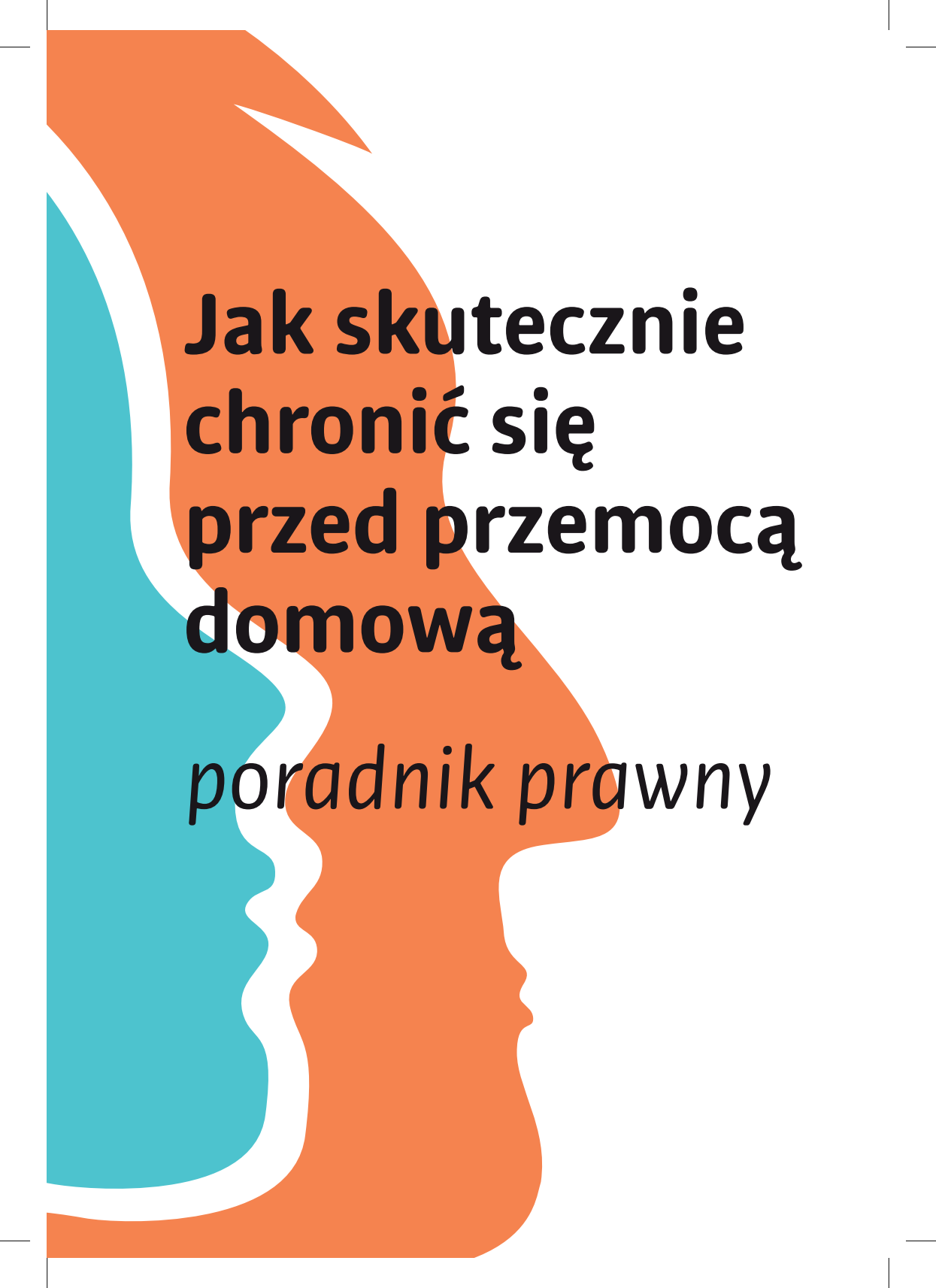




Jak skutecznie chronić się przed przemocą domową

poradnik prawny



**WE ARE
UNIC!**



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Publikacja powstała w ramach projektu „Znam swoje prawa – informator dla kobiet doznających przemocy domowej” finansowanego w ramach Konkursu Science Hub UniLodz - edycja UNIC. Autorami są studenci Wydziału Prawa i Administracji Uniwersytetu Łódzkiego: Zuzanna Piórkowska i Wojciech Niewiadomski, opiekę merytoryczną nad publikacją sprawowała dr Anna Głogowska-Balcerzak.

Konkurs Science Hub UniLodz - edycja UNIC jest realizowany w ramach projektu „We are UNIC!”. Projekt „We are UNIC!” jest finansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach programu „Support for European University Alliances”, projekt NAWA FERS.01.05-IP.08-0219/23, kwota: 62,705,297.60 zł.

Czym jest przemoc domowa?

Przemoc to nie tylko bicie czy groźby. To każde zachowanie, które przekracza Twoje granice i sprawia ból – może mieć wymiar fizyczny, psychiczny, seksualny lub ekonomiczny. Może przybierać różne formy, takie jak wyśmiewanie, znieważanie, zastraszanie, kontrolowanie, ograniczanie dostępu do pieniędzy czy zadawanie cierpienia, także tego niewidocznego na pierwszy rzut oka. Przemocą jest również zaniedbywanie podstawowych potrzeb, brak opieki lub wsparcia, gdy są one niezbędne, np. wobec dzieci lub osoby chorej lub osoby z niepełnosprawnością.

Ważne jest, aby umieć rozpoznawać takie sytuacje i wiedzieć, że możesz szukać wsparcia oraz korzystać ze swoich praw. Nikt nie powinien być traktowany w sposób krzywdzący - prawo chroni osoby doświadczające przemocy.

Jeśli doświadczasz takich zachowań, masz prawo do pomocy. Nie jesteś sama i nie musisz radzić sobie z tym w milczeniu. W tym krótkim poradniku znajdziesz praktyczne wskazówki - jest wiele sposobów na to, aby zadbać o bezpieczeństwo swoje i swoich bliskich.

Zawiadomienie o popełnieniu przestępstwa można złożyć w dowolnej jednostce policji lub prokuratury. Zgłoszenia dokonuje się osobiście (ustnie do protokołu), pisemnie (pocztą lub osobiście) lub telefonicznie. Pamiętaj, że zgłoszenia nie musisz dokonać sama – o pomoc możesz poprosić sąsiada, rodzinę, znajomych. Instytucje państwowe i samorządowe, które dowiedziały się o przestępstwie, mają prawny obowiązek zawiadomienia prokuratury lub policji. Po przyjęciu zawiadomienia organy ścigania wszczynają postępowanie, którego celem jest pociągnięcie do odpowiedzialności osoby stosującej przemoc.

W sytuacji bezpośredniego zagrożenia zadzwoń pod numer alarmowy 112 (ogólny) lub 997 (policja). Twoje bezpieczeństwo jest bowiem najważniejsze!

Zakaz zbliżania i nakaz opuszczenia mieszkania

Jest to działanie, które nie tylko da Ci ochronę przed sprawcą, ale także czas na podjęcie dalszych działań prawnych.

Zarówno policja, jak i Żandarmeria Wojskowa mogą wydać taki nakaz/zakaz podczas interwencji podjętej we wspólnie zajmowanym mieszkaniu lub jego bezpośrednim otoczeniu, albo w związku powzięciem informacji o stosowaniu przemocy domowej, np. w związku ze zgłoszeniem z organizacji pomocy społecznej.

Sprawca przemocy nie będzie mógł zostawić Cię z niczym czy korzystać z wymówki zabrania swoich rzeczy, aby dalej Cię nachodzić. Zabrać będzie mógł jedynie przedmioty osobistego użytku, służące mu do pracy czy zwierzęta domowe stanowiące jego własność - jeśli coś zostawi, to będzie mógł to tylko jednorazowo odebrać z mieszkania w obecności policjanta i po uzgodnieniu z Tobą terminu.

Nakaz/zakaz są wydawane na 14 dni, w trakcie których Policja lub Żandarmeria jest zobowiązana co najmniej trzykrotnie sprawdzić ich respektowanie przez sprawcę. Ten okres może jednak zostać sądownie przedłużony - wniosek można złożyć w trybie przyspieszonym i wtedy sąd ma miesiąc na wydanie orzeczenia. Ważne jest, żeby ten wniosek został złożony w trakcie tych 14 dni abyś mogła korzystać z ciągłej ochrony.

Zakaz kontaktowania i zbliżania powstały, by zapewnić izolację i bezpieczeństwo od osób stwarzających zagrożenie, także poza wspólnie zajmowanym mieszkaniem. Zakaz zbliżania udzielany jest na odległość ustaloną w metrach, natomiast zakaz kontaktowania się ma uniemożliwić nękanie za pomocą środków komunikowania się na odległość. Zakaz wstępu i przebywania w określonych miejscach ma chronić osobę doznającą przemocy w pracy, szkole czy innej podobnej placówce, gdzie uczęszcza ona lub jej dzieci.

Zakazy te mogą zostać przedłużone, analogicznie jak w przypadku dotychczas obowiązującego zakazu zbliżania się do mieszkania.

Nakazy i zakazy mogą być stosowane łącznie i obowiązują od momentu wydania.

Procedura Niebieskiej Karty

To procedura wszczynana w przypadku uzasadnionego podejrzenia, że w rodzinie dochodzi do przemocy. Procedura jest w takiej sytuacji uruchamiana obowiązkowo przez przedstawicieli określonych służb - policji, ale również pracowników socjalnych, pracowników ochrony zdrowia lub nauczycieli poprzez wypełnienie formularza Niebieska Karta A, który powinien zostać wypełniony w Twojej obecności, w swobodnych warunkach.

Policjanci mają obowiązek rejestracji przebiegu interwencji domowych w sprawach dotyczących przemocy w rodzinie w systemie Niebieskiej Karty.

Wszczęcie procedury ma dążyć do zapewnienia Tobie i Twoim dzieciom bezpieczeństwa, więc może się odbywać nawet bez Twojej zgody.

Po wypełnieniu formularza A, powinnaś otrzymać formularz B – informuje on o zagrożeniach przemocy domowej, Twoich prawach oraz kontakcie do instytucji i organizacji świadczących pomoc.

Pamiętaj, że od interweniującego funkcjonariusza możesz domagać się zabezpieczenia śladów i dowodów na potrzeby postępowania przygotowawczego. Po założeniu Niebieskiej Karty formularz przekazywany jest do zespołu interdyscyplinarnego, który koordynuje dalsze działania pomocowe. W praktyce oznacza to, że dzielnicowy lub przedstawiciele innych służb – np. pomocy społecznej czy szkoły – powinni pozostawać z Tobą w kontakcie i monitorować sytuację Twojej rodziny.

Powinnaś również zostać zaproszona na spotkanie, podczas którego ustalany jest plan pomocy rodzinie (formularz C) oraz opisana przemoc stosowana przez sprawcę i jego zobowiązania (formularz D).

Jak bezpiecznie i legalnie zbierać dowody przemocy

Postaraj się zbierać dowody w sposób, który nie narazi Cię na dodatkowe niebezpieczeństwo. Jeśli masz wątpliwości – Twoje bezpieczeństwo jest ważniejsze niż dowód. Pamiętaj, że nie musisz mieć idealnych dowodów, by sąd Ci uwierzył. Każdy zapis ma znaczenie. Oto kilka bezpiecznych i dopuszczalnych sposobów zbierania informacji, które mogą mieć wartość dowodową:

1. Zdjęcia obrażeń (siniaki, zadrapania)

Rób je w dobrym świetle, z datą. Wykonaj kilka ujęć: z bliska i z dalszej odległości (żeby było widać, gdzie na ciele jest uraz). Nie obrabiaj zdjęć (bez filtrów, przycinania). Jeśli obawiasz się, że sprawca może uzyskać do nich dostęp - wyślij zdjęcie do osoby, której ufasz np. do mamy, siostry, przyjaciółki. Następnie usuń zdjęcie. Skasuj je także z folderu „Ostatnio usunięte”. Sprawdź, czy nie zapisały się automatycznie w chmurze (iCloud/Google) – jeśli tak, usuń je także stamtąd.

2. Zachowuj SMS-y i wiadomości

Pamiętaj, aby nie przechowywać dowodów tylko na swoim urządzeniu, jeśli istnieje ryzyko, że sprawca przemocy może je skontrolować. Zrób zrzut ekranu wiadomości (z datą i nazwą kontaktu). Wyślij je do zaufanej osoby. Usuń z telefonu - także z „Kosza” bądź „Ostatnio usuniętych”. Jeśli plik zapisał się w chmurze - usuń także stamtąd.

3. Nagrania rozmów, w których uczestniczysz

Pamiętaj, jeśli uczestniczysz w rozmowie nie musisz informować drugiej osoby, że nagrywasz. Nagraj krótki fragment, który pokazuje groźby, wyzwiska lub kontrolę. Nie nagrywaj „ciągle” ani bez potrzeby. Od razu wyślij nagranie do zaufanej osoby. Usuń plik z telefonu (także z „Kosza / Ostatnio usuniętych”) Sprawdź, czy nagranie nie zapisało się automatycznie w chmurze – jeśli tak, usuń.

Nie musisz zabezpieczać wszystkiego naraz. Jedna zachowana wiadomość bądź nagranie może mieć znaczenie.

Zaświadczenie *lekarskie* i obdukcja

Jest to jeden z ważniejszych punktów na naszej liście, bo zapewni Ci dowód na przyszłość, nawet jeśli teraz nie czujesz się jeszcze gotowa do bardziej otwartego działania. Takie zaświadczenie jest bezpłatne nawet jeśli ośrodek do którego się udasz nie ma podpisanej umowy z NFZ, a wydać je może lekarz każdej specjalizacji - Twój lekarz pierwszego kontaktu, inny specjalista, jak również lekarz na szpitalnym oddziale ratunkowym.

Zaświadczenie może mieć dla Ciebie kluczowe znaczenie, ponieważ lekarz ma obowiązek opisać obrażenia wynikające z przemocy domowej u osoby, która zgłasza się na konsultację lekarską, a organy ścigania mają obowiązek dopuścić dowód z opinii biegłego lekarza sądowego, który podczas obdukcji opisuje obrażenia także na podstawie takiego zaświadczenia i dokonuje wnioskowania co do przyczyny ich powstania.

Lekarz do wydania takiego zaświadczenia skorzysta ze wzoru i poprosi Cię o dane osobowe, adres zamieszkania, dokument tożsamości. Przeprowadzi z Tobą wywiad dotyczący okoliczności powstania twoich obrażeń (w szczególności, gdzie, kiedy i jak powstały), a także przeprowadzi badanie, w którym stwierdzi gdzie na twoim ciele znajdują się obrażenia, jak są liczne oraz określi ich rodzaj, kolor, wielkość. Następnie oceni jak wpływają na twoją sprawność, itd., a na koniec wyda opinię o przyczynach oraz czasie doznania tych ran.

Niezależnie od tego możesz również skorzystać z płatnej obdukcji u lekarza sądowego – koszt takiej usługi musisz ponieść sama. Obdukcja lekarska jest jednak bezpłatna, gdy zostanie zlecona przez organy ścigania (policję lub prokuraturę) w ramach toczącego się postępowania karnego.

Bezpieczeństwo *dzieci* – miejsce pobytu, kontakty i władza rodzicielska

Jeśli doświadczyłaś przemocy i masz dzieci, oczywistym jest, że chcesz ich bezpieczeństwa i spokoju. System prawny przewiduje narzędzia, które mogą pomóc. Skupmy się na najważniejszych.

Przed wszystkim można wystąpić do sądu rodzinnego z wnioskiem o ustalenie miejsca pobytu dzieci przy Tobie, wnioskiem o uregulowanie kontaktów z drugim rodzicem (w tym ich zawieszenia lub uzależnienia od nadzoru), a także wnioskiem o ograniczenie albo pozbawienie władzy rodzicielskiej. Są to rozstrzygnięcia o długofalowych skutkach, których celem jest zapewnienie dzieciom bezpieczeństwa i stabilnych warunków rozwoju.

Równolegle, już w czasie trwania postępowania, można złożyć wniosek o tzw. zabezpieczenie, czyli tymczasowe uregulowanie sytuacji dzieci, które będzie obowiązywać do momentu wydania prawomocnego orzeczenia. W ramach zabezpieczenia sąd może ustalić miejsce pobytu dzieci oraz tymczasowo uregulować kontakty z drugim rodzicem, w tym zarządzić, aby odbywały się one wyłącznie pod nadzorem kuratora lub zostały zawieszone. Warto pamiętać, że zabezpieczenie ma charakter przejściowy, ale często odgrywa kluczową rolę w zapewnieniu dzieciom natychmiastowej ochrony.

Warto poinformować szkołę lub przedszkole o sytuacji, zwłaszcza jeśli wcześniej został wydany zakaz zbliżania się lub istnieje ryzyko, że osoba stosująca przemoc będzie próbowała bezprawnie odebrać dzieci.

Pamiętaj, że działanie na rzecz ochrony dzieci nie jest działaniem przeciwko drugiemu rodzicowi, lecz realizacją obowiązku zapewnienia im bezpieczeństwa. W przyszłości, jeśli sytuacja ulegnie zmianie, postanowienie sądu można zmienić występując z kolejnym wnioskiem – nadrzędną zasadą jaka powinna przyświecać wszystkim uczestnikom postępowania jest tutaj konieczność kierowania się zasadą dobra dziecka. **W świetle obowiązujących przepisów nie budzi wątpliwości, że dziecko, które jest świadkiem przemocy, samo doświadcza przemocy psychicznej.**

Zabezpieczenie miejsca zamieszkania

W ustawie o przeciwdziałaniu przemocy domowej przewidziano specjalny tryb, który służy natychmiastowej ochronie osób doznających przemocy poprzez usunięcie sprawcy ze wspólnie zajmowanego mieszkania.

Postępowanie zaczyna się od złożenia wniosku do sądu rejonowego, konkretnie do wydziału cywilnego. Może go złożyć każda osoba doznająca przemocy. We wniosku opisuje się przemocowe zachowanie sprawcy oraz wskazuje się, że wspólne zamieszkiwanie zagraża bezpieczeństwu domowników.

Składając taki wniosek nie musisz udowodnić winy sprawcy – na tym etapie sąd bada czy dalsze wspólne mieszkanie stwarza realne zagrożenie.

Po wpłynięciu wniosku sąd działa w trybie pilnym i zobowiązany jest do jego szybkiego rozpoznania.

Jeżeli sąd wyda nakaz opuszczenia mieszkania, nie ma znaczenia, czy sprawca jest właścicielem, współwłaścicielem lub najemcą lokalu. Jeśli dopuścił się przemocy, będzie musiał opuścić swoje mieszkanie.

Jeśli sprawca nie chce dobrowolnie opuścić mieszkania, może zostać przymusowo usunięty, a policja ma dopilnować wykonania nakazu oraz reagować na każde jego naruszenie.

Sąd wydaje nakaz opuszczenia wspólnie zajmowanego mieszkania na czas, w którym wspólne zamieszkiwanie stwarza zagrożenie dla osoby doznającej przemocy lub dzieci. W praktyce postanowienie obowiązuje tak długo, jak długo istnieje zagrożenie, a nie „na tydzień” czy „na miesiąc”.

Podsumowując - masz prawo do różnych form ochrony prawnej jednocześnie.

Jeśli doznajesz przemocy nie ma jednej „właściwej” drogi. System ochrony jest zbudowany tak, aby różne rozwiązania działały równolegle i wzajemnie się uzupełniały.

Interwencja policji i działania natychmiastowe służą przerwaniu przemocy tu i teraz oraz ochronie Twojego życia i zdrowia. Procedura Niebieskiej Karty uruchamia długofalową ochronę systemową. Jest mechanizmem monitorowania sytuacji rodziny i zapewnienia wsparcia dla osoby doznającej przemocy i ochrony dzieci.

Policyjny nakaz opuszczenia mieszkania lub zakaz zbliżania się zapewnia szybkie bezpieczeństwo, ale ma charakter tymczasowy. Postępowanie cywilne w trybie art. 11a ustawy o przeciwdziałaniu przemocy domowej pozwala usunąć sprawcę z mieszkania na dłużej – niezależnie od tego, kto jest właścicielem lokalu – i zapewnić stabilną ochronę tak długo, jak istnieje zagrożenie.

Sąd rodzinny zajmuje się bezpieczeństwem i dobrem dzieci. Zabezpieczenie miejsca pobytu, ograniczenie lub nadzorowanie kontaktów oraz decyzje dotyczące władzy rodzicielskiej chronią dzieci i porządkują sytuację opiekuńczą.

Postępowanie karne, jeśli się toczy, dotyczy odpowiedzialności sprawcy za popełnione przestępstwa, ale nie zastępuje innych środków, w tym środków mających na celu uregulowanie sytuacji prawnej (rozwód, opieka nad dziećmi).

Każde z tych postępowań ma inny cel i inny tryb działania, ale jedno nie wyklucza drugiego. Możesz korzystać z różnych trybów równocześnie. Równolegle z podejmowaniem działań prawnych warto skorzystać z pomocy psychologa – profesjonalne wsparcie emocjonalne pomaga wzmocnić poczucie bezpieczeństwa, uporządkować sytuację i zebrać siły do dalszego działania.

Gdzie szukać wsparcia?

Fundacja KTOŚ realizuje program KTOŚ DLA KOBIET, w którym udziela bezpłatnego wsparcia kobietom doświadczającym przemocy. Znajdziesz tam wsparcie psychologiczne i poradnictwo prawne.

Zadzwoń lub napisz i umów się na spotkanie:

+48 536 029 559

ktosdlakobiet@fundacijaktos.pl

Punkt wsparcia znajduje się w Łodzi na ulicy Piotrkowskiej 118, lokal 4U

Oto krótka lista innych podmiotów, które mogą Ci pomóc w tej trudnej sytuacji:

1. **Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie**, ul. Franciszkańska 85;
2. **Schronisko dla kobiet i dzieci Towarzystwa Pomocy im. św. Brata Alberta**, ul. Kwietniowa 2/4;
3. **Dom Samotnej Matki im. Stanisławy Leszczyńskiej**, ul. Broniewskiego 1A;
4. **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej (MOPS)** – również oferuje pomoc socjalną i interwencyjną osobom doświadczającym przemocy, w tym wsparcie i pomoc w znalezieniu miejsca schronienia. W Łodzi jest to między innymi MOPS przy ul. płk. Jana Kilińskiego 102/102A (Śródmieście), MOPS przy ul. Gen. Tadeusza Kutrzeby 16 (Bałuty), MOPS przy ul. Będzińskiej 5 (Górna).

Masz prawo oczekiwać pomocy.



**WE ARE
UNIC!**



**FACULTY OF LAW
AND ADMINISTRATION**
University of Lodz



UNIC