

Stop volden mod kvinder

– bryd tavsheden

Om pjecen

Bliver du slået, eller er du blevet det tidligere?

Bliver du truet med vold, udsat for psykisk terror eller seksuel tvang?

Er det din mand, kæreste, eksmand eller andre familiemedlemmer der gør dig ondt?

Lider børnene?

Så kan du her finde muligheder for at få hjælp!

Du kan ringe anonymt på:
tlf. **70 20 30 82**.

Det er en tjeneste der rådgiver om vold mod kvinder, hele døgnet!

Lever du i et voldeligt forhold?

Omtrent hver 10. kvinde over 15 år bliver udsat for vold af deres nuværende eller tidligere mand. Vold forstået som:

Fysisk vold – at blive slået, banket, skubbet til, smidt med eller udsat for vold med våben eller andre genstande.

Psykisk vold – at blive truet med vold eller se sine børn blive det. At blive råbt ad, kritiseret konstant, kontrolleret eller isoleret fra andre mennesker. Eller at blive nedgjort mens andre er til stede.

Seksuel tvang – at blive tvunget til sex man ikke har lyst til eller ønsker.

Materiel vold – at få sine ting ødelagt. Eller at blive straffet ved at mangle penge til mad og andre fornødenheder.

Du skal ikke finde dig i vold!

Måske føler du det rigtigst at bagateliserer det, når du udsættes for vold. Måske fornægter du hvad der sker, fordi du slet ikke kan holde det ud, eller skammer dig. Måske føler du dig skyldig, og er i tvivl om du selv har provokeret ham? Uanset hvad: Han må ikke slå dig!

I Danmark er det kriminelt at slå eller kvæste andre mennesker, hvad enten det foregår ude eller hjemme. Du behøver ikke at finde dig i vold. Tværtimod. Jo før du gør noget for at stoppe det, jo bedre. Både for din egen og for dine børns skyld.

Ved børnene det?

I de fleste tilfælde kender børnene til volden i familien. Det viser adskillige undersøgelser. De bekymrer sig og

sørger over det. På kort sigt kan deres bekymring medføre at de f.eks. bliver urolige eller ukoncentrerede i skolen. På længere sigt kan volden i familien betyde at de som voksne får flere problemer end andre. At de får et dårligere liv. Derfor har børnene brug for at de voksne gør noget for at få volden til at holde op. De har brug for at se der kan handles, når der sker noget urimeligt.

Hvad kan du gøre?

Det er ikke sikkert, at du er nødt til at forlade din mand for at stoppe volden. Du kan få hjælp under alle omstændigheder. For volden må standses. Det kan næsten ikke gå hurtigt nok. Du har forskellige muligheder for at få støtte og vejledning. Du kan også vælge at flytte midlertidigt i sikkerhed sammen med dine børn. Til et sted hvor der er andre kvinder med de samme problemer. Anonymt hvis du ønsker det.

Andre sprog-udgaver

Pjecen er lavet på ni forskellige sprog: dansk, engelsk, bosnisk, tyrkisk, arabisk, somali, thai, russisk og farsi.

Sådan får man fat i pjecen

Den kan hentes i det lokale lægehus, på apoteket, biblioteket, kommunen eller politistationen. Den kan også fås ved henvendelse på tlf. 33 17 09 00.

Informationsfolderne er udarbejdet som led i ”Handlingsplan til bekæmpelse af mænds vold mod kvinder og børn i familien 2005-2008“.

MINISTER FOR
Ligestilling



LOKK
LANDSORGANISATION AF KVINDERCENTRE

vfc socialt udsatte
VIDENS- & FORMIDLINGS-CENTER FOR SOCIALT UDSATTE

Dine handlemuligheder

- Du kan aftale med familie eller venner at du og børnene kan bo hos dem, hvis det bliver nødvendigt.
- Du kan ringe anonymt på: tlf. **70 20 30 82**. Det er en tjeneste der rådgiver om vold mod kvinder, hele døgnet!
- Du kan fortælle din læge om volden. Han eller hun kan hjælpe dig med at finde frem til dine muligheder.
- Du kan tage på skadestuen når du har været udsat for vold. Fortæl dem om volden. Sørg for at blive undersøgt uden at din mand er til stede (lægen har lov til at bede ham gå udenfor).
- Du kan ringe til politiet og bede dem komme, hvis du er blevet slået eller udsat for seksuel tvang.
- Du kan henvende dig anonymt til din kommune og bede om hjælp. Enten ved at ringe eller ved at gå hen i Socialforvaltningen.

- Du kan bede personalet på skolen, i børnehaven eller vuggestuen om at kontakte kommunen for dig, hvis du ikke selv kan komme til det.
- Du kan henvende dig anonymt direkte til et krisecenter eller via kommunen, lægen, vennerne eller familien. Der er ca. 40 krisecentre i Danmark. Adresserne får du på tlf. **70 20 30 82**. Du kan også ringe til krisecentrenes sekretariat på tlf. 32 95 90 19, eller besøge deres hjemmeside på Internettet: www.lokk.dk.

Dine rettigheder

Du har ret til at anmelde til politiet at vold har fundet sted. Du selv, et familie-medlem eller en nabo kan gøre det. Hvis I har haft besøg af en politibetjent i forbindelse med voldshændelsen, kan vedkommende også anmelde det. Når du anmelder, skal du kort beskrive hvad der er sket. Det er bedst at møde personligt op på politistationen, men du kan også gøre det over telefonen.

Du har ret til at følges med en person du er tryk ved, når du henvender dig på politistationen. Det kan styrke dig i dit forehavende. Det er ofte en ubehagelig situation, men det kan være den nødvendige forudsætning for at komme videre mod et liv uden vold.

Du har ret til en udefrakommende tolk hvis du ikke taler dansk. Det vil sige en tolk som f.eks. ikke er et familiemedlem.

Du har ret til at få anonym og gratis rådgivning hos kommunen. Det har alle borgere. Kommunen kan fortælle dig hvilke rettigheder du har hvis du bliver hos din mand, eller hvis du vælger at forlade ham.

Gode råd

Hvis du har bestemt dig for at forlade din mand næste gang han udsætter dig for vold, vil det være en god idé at have en »Sikkerhedstaske« stående med f.eks.:

- Lidt tøj til dig selv og børnene
- Penge (evt. hævekort)
- Ekstranøgle til boligen
- Legetøj til børnene
- Medicin og recepter
- Telefon- og adressebog
- Officielle papirer for dig selv og børnene (f.eks. pas, vielsesattest, dåbsattester, sygesikringsbeviser og eventuelle immigrationspapirer).

Husk at du har mulighed for at søge om at beholde din danske opholdstilladelse hvis du forlader din mand pga. vold. Det gælder også hvis du fik din opholdstilladelse fordi du var gift med "en i Danmark bosiddende mand".

Dansk

