vključeni v programe svetovanja pri kateri od nevladnih organizacij ali centrov za socialno delo. Pri nevladnih organizacijah in centrih za socialno delo vam lahko tudi pomagajo pri pisanju prijave. Če stanujete v varni hiši ali kriznem centru, se lahko na razpis za neprofitno stanovanje prijavite tudi v kraju, v katerem je sedež varne hiše ali kriznega centra, v katerem prebivate.

Če imate finančna sredstva, si lahko poiščete varen prostor v katerem izmed hotelov, motelov, penzionov, zasebnih sob in/ali najemniških stanovanj.

# KAKO ŠE POVEČATE SVOJO VARNOST?

Pripravite lahko svoj **INDIVIDUALNI VARNOSTNI NAČRT**. Ker je njegova priprava zahtevna naloga, vam priporočamo, da se za pomoč obrnete na eno od nevladnih organizacij, ki so naštetje na 21. strani ali na katerega od centrov za socialno delo. Tukaj je le nekaj iztočnic za pripravo načrta.

Ob pripravi varnostnega načrta naj vas vodi misel, da to počnete za povečanje lastne varnosti. Čeprav ne morete nadzirati partnerjevega nasilnega vedenja, lahko načrtujete, kako boste poskrbeli za svojo varnost in varnost svojih otrok.

## **Razmislite o:**

- ☞ varnosti med nasilnim dogodkom,
- ☞ varnosti, ko se pripravljate na beg,
- ☞ varnosti v lastnem domu,
- ☞ ukrepu prepovedi približevanja, ki ga izreče policija,
- ☞ varnosti v službi in na javnih mestih,
- ☞ varnosti, če morebiti uporabljate droge in/ali alkohol,
- ☞ varovanju vašega psihičnega in telesnega zdravja ter življenja,
- ☞ kaj vzeti s seboj, ko odhajate (*»Vedno bom imela pripravljene naslednje predmete:...«*).

## Pomembne telefonske številke

- 
- ☞ Policija

---

  - ☞ Reševalci

---

  - ☞ Gasilci

---

  - ☞ Center za socialno delo

---

  - ☞ Nevladna organizacija, ki mi pomaga

---

  - ☞ 24-urni krizni telefon

---

  - ☞ Krizni center

---

*(Shranite jih v vaš osebni telefon pod hitro klicanje, zapišite si jih na več listkov in jih spravite po žepih različnih oblačil.)*



# MITI IN DEJSTVA O SPOLNEM NADLEGOVANJU NA DELOVNEM MESTU

**Pogovarjata se Mit in Dejstvo.  
Beseda nanese na spolno  
nadlegovanje na delovnem mestu.**

**MIT** ————— »Po mojem ženske, ki pravijo, da so bile spolno nadlegovane, nimajo smisla za humor in iz vsakega heca med sodelavci naredijo cel škandal. V našem podjetju spolnega nadlegovanja zagotovo ni, ker je šefova tajnica stara. Sicer pa si ženske tako ali tako izmišljajo, da so spolno nadlegovane, ker se želijo tako nekemu maščevati. Pravzaprav so čisto same krive, če jih spolno nadlegujejo – naj se oblačijo in obnašajo manj izzivalno! Sicer pa se to delodajalca tako ali tako ne tiče.«

**DEJSTVO** ——— »Spolno nadlegovanje ima resne in škodljive posledice in nikakor ne pomeni zbijanja nedolžnih šal. Žrtve niso samo mlade in spolno privlačne ženske, ampak so to ženske vseh starosti ter položajev znotraj organizacije. Prav tako najpogostejši nadlegovalci niso nadrejeni, ampak so to sodelavci. Velikokrat so nadlegovalci tudi podrejeni ali osebe izven organizacije (stranke, obiskovalci...). S tem, ko prevajajo krivdo na žrtev, nadlegovalci zgolj opravičujejo svoje nesprejemljivo vedenje in ravnanje. Žal tudi žrtve velikokrat krivijo sebe za početje nekoga drugega, zato se skušajo narediti kar najmanj opazne. Vendar pa nadlegovalec tudi v tem primeru ne bo odnehal, saj gre pri spolnem nadlegovanju za zlorabo moči. Ker imamo vsi zaposleni pravico delati v dostojanstvenem in neogrožajočem delovnem okolju, je prav, da delodajalci sprejmejo ukrepe za preprečevanje in obravnavo spolnega nadlegovanja na delovnem mestu.«

# SPOLNO NADLEGOVANJE NA DELOVNEM MESTU

Če se vas sodelavec po nepotrebnem dotika, vas kljub vašemu zavračanju vztrajno osvaja ali opolzko komentira vaš videz, se vam preveč telesno približuje ali vas vztrajno »zabava« s seksističnimi šalami, ste žrtev spolnega nadlegovanja na delovnem mestu. Večinoma so žrtve spolnega nadlegovanja ženske, čeprav so med žrtvami tudi moški in med nadlegovalkami ženske.

## Nekatere oblike spolnega nadlegovanja

**Fizično ravnanje:** kakršnokoli neželjeno dotikanje (oblačil, las, telesa) ali trepljanje, ščipanje, drgnjenje ob telo, objemanje, poljubljanje, spolni napad ali vsiljeni spolni odnos.

**Verbalno ravnanje:** neželjeno osvajanje, predlogi v zvezi s spolnostjo ali siljenje k spolni dejavnosti, ponavljajoči se predlogi za druženje in zmenke, namigovanja, opolzki komentarji glede videza, naslavljanje s »punči, bejba, srček, miška, cukrček, mucek«, uporaba obscenega jezika ali gest (npr. žvižganje),

spreminjanje poslovnih tem v spolne, zgodbe, šale ali namigujoči komentarji s spolno vsebino, bahanje s spolnimi podvigi, postavljanje osebnih vprašanj v zvezi z družabnim ali spolnim življenjem.

### Neverbalno ravnanje:

(raz)pošiljanje materialov s spolno vsebino preko elektronskih sporočil, pisem ali drugih oblik sporočanja, kazanje pornografskih ali spolno namigujočih slik ali besedil, pohotni pogledi ali žaljivo spogledovanje, spolno namigujoče geste ali strmenje v dele telesa, tesno približevanje (npr. nagibanje čez hrbet sedeče osebe).

**Nadlegovanje zaradi spola:** posmehovanje ali poniževanje, zastraševanje, fizična napadalnost, sramotilno obrekovanje ali črnjenje ter žaljenje zaradi spola osebe, pripovedovanje laži ali razširjanje govoric o spolnem življenju osebe, seksistične šale (npr. šale o blondinkah ali plešastih moških).

Z navedenimi ravnanji povzročitelj sodelavki namerno jemlje moč in jo postavlja v podrejen in ponižujoč položaj.

## Kaj lahko naredite?

V službi preživimo okoli polovico svojega budnega časa, zato je pomembno, da se tam počutimo dobro in sprejeto. Zato ukrepajte!

### PRI BLAŽJIH OBLIKAH: REČEM »NE!«

Pravico imate odločno pojasniti, da je takšno ravnanje za vas nesprejemljivo.

### POGOVORIM SE S SODELAVKO ALI SODELAVCEM

Zelo verjetno je, da niste edina žrtev istega nadlegovalca. Morda boste tako dobili ustrezne informacije, kam se lahko obrnete po pomoč, ali pa boste z drugimi žrtvami ukrepali skupaj.

### ZAUPAM SE DRUŽINI, PRIJATELJICI, PRIJATELJU...

Vaši sorodnice / sorodniki, prijateljice / prijatelji in drugi bližnji vam lahko dajo potrebno podporo za reševanje težave.



## OBVESTIM NADREJENO OSEBO

To je možno, če nadrejena oseba ni nadlegovalec. Pogosto je mogoče težavo rešiti v skladu s postopki, opredeljenimi v politiki podjetja proti spolnemu nadlegovanju. Ne glede na formalni obstoj takšnih postopkov, pa je nadrejena oseba dolžna poskrbeti za to, da se nekdo pogovori z domnevnim nadlegovalcem o nesprejemljivosti njegovega ravnanja.

## ZAPISUJEM SI DEJSTVA

Če bo proti nadlegovalcu sprožen kateri od formalnih postopkov, bodo koristni naslednji podatki: **KAJ** se je zgodilo, **KDAJ** (datum in točna ura), v **KATEREM PROSTORU**, je dogodek **KDO VIDEL** ali **SLIŠAL**, ste komu o dogodku **POVEDALI**.

## SPROŽIM FORMALNI POSTOPEK ZNOTRAJ ORGANIZACIJE

Če ima organizacija sprejeto izjavo o politiki proti spolnemu nadlegovanju, lahko sprožite postopek pri kateri od zaupnih oseb ali pri pritožbeni komisiji.

## POIŠČEM POMOČ PRI SINDIKATU

Morda ima sindikat usposobljeno osebje za nudenje pomoči ali vam lahko poda vsaj ustrezne informacije.

## POIŠČEM POMOČ NEVLADNIH ORGANIZACIJ

Nekatere nevladne organizacije nudijo psihosocialno pomoč in zagovorništvo tudi žrtvam spolnega nadlegovanja. Posledice spolnega nadlegovanja so namreč poleg kariernih tudi psihične in telesne (npr. stres, nespečnost, motnje spanja) ter socialne (poslabšani družinski, partnerski ali prijateljski odnosi itd.).

## Katere institucije lahko ukrepajo?

**Inšpektorat za delo** skrbi za nadzor nad izvajanjem zakona o delovnih razmerjih, ki prepoveduje spolno nadlegovanje na delovnem mestu. Inšpektorica / inšpektor za delo v primeru spolnega nadlegovanja na delovnem mestu pošlje predlog sodnici / sodniku za prekrške. Zakon določa kazni za delodajalca, ki ni zagotovil varstva pred spolnim nadlegovanjem. Naslov Inšpektorata za delo je: Inšpektorat RS za delo, Parmova 33, 1000 Ljubljana. Njihova telefonska številka je: 01 280 36 60. Lahko pa se obrnete tudi na njihove območne enote, ki se nahajajo v: Ljubljani (pisarna je tudi v Kočevju), Mariboru (pisarna je tudi na Ptuj), Celju (pisarni sta tudi v Slovenskih Konjicah in Šmarju pri Jelšah), Kranju (pisarni sta tudi v Radovljici in Jesenicah), Trbovljah (pisarni sta tudi v Kamniku in Domžalah), Postojni (pisarne so tudi v Sežani, Logatcu in Idriji), v Kopru, v Velenju (pisarna je tudi v Dravogradu), v Murski Soboti (pisarni sta tudi v Lendavi in Ljutomeru), Novi Gorici, Brežicah in Novem mestu.

**Policija:** kadar gre za zelo huda dejanja (npr. napad ali vsiljen spolni odnos), gre za kaznivo dejanje.

**Zagovornica enakih možnosti žensk in moških** na podlagi vaše pisne ali ustne pobude obravnava primere domnevne diskriminacije zaradi spola. Obravnava je brezplačna in neformalna. Na zagovornico / zagovornika se lahko vsakdo obrne tudi s prošnjo za splošne informacije, nasvet, priporočilo ali drugo pomoč v zvezi z diskriminacijo ali pri uveljavljanju pravic v zvezi z varstvom pred diskriminacijo v drugih postopkih. Zagovornica izda pisno mnenje o tem, ali je šlo za diskriminacijo na podlagi spola, ter naloži odpravo nepravilnosti. Če kršiteljica / kršitelj ne odpravi nepravilnosti ali zagovornice ne obvesti o sprejetih ukrepih, preda zagovornica primer pristojnemu inšpektoratu. Naslov zagovornice je: Urad vlade RS za enake možnosti, Zagovornica enakih možnosti žensk in moških, Erjavčeva 15, 1000 Ljubljana. Njena telefonska številka je: 01 478 14 80.

# TRGOVINA Z LJUDMI

**Slovenija je država izvora,  
prehoda in končnega cilja  
žrtev trgovine z ljudmi.**

Trgovina z ljudmi je poleg trgovine z orožjem, mamili in pranjem denarja ena najbolj donosnih dejavnosti mednarodno organiziranega kriminala, ki ima hude posledice za varnost, blaginjo in človekove pravice žrtev. Osebe, s katerimi se trguje, so v Sloveniji najpogosteje prisiljene v prostitucijo, sicer pa so prodane tudi za namene prisilnega dela (npr. v tekstilni industriji, gradbeništvu, kmetijstvu, rudarstvu), beračenje, služabništvo, za lažne poroke. Lahko so tudi žrtve trgovcev, ki trgujejo s človeškimi organi, tkivom in krvjo.

Nekatere osebe se ujamejo v past trgovcev z ljudmi, ki jih nato odpeljejo iz Slovenije in jih izkoriščajo v drugih državah. V tem smislu je Slovenija država izvora. Številne žrtve trgovine z ljudmi Slovenijo le prehajajo oziroma se v njej zadržujejo kratek čas. Za njih je Slovenija država prehoda. Kadar pa trgovci z ljudmi in zvodniki žrtve v naši državi namestijo za daljše obdobje in jih pri nas izkoriščajo na različne načine, je Slovenija država končnega cilja. V takšnih primerih trgovci navezujejo stike z lastnicami / lastniki različnih agencij (manekenskih, poročnih, plesnih, agencij za fotomodele), najemajo zapeljivalce in ugrabitelje deklet, žensk, dečkov, moških, otrok, tihotapce ljudi, prevoznike, ponudnike začasnih skrivališč, posrednike med trgovci in kupci prisilnih prostitutk in prostitutov ter zavrženih, odkupljenih ali ugrabljenih otrok.

PRISILNA PROSTITUCIJA je najpogosteje zaznana oblika trgovine z ljudmi v Sloveniji. V Sloveniji obstajajo številni nočni lokali, v katerih je mogoče dobiti tudi spolne storitve. Večinoma so v teh nočnih lokalih zaposlene tujke iz držav vzhodne Evrope, ki so prišle v Slovenijo po legalni poti in imajo urejena delovna dovoljenja, najpogosteje za pomožne delavke ali plesalke. Tiste tujke, ki v Sloveniji nimajo legalnega statusa, pa so večinoma prisiljene nuditi spolne storitve v najetih stanovanjih, ki jih nadzorujejo samostojni zvodniki ali organizirane kriminalne mreže in delati v pogojih, na katere niso pristale. S tem so kršene njihove človekove pravice do varnosti, spolne nedotakljivosti, svobode gibanja, govora, izražanja, mišljenja.

## Kdo lahko postane žrtev trgovine z ljudmi?

Žrtev trgovine z ljudmi LAHKO POSTANE KDORKOLI: ženska, moški, mladostnica / mladostnik in otrok, ne glede na spol, starost, izobrazbo, narodnost.

Najranljivejša populacija v Sloveniji so mladostnice in mladostniki, ki si želijo potovati in delati v tujini ter navezujejo stike z neznanci preko spletnih klepetalnic. V nekaterih primerih se z neznanci osebno srečajo in se zaljubijo. Druga ranljiva skupina pa so otroci brez spremstva in samske ženske, ki v Sloveniji zaprosijo za azil in so nastanjeni v azilnem domu.

Obstaja vrsta samozaščitnih ukrepov, ki zmanjšujejo možnost, da bi se mi sami ali pa naši otroci znašli v vlogi žrtev trgovine z ljudmi.

**Potovanje:** če se odločimo za pot, za svojo odločitev povemo nekemu, ki mu zaupamo. Pri sebi imamo mobilni telefon, v katerega shranimo telefonske številke slovenskega veleposlaništva, policije in organizacij, ki nudijo pomoč žrtvam

kaznivih dejanj v državi, v katero se odpravljamo. Uporabimo jih, če smo se znašli v težavah. Še varneje je, da si omenjene številke zapomnimo, saj trgovci z ljudmi telefone in dokumente osebam, ki jih želijo izkoriščati, ponavadi odvzamejo.

**Svojega potnega lista ne izročamo nikomur!** V primeru kraje je zelo koristno, da imamo narejenih več fotokopij pomembnih dokumentov, ki jih spravimo v različne dele obleke.

**Delo v tujini:** pogosto se izkaže, da je zelo pomembno, kdo je naš vir informacij o potencialni zaposlitvi v tujini. Preverimo delodajalca oziroma organizacijo, ki oglašuje delo. Pred pričetkom dela se vedno dogovorimo o pogojih dela in zahtevamo sklenitev pogodbe, ki naj jo pregleda strokovnjakinja / strokovnjak.

**Spletne klepetalnice:** zavedajmo se, da nekateri ljudje, ki jih srečujemo v spletnih klepetalnicah, zaradi anonimnosti, ki jo omogoča tovrstna komunikacija, pišejo tudi neresnice.

V primeru, da se s sogovornico / sogovornikom dogovorimo za neposredno srečanje, bodimo previdni.

**Zaljubljenost:** po svetu in v Sloveniji obstajajo tako imenovani zapeljevalci deklet (*lover boys*), ki so po navadi stari od 20 do 35 let, dobro situirani, vozijo drage avtomobile in v kriminalni mreži predstavljajo ključne akterje, saj zapeljujejo mlada dekleta v lokalih in diskotekah, da bi jih kasneje izročili trgovcem z ljudmi, ob tem pa zaslužili veliko denarja. Zapeljivalec deklet si za izpeljavo svojega načrta vzame veliko časa. Do dekleta je prijazen, kupuje ji darila, jo vabi na izlete in nakupe v tujino, vse dokler se dekle nanj čustveno ne naveže in mu popolnoma zaupa. To je zanj odlična priložnost, da jo odpelje kamorkoli in proda.

Zaljubljenim mladim svetujemo, da razmišljajo o tem, od kod ima mlad fant, ki osvaja dekleta, veliko denarja in poznanstev v tujini, čeprav morda ne hodi v službo ali dela zgolj občasno.

# DRŽAVA JE DOLŽNA ZAŠČITITI ŽRTVE NASILJA

Tako kot posameznice in posamezniki v medsebojnih odnosih se lahko tudi države zavežejo s pogodbo. Države so se v okviru mednarodnih in regionalnih organizacij s številnimi pogodbami zavezale k varovanju človekovih pravic in so med drugim dolžne varovati ženske pred nasiljem, saj je nasilje nad ženskami KRŠENJE ČLOVEKOVIH PRAVIC.

**Ali to pomaga ženski z izkušnjo nasilja, ki živi v sosednji ulici?**

DA.

Standardi varovanja človekovih pravic, ki jih države na tak način same zase sprejmejo, namreč predstavljajo za države obveznost. Spoštovanje te obveznosti morajo zagotoviti v svojem notranjem pravnem redu. Pri tem države niso odgovorne zgolj za posameznice in posameznike, ki delujejo v službi države (npr. policistke / policisti, vojakinje / vojaki), ampak morajo preprečevati, preiskovati in kaznovati tudi zlorabe v družinskem okolju.

DOLŽNA SKRBNOST POMENI, DA SO DRŽAVE ODGOVORNE ZA KRŠITVE ČLOVEKOVIH PRAVIC, KADAR ZANJE VEDO ALI BI MORALE VEDETI IN NE UKREPAJO USTREZNO, DA BI JIH PREPREČILE, USTAVILE ALI KAZNOVALE STORILCE IN DA BI ZAGOTOVILE USTREZNO ODŠKODNINO ŽRTVAM. Pri tem gre pogosto za primere nasilja v družini ter nasilja oboroženih skupin in posameznikov v oboroženih spopadih.

**Po mednarodnem pravu so države dolžne zaščititi ženske tudi doma.**

Mednarodnopravno veljavna Konvencija Združenih narodov o odpravi vseh oblik diskriminacije žensk (tudi Slovenija je njena pogodbenica) podrobno opredeljuje konkretne ukrepe, ki jih morajo države sprejeti, da bi se nemudoma lotile izkoreninjenja diskriminacije žensk. NASILJE NAD ŽENSKAMI PA JE DISKRIMINACIJA ŽENSK.

V okviru Konvencije se je možno tudi pritožiti zoper državo. OPCIJSKI PROTOKOL h Konvenciji omogoča individualne pritožbe zaradi kršenja pravic, zagotovljenih s Konvencijo. Pritožbe sprejema in obravnava Odbor za odpravo diskriminacije žensk.

**Republika Slovenija je ratificirala ta protokol, zato se lahko tudi slovenske državljanke pritožimo omenjenemu Odboru, če menimo, da so nam kršene pravice, zagotovljene v Konvenciji o odpravi vseh oblik diskriminacije žensk.**

# SEZNAM NEVLADNIH ORGANIZACIJ IN VARNIH HIŠ



## **DRUŠTVO SOS TELEFON ZA ŽENSKÉ IN OTROKE – ŽRTVE NASILJA**

P. P. 2726, 1001 Ljubljana  
T: 01 544 35 13 (vsak delavnik  
od 9. do 15. ure), SOS TELEFON:  
**080 11 55** (vsak delavnik od 12. do  
22. ure, ob sobotah, nedeljah in  
praznikih od 18. do 22. ure),  
E-NASLOV:  
drustvo-sos@drustvo-sos.si  
SPLETNI NASLOV:  
<http://www.drustvo-sos.si/>

Na SOS TELEFON, ki je zaupen,  
anonimen in brezplačen, lahko  
pokličete od koderkoli iz Slovenije.  
Namenjen je ženskam, otrokom,  
mladostnicam in mladostnikom, ki  
imajo izkušnjo z nasiljem v družini,  
partnerskih ali sorodstvenih zvezah,  
na delovnem mestu ali v drugih  
odnosih. Pokličete lahko tudi vsi, ki  
potrebujete ustrezne informacije.

ZATOČIŠČE ZA ŽENSKÉ IN OTROKE  
– žrtve nasilja je varen prostor na  
tajni lokaciji. Namenjeno je ženskam  
z ali brez otrok iz celotne države,  
ki potrebujejo varen prostor za  
umik pred nasiljem. Za sprejem in  
informacije pokličite na SOS telefon.

SKUPINA ZA SAMOPOMOČ ZA ŽENSKÉ  
KE, ki doživljajo nasilje je namenjena  
ženskam od 18. leta starosti, ki do-  
življajo ali so v preteklosti doživljale  
psihično, fizično, spolno ali ekonom-  
sko nasilje v družinskih, partnerskih,  
sorodstvenih in drugih medosebnih  
odnosih. Srečanja skupine potekajo v  
Ljubljani enkrat tedensko. Vključite  
se lahko s klicem na SOS telefon.



## **DRUŠTVO KLJUČ – CENTER ZA BOJ PROTI TRGOVINI Z LJUDMI**

P. P. 1646, 1001 Ljubljana  
SVETOVALNA BREZPLAČNA  
TELEFONSKA LINIJA: **080 17 22**  
(vsak delavnik od 9. do 13. ure)  
DEŽURNI MOBITEL: 031 613 000  
(vsak dan od 18. do 9. ure  
naslednjega dne)  
E-NASLOV: [info@drustvo-kljuc.si](mailto:info@drustvo-kljuc.si)  
SPLETNI NASLOV:  
[www.drustvo-kljuc.si](http://www.drustvo-kljuc.si)

Društvo Ključ je specializirano za  
nudenje pomoči žrtvam trgovine  
z ljudmi. Društvo razvija in izvaja  
preventivne programe s področja  
ozaveščanja splošne in strokovne  
javnosti ter potencialnih in  
dejanskih žrtev trgovine z ljudmi,  
predvsem na področju preprodaje  
in spolnega izkoriščanja žensk in  
otrok, trgovine s človeškimi organi  
in vseh oblik prisilnega dela.

Kurativni programi Društva so:  
pomoč in oskrba žrtev trgovine  
z ljudmi v krizni namestitvi in  
namestitvi v varni prostor, pomoč  
pri organizaciji njihovega povratka  
domov, brezplačni nasveti žrtvam  
trgovine z ljudmi ter pomoč žrtvam  
pri socialni in delovni (re)integraciji.



DRUŠTVO ZA NENASILNO KOMUNIKACIJO  
association against violent communication

### **DRUŠTVO ZA NENASILNO KOMUNIKACIJO**

Miklošičeva ulica 36, 1000 Ljubljana  
T: 01 434 48 22 (ponedeljek, torek,  
četrtek od 10. do 15 ure)  
E-NASLOV: drustvo.nenasilje@siol.net  
in drustvo.dnk@drustvo-dnk.si  
SPLETNI NASLOV: www.drustvo-dnk.si

Pobreška 6, 2000 Maribor  
T: 02 320 2146 (ponedeljek, sredo,  
petek od 10. do 15. ure)  
E-NASLOV: mb.dnk@guest.arnes.si

Društvo za nenasilno komunikacijo  
si prizadeva za zmanjševanje po-  
javnosti nasilja in njegovih posledic  
v družbi. Delajo tudi z osebami, ki  
povzročajo nasilje.

VARNA HIŠA: E-NASLOV:  
vh.dnk@siol.net, T: 01 434 48 22 in  
031 736 726.

TELEFONSKA INFORMACIJSKA SVE-  
TOVALNA POMOČ: psihična podpora,  
najnujnejše informacije in nasveti.

SVETOVALNI POGOVORI ZA OSEBE,  
KI SO DOŽIVELE IN DOŽIVLJAJO  
NASILJE: najnujnejša podpora,  
pomoč pri iskanju rešitve za izhod iz  
nasilja, izdelava varnostnega načrta  
za umik iz nasilja.

SPREMSTVO NA INSTITUCIJE  
ZA OSEBE, KI SO DOŽIVELE ALI  
DOŽIVLJAJO NASILJE: spremstvo za  
urejanje uradnih zadev na instituci-  
jah, s katerimi se kot osebe  
z izkušnjo nasilja srečujejo.



**Ženska svetovalnica**

**DRUŠTVO ŽENSKA  
SVETOVALNICA**

Langusova 21, 1000 Ljubljana  
T: 01 25 11 602 (ponedeljek, torek,  
sreda od 16. do 18. ure, četrtek,  
petek od 10. do 12. ure), E-NASLOV:  
zenska.svetovalnica@guest.arnes.si  
SPLETNI NASLOV: [http://www.  
drustvo-zenska-svetovalnica.si/](http://www.drustvo-zenska-svetovalnica.si/)

Ženska svetovalnica deluje na po-  
dročju psiho-socialne pomoči in sa-  
mopomoči žensk, ki so žrtve nasilja  
ali imajo težave z motnjami hranje-  
nja. Ženskam v stiski nudi brezplač-  
no svetovanje, zagovorništvo, infor-  
macije o pristojnostih javnih služb,  
pomoč pri organizaciji skupin za sa-  
mopomoč in možnost prenočitve v  
varnem prostoru – kriznem centru.  
Preventivno deluje na področju oza-  
veščanja javnosti, pri čemer opozarja  
na družbene okoliščine, ki pogosto  
pogojujejo stiske žensk, se zavzema  
proti različnim oblikam diskrimina-  
cije žensk in za pravice žensk.

PSIHOSOCIALNA POMOČ ŽENSKAM,  
ŽRTVAM NASILJA poteka skozi vse  
leto v obliki osebnega svetovanja, in-  
formiranja po telefonu, vodenja sku-  
pin za samopomoč in zagovorništva  
(psihološko zagovorništvo, pomoč  
pri urejanju konkretnih zadev, oza-  
veščanje in informiranje žensk o nji-  
hovah pravicah).

KRIZNI CENTER ZA ŽENSKO IN  
OTROKE, ŽRTVE NASILJA: T: 031 233  
211, 040 260 656 (vsak dan, 24 ur na  
dan). Program se izvaja celo leto, 24  
ur na dan. Nudi nastanitev in umik v  
varen prostor.

POMOČ PRI MOTNJAH HRANJENJA:  
individualno svetovanje, skupina za  
ženske z motnjami hranjenja, in-  
formiranje in svetovanje za bližnje,  
podporna skupina za bližnje.

SOCIALNO ZAGOVORNIŠTVO ZA  
OSEBE, KI SO DOŽIVELE ALI DOŽI-  
VLJAJO NASILJE: ob podpori stro-  
kovne delavke urejanje postopkov  
na institucijah.

SVETOVALNI POGOVORI ZA OSEBE,  
KI POVZROČAJO NASILJE: povzro-  
čitelje nasilja soočamo z odgovor-  
nostjo za povzročeno nasilje in za  
spreminjanje njihovega vedenja.

TRENING SOCIALNIH VEŠČIN ZA  
MOŠKE, KI POVZROČAJO NASILJE  
NAD ŽENSKAMI: povzročitelji nasilja  
se učijo prepoznavanja nasilja,  
prevzemanja odgovornosti za svoje  
vedenje, reševanja konfliktov na  
nenasilen način.

DRUŽENJE – INDIVIDUALNA POMOČ  
OTROKOM IN MLADIM, KI SO  
DOŽIVELI ALI DOŽIVLJAJO NASILJE:  
z njimi se družijo posebej usposo-  
bljene prostovoljke in prostovoljci.

DELAVNICE ZA UČENKE IN UČENCE  
OSNOVNIH TER DIJAKINJE IN DIJAKE  
SREDNJIH ŠOL: preventiva, katere  
cilj je prepoznavanje nasilja, učenje  
nenasilne komunikacije in reševanja  
konfliktov brez uporabe nasilja.

MEDIACIJA – NENASILNO REŠEVA-  
NJE KONFLIKTOV: prostovoljen in  
neformalen proces reševanja konflik-  
tov, namenjen družinam in ljudem,  
ki bivajo v različnih skupnostih.

DRUŽBENE AKCIJE IN SODELOVANJE  
Z MEDIJI: opozarjanje in ozaveščanje  
širše družbe.



### ZAVOD EMMA

P. P. 221, 1000 Ljubljana  
T: 01 425 47 32 (vsak delavnik od 8. do 15. ure), SVETOVALNA BREZPLAČNA TELEFONSKA LINIJA: **080 21 33** (vsak dan od 18. do 21. ure)  
E-NASLOV: zavod.emma@siol.net  
SPLETNI NASLOV: www.zavod-emma.si

Organizacijska enota Krško  
P. P. 159, 8270 Krško, T: 059 044 355 (vsak delavnik od 8. do 15. ure),  
E-NASLOV: zavod\_emma@t-2.net

Program psihosocialnega svetovanja za otroke, dekleta in ženske – žrtve nasilja, telefonsko svetovanje v primerih nasilja, osebno svetovanje v primerih nasilja, skupina za samopomoč za ženske – žrtve nasilja, zagovorništvo.



### AMNESTY INTERNATIONAL SLOVENIJE

Beethovnova 7, Ljubljana  
T: 01 426 93 77, FAKS: 01 426 93 65  
E-NASLOV: amnesty@amnesty.si  
SPLETNI NASLOV: www.amnesty.si

Amnesty International Slovenije se na področju nasilja nad ženskami posveča predvsem ozaveščanju (družbene akcije, medijsko delo, komuniciranje z javnostjo), izobraževanju (delavnice v osnovnih in srednjih šolah) ter lobističnemu delu za sistemske izboljšave. Vse aktivnosti so vključene v svetovno kampanjo Amnesty International »Ustavimo nasilje nad ženskami.«

### DRUŠTVO REGIONALNE VARNE HIŠE CELJE, VARNA HIŠA CELJE

P. P. 347, 3000 Celje  
E-NASLOV: varna.hisace@siol.net;  
varna.hisa@siol.net  
T: 03 492 63 57 (vsak delavnik od 9. do 11. in od 15. do 17. ure)

### DRUŠTVO REGIONALNE VARNE HIŠE CELJE, VARNA HIŠA SLOVENJ GRADEC

P. P. 180, 2380 Slovenj Gradec  
E-NASLOV: varna.hisag@siol.net  
T: 02 882 94 35 (vsak delavnik od 9. do 11. in od 15. do 17. ure)

### DRUŠTVO REGIONALNE VARNE HIŠE CELJE, VARNA HIŠA VELENJE

P. P. 208, 3320 Velenje, E-NASLOV: drustvo.regionalna.varna.hisa@siol.net  
T: 03 897 66 90 (vsak delavnik od 9. do 11. in od 15. do 17. ure)

### DRUŠTVO ZA POMOČ ŽENSKAM IN OTROKOM ŽRTVAM NASILJA, VARNA HIŠA GORENJSKA

P. P. 575, 4103 Kranj  
E-NASLOV: vh.gorenjska@siol.net  
T: 051 200 083 (ponedeljek, torek, sreda, četrtek od 7.30. do 17.30. ure, petek od 7.30. do 14. ure)

### ZAVETIŠČE PEPCIN DOM

Cesta krških žrtev 11, 8270 Krško  
E-NASLOV: gpcsd.krsko@gov.si;  
branka.lapuh@gov.si  
T: 07 492 23 25, 07 490 49 50 (ponedeljek in torek od 7. do 15. ure, sreda od 7. do 17. ure, četrtek od 7. do 15. ure in petek od 7. do 13. ure)

### DRUŠTVO VARNEGA ZAVETJA, VARNA HIŠA LJUTOMER

P. P. 18, 9240 Ljutomer  
E-NASLOV: vh.ljutomer@siol.net  
T: 02 584 83 90 (vsak delavnik od 7. do 20. ure)

### VARNA HIŠA MARIBOR

Dvorakova ul. 5, 2000 Maribor  
E-NASLOV: varnahmb@siol.com  
T: 02 480 11 86, 02 480 11 87 (vsak delavnik od 7. do 22. ure, sobota od 8. do 21. ure)

### ZAVOD KARITAS SAMARIJAN, VARNA HIŠA KARITAS ZA PRIMORSKO

Skalniška 1, 5250 Solkan  
E-NASLOV: karitas.samarijan@siol.net  
T: 05 330 02 34, 041 332 038 (vsak delavnik od 8. do 18. ure)

### DRUŠTVO ŽIVLJENJE BREZ NASILJA, VARNA HIŠA NOVO MESTO

Rozmanova ulica 10, P. P. 345, 8000 Novo mesto  
E-NASLOV: drustvo.dzbn.nm@gmail.com;  
T: 07 332 68 95, 031 393 614 (vsak delavnik od 9. do 14. ure)

### ZDRUŽENJE PROTI SPOLNEMU ZLORABLJANJU

Masarykova 23, 1000 Ljubljana  
E-NASLOV: zd.proti.spolnim.  
zlorabam@volja.net  
SPLETNI NASLOV: www.med.over.net/zpsz  
T: 01 431 33 41; 041 923 242; 041 859 603; **080 28 80** (ponedeljek, torek in četrtek od 9. do 16. ure, sreda od 9. do 12. in od 17. do 20. ure)

### CENTER ZA POMOČ ŽRTVAM KAZNIVIH DEJANJ – PAPILOT, DRUŠTVO ZA VZPODBUJANJE IN RAZVIJANJE KVALITETE ŽIVLJENJA

Zakotnikova 3, 1000 Ljubljana (enote imajo še v Kopru, Kranju, Jesenicah, Murski Soboti, Ptujju, Velenju)  
E-NASLOV: info@papiilot.si  
T: 01 524 12 40 (vsak dan, 24 ur na dan)

## Zaprisega o izbiri nenasilja



**Kot zrel in odgovoren  
človek prisegam, da:**

- ⌘ nasilja ne povzročam,
- ⌘ nasilja ne spregledam,
- ⌘ nasilja ne spodbujam,
- ⌘ ob nasilju primerno ukrepam,
- ⌘ proti nasilju govorim in delujem,
- ⌘ informiram se o trgovini z ljudmi.

