

JURK

Juridisk rådgivning for kvinner

Vold i familien

Polsk

SŁOWO WSTĘPNE

Niniejsza broszura została wydana przez Kancelarię Porad Prawnych dla Kobiet [Juridisk rådgivning for kvinner (JURK)]. JURK jest prowadzoną przez studentów organizacją pomocy prawnej, udzielającą porad z zakresu prawa wszystkim osobom definiującym się jako kobiety.

Publikacja ta dotyczy zjawiska przemocy w rodzinie. Traktuje ona zarówno o przemocy wobec osób dorosłych jak i o przemocy wobec dzieci.

Broszura została opracowana do projektu, który prowadzimy pod nazwą Ambasadorzy Prawa. W ramach tego projektu kobiety pochodzące z Polski i Tajlandii, po uzyskaniu przeszkolenia w zakresie ustalonej tematyki, przekazują dalej uzyskaną wiedzę.

Projekt Ambasadorzy Prawa finansowany jest przez Główny Urząd ds. Integracji i Wielokulturowości [Integrerings- og mangfoldsdirektoratet (IMDi)].

JURK zastrzega możliwość zaistnienia zmian w przepisach po publikacji broszury.

Dziękujemy za cenne sugestie pozostałym pracownikom JURK.

Broszura została poddana rewizji w październiku 2021 r. przez
Ingeborg Skov Høye
Martine Klein
Emily Svendsby
Amanda Foss
Johanne Hjelde

SPIS TREŚCI

1.0 CZYM JEST PRZEMOC	2
2.0 RODZAJE PRZEMOCY	2
3.0 TWOJE PRAWA	5
3.1 Zawiadomienia policji o popełnieniu przestępstwa	5
3.2 Konsultacja z adwokatem.....	6
3.3 Sugestie JURK na okoliczność składania zawiadomienia o przestępstwie z użyciem przemocy	6
3.4 Pełnomocnik osoby pokrzywdzonej.....	8
3.5 Postępowanie przygotowawcze.....	9
4.0 GDY POTRZEBUJESZ OCHRONY I POMOCY	10
4.1 Ośrodek kryzysowy	10
4.2 Alarm antyprzemocowy dla osób dotkniętych przemocą	11
4.3 Zakaz odwiedzin.....	12
4.4 Odwrotny alarm antyprzemocowy	13
4.5 Rola policji.....	13
5.0 ODSZKODOWANIE.....	14
5.1 Odszkodowanie w postępowaniu sądowym.....	14
5.2 Odszkodowania dla ofiar przemocy	14
6.0 GDY JESTEŚ W NORWEGII TYTUŁEM ŁĄCZENIA RODZINY I NIE MASZ NIEZALEŻNEGO POZWOLENIA NA POBYT	15
7.0 PRZEMOC WOBEC DZIECI	16
7.1 Co to jest przemoc wobec dzieci?	16
7.2 Obowiązek dbania o swoje dziecko	17
7.3 Rodzice muszą chronić dziecko przed przemocą.....	18
7.4 Obowiązek ochrony dziecka, któremu jest źle.....	18
8.0 SŁUŻBA OCHRONY PRAW DZIECKA	19
8.1 Po co nam Służba Ochrony Praw Dziecka?	19
8.2 Co się dzieje w toku sprawy prowadzonej przez Służbę Ochrony Praw Dziecka?	20
8.2.1 Postępowanie sprawdzające	20
8.2.2 Dobrowolne działania pomocowe	22
8.2.3 Decyzja o trybie przymusowym.....	23
9.0 GDZIE MOŻESZ UZYSKAĆ POMOC.....	24

	1.0 CZYM JEST PRZEMOC
<i>Celowe krzywdzenie innej osoby</i>	Mówiąc w bardzo uproszczony sposób, przemoc ma miejsce wtedy, gdy ktoś celowo próbuje skrzywdzić inną osobę. Zjawisko przemocy może wystąpić wszędzie. Ktoś zostaje uderzony na przystanku autobusowym, ktoś napadnięty w pracy przez rozłoszczonego klienta, ktoś pobity w szkole.
<i>Przemoc w bliskich relacjach</i>	<p>Bardzo często przemoc występuje w środowisku domowym, a stosowana jest przez członka rodziny. Dom powinien być miejscem, gdzie człowiek czuje się bezpiecznie. Niestety nie jest tak dla wszystkich.</p> <p>W niniejszej broszurze koncentrujemy się przede wszystkim na przemocy, która ma miejsce w środowisku domowym. Przemoc między członkami rodziny nazywana jest często «przemocą w bliskich relacjach».</p> <p>Podaliśmy już kilka przykładów użycia przemocy: uderzenie, napaść, pobicie. Są to przykłady, które wiele osób rozpoznaje jako przemoc. Ale są też inne rodzaje przemocy, o których warto wiedzieć.</p>
	2.0 RODZAJE PRZEMOCY
<i>Przemoc fizyczna</i>	Przemoc fizyczna ma miejsce wtedy, gdy ktoś próbuje uszkodzić ciało innej osoby. Akty przemocy fizycznej to na przykład trzymanie, popychanie, potrząsanie, szczypanie, bicie lub kopanie kogoś. Niekiedy przemoc fizyczna może być tak poważna, że jej ofiara umiera.

<p><i>Przemoc psychiczna</i></p>	<p>Przemocą psychiczną można określić sytuacje, gdy ktoś krzywdzi inną osobę bez użycia fizycznej siły, na przykład poprzez doprowadzanie osoby do poczucia strachu, bezsilności, wstydu, rozpacz, uczucia, że jest niechciana lub niekochana. Przemoc psychiczna może być stosowana przy użyciu słów, odnoszenia się lub czynów. Ofiara przemocy psychicznej może być przykładowo zastraszana, upokarzana lub kontrolowana przez inną osobę.</p>
<p><i>Przemoc seksualna</i></p>	<p>Przemoc seksualna zachodzi wtedy, gdy ktoś narusza wolność seksualną innej osoby. Przykładem przemocy seksualnej jest zgwałcenie. Zgwałceniem może być zmuszenie innej osoby – przy użyciu przemocy lub gróźb – do uprawiania seksu. Może to też być uprawianie seksu z osobą, która jest w stanie pozbawiającym ją zdolności do sprzeciwu. Zgwałceniem może też być zmuszenie lub wywarcie presji, by osoba wykonywała czynności seksualne na sobie lub innej osobie.</p> <p>Molestowanie (nękanie) seksualne jest również przemocą seksualną. Molestowaniem seksualnym może być sytuacja, gdy ktoś okazuje Ci niepożądane zainteresowanie seksualne w celu zastraszania, dokuczenia lub wzbudzenia poczucia, że nic nie znaczysz. Przemoc seksualna jest zabroniona także między osobami pozostającymi ze sobą w związku nieformalnym czy małżeńskim.</p>
<p><i>Przemoc cyfrowa</i></p>	<p>O przemocy cyfrowej mówimy wtedy, gdy ktoś używa Internetu, mediów społecznościowych i innych metod przekazu, by zaszkodzić innej osobie. Może to być przykładowo zrobienie Ci nagrania video w sytuacji intymnej czy sfotografowanie Cię nago i udostępnienie takiego materiału innym wbrew Twojej woli. Może to również być zmuszenie Cię groźbą lub siłą do tego, byś</p>

	<p>sam(-a) przesłał(-a) swoje zdjęcia o charakterze seksualnym lub przesłanie tego rodzaju zdjęć do Ciebie, mimo że sobie tego nie życzysz. Przemoc cyfrowa może też mieć formę przesyłania lub publikowania w Internecie na czyjś temat szykanujących bądź nienawistnych wiadomości czy komentarzy lub wykorzystywania Internetu do monitorowania, śledzenia lub prześladowania osoby.</p>
<p><i>Przemoc ekonomiczna</i></p>	<p>Przemoc ekonomiczna ma miejsce, gdy ktoś szkodzi innej osobie poprzez objęcie kontroli nad jej finansami. Częstym przykładem jest sytuacja, gdy ktoś przelewa wszystkie pieniądze ofiary na swoje konto i zabrania jej korzystać z jej własnych pieniędzy bez pozwolenia. Innym częstym przykładem jest zaciągnięcie pożyczki bankowej na nazwisko ofiary. Może to zostać zrobione poprzez sfalszowanie podpisu czy doprowadzenie ofiary groźbami do złożenia podpisu. W niektórych przypadkach ofiara przemocy finansowej pozostaje po tym z dużym zadłużeniem. Kancelaria JURK wydała osobną broszurę na temat przemocy finansowej.</p>
<p><i>Przemoc materialna</i></p>	<p>Przemoc materialna polega na celowym niszczeniu rzeczy. Może to być przykładowo wybijanie dziur w drzwiach, ścianach czy oknach, rzucanie lub tłuczenie różnych rzeczy w domu. Często wzbudza to silny strach u osób znajdujących się w pobliżu.</p>
<p><i>Przemoc jest często zjawiskiem złożonym</i></p>	<p>Powyżej opisaliśmy różne rodzaje przemocy, by na przykładach uzmysłwić Ci, co jest przemocą, tak byś był(-a) w stanie ją rozpoznać, gdy coś podobnego przydarzy się Tobie lub komuś kogo znasz. Wiele z osób doświadczających przemocy domowej znajduje się w sytuacji, w której padają ofiarą nie tylko jednego z przedstawionych rodzajów przemocy. Gdy ktoś potrzebuje pomocy, nie musi wskazywać, jakiego rodzaju przemocy doświadcza. Wystarczy opowiedzieć, co się wydarzyło.</p>

	<p>Część z aktów doświadczanej przemocy może stanowić przemoc karalną na mocy przepisów ustawy karnej. Jednak nawet wtedy, gdy dane akty przemocy nie są czynami karalnymi, mogą być poważnym i szkodliwym dla ofiary zjawiskiem.</p>
	<p>3.0 TWOJE PRAWA</p>
	<p>3.1 Zawiadomienia policji o popełnieniu przestępstwa</p>
	<p>Jeśli padniesz ofiarą przemocy, możesz złożyć zawiadomienie o tym na policji [anmeldelse]. Takie zawiadomienie to zgłoszenie do policji, że wydarzyło się coś sprzecznego z prawem.</p> <p>Kontaktując się z policją należy opowiedzieć co się wydarzyło. Zwykle policja zadaje jeszcze dodatkowe pytania do tego, co się opowiedziało. To ważne by wyjawić policji wszystko o sprawie, mimo że być może człowiek czuje się przy tym niekomfortowo w rozmowie z obcą osobą.</p> <p>Policja spisuje Twoje zawiadomienie. Ty potwierdzasz jego poprawność składając swój podpis. Przygotuj się też na to, by odpowiedzieć na pytanie, czy domagasz się odszkodowania od osoby, która użyła przemocy. Możesz poprosić o wydanie Ci pisemnego potwierdzenia o złożeniu zawiadomienia o przestępstwie.</p> <p>Jeżeli nie wiesz, gdzie jest najbliższy komisariat policji, możesz zadzwonić pod numer 02800 lub sprawdzić to na stronie www.politiet.no. Jeśli chcesz możesz też zadzwonić na policję, by umówić się na konkretny termin w celu złożenia zawiadomienia o przestępstwie.</p>

	<p>Wtedy unikniesz czekania w kolejce, gdyby dzień okazał się ruchliwy na komisariacie.</p> <p>Więcej na ten temat przeczytasz w wydanej przez JURK standardowej ulotce informacyjnej o składaniu zawiadomienia o popełnieniu przestępstwa.</p>
	<p>3.2 Konsultacja z adwokatem</p>
	<p>Niekiedy osobom dotkniętym przemocą przysługuje prawo do bezpłatnej rozmowy z adwokatem przed złożeniem zawiadomienia na policji. Podczas takiej konsultacji można zapytać o kwestie dowodowe, co zrobić by uzyskać ochronę przed przemocą po złożeniu zawiadomienia i o to, co może się dzieć, jeśli złożysz zawiadomienie.</p> <p>Prawo do takiej bezpłatnej konsultacji mają osoby, które padły ofiarą przemocy w rodzinie, zgwałcenia lub wykorzystywania seksualnego, handlu ludźmi, okaleczenia narządów płciowych, kazirodztwa, małżeństwa pod przymusem lub są natchodzone mimo wydanego zakazu odwiedzin. Dotyczy to również osób dotkniętych przemocą, która doprowadziła do znacznych uszkodzeń fizycznych lub psychicznych.</p> <p>Więcej na ten temat przeczytasz w wydanej przez JURK standardowej ulotce informacyjnej o bezpłatnej pomocy prawnej. Jeśli chcesz dowiedzieć się, czy masz prawo do takiej bezpłatnej konsultacji, możesz zadzwonić do dowolnego adwokata i o to zapytać. Listę adwokatów znajdziesz na stronie www.advokatenhjelperdeg.no.</p>
	<p>3.3 Sugestie JURK na okoliczność składania zawiadomienia o przestępstwie z użyciem przemocy</p>

- Powinno się powiedzieć kiedy, gdzie i jak doszło do użycia przemocy. To ważne by podać możliwie jak najwięcej informacji, zarówno tych, które przemawiają na Twoją korzyść jak i tych, które są dla Ciebie niekorzystne, przedstawić zarówno to, co Twoim zdaniem jest ważne jak i to, co uważasz za mniej ważne. Z reguły jest tak, że najpierw składasz swobodne zeznania, a następnie odpowiadasz na zadane pytania.
- Warto wziąć ze sobą listę imion i nazwisk oraz danych kontaktowych ewentualnych świadków.
- Postaraj się zabezpieczyć dowody.
 - Zrób zdjęcia obrażeń / uszkodzeń.
 - Zachowaj wiadomości tekstowe, maile, listy itp.
 - Jeśli padniesz ofiarą przemocy seksualnej, nie należy się myć ani wyrzucać odzieży przed skontaktowaniem się z policją lub służbą zdrowia. Jak najszybciej skontaktuj się z pogotowiem lekarskim / izbą przyjęć ofiar zgwałcenia w celu przeprowadzenia badań i uzyskania pomocy
 - Skontaktuj się z lekarzem, psychologiem lub innym personelem służby zdrowia. Zaświadczenie lekarskie lub wypis z karty pacjenta może stanowić dowód.
- Prowadź pamiętnik zapisując czyny, których ofiarą padasz. Wtedy łatwiej będzie Ci opowiedzieć wszystko policji.
- Powiedz o swojej sytuacji komuś, komu ufasz. Może to być na przykład nauczyciel, członek rodziny, konsultant czy przyjaciel. Wtedy będziesz mieć w otoczeniu kogoś, kto wie co przeżywasz.
- Możesz też zasięgnąć porady i uzyskać wskazówki w Ośrodku wsparcia dla ofiar przestępczości [Støttesenteret for kriminalitetsutsatte]. Dane kontaktowe ośrodka znajdziesz na końcu tej

	broszury.
	3.4 Pełnomocnik osoby pokrzywdzonej
<i>Pełnomocnik osoby pokrzywdzonej</i>	<p>W wielu sprawach dotyczących przemocy, osoba składająca na policji zawiadomienie o popełnieniu przestępstwa ma prawo do pełnomocnika z urzędu [bistandsadvokat]. Taki pełnomocnik osoby pokrzywdzonej to adwokat mający świadczyć pomoc i wsparcie osobie, która padła ofiarą czynu karalnego.</p> <p>Prawo do pełnomocnika osoby pokrzywdzonej przysługuje przykładowo osobom zgłaszającym policji zawiadomienie w sprawach dotyczących przemocy w rodzinie, zgwałcenia czy wykorzystywania seksualnego, handlu ludźmi, kazirodztwa, okaleczenia narządów płciowych, małżeństwa pod przymusem, nachodzenia przez osobę, której wydano zakaz odwiedzin lub ofiarom przemocy, która doprowadziła do znacznego uszczerbku na zdrowiu, czy to od strony somatycznej czy psychicznej. Pełnomocnik osoby pokrzywdzonej powoływany jest również dla osób, które w wyniku przestępstwa utraciły niepełnoletnie dziecko, oraz w innych poważnych przypadkach.</p>
<i>Zadania pełnomocnika osoby pokrzywdzonej</i>	<p>Zadaniem pełnomocnika osoby pokrzywdzonej jest udzielenie klientowi pomocy podczas policyjnego postępowania przygotowawczego i w toku postępowania sądowego. Jest on rzecznikiem interesów osoby pokrzywdzonej wobec policji i w sądzie. Ponadto adwokat ten ma pomóc osobie pokrzywdzonej w zrozumieniu co się dzieje w toku sprawy. Może tu na przykład chodzić o wyjaśnienie jakich pytań osoba pokrzywdzona może się spodziewać podczas rozprawy lub co oznacza pismo otrzymane z policji. Jeżeli jako osoba pokrzywdzona chcesz domagać się odszkodowania finansowego od osoby, przeciwko której</p>

	<p>dokonujesz zawiadomienia, pomoże Ci w tym pełnomocnik osoby pokrzywdzonej. Możesz też poprosić takiego adwokata o pomoc przy domaganiu się ochrony ze strony policji, jeśli istnieje niebezpieczeństwo, że padniesz ofiarą dalszej przemocy.</p> <p>Gdy przysługuje Ci prawo do pełnomocnika osoby pokrzywdzonej, płaci za niego Skarb Państwa. JURK radzi jednak, by zapytać adwokata, czy na pewno koszty jego pomocy zostaną pokryte przez Państwo.</p>
	<p>3.5 Postępowanie przygotowawcze</p>
<p><i>Co to jest postępowanie przygotowawcze?</i></p>	<p>Często po otrzymaniu zawiadomienia o przestępstwie policja wszczyna postępowanie przygotowawcze (dochodzeniowo-śledcze). Oznacza to, że stara się ujawnić więcej informacji o tym, co się stało, oraz stwierdzić, czy istnieją dostateczne dowody by wszcząć sprawę karną przeciwko osobie zgłoszonej w zawiadomieniu.</p>
<p><i>Co jest przedmiotem postępowania przygotowawczego</i></p>	<p>Podczas postępowania przygotowawczego może być sprawdzanych wiele rzeczy. Jeżeli padłaś(-eś) ofiarą przemocy pozostawiającej ślady na ciele, policja może Cię zapytać o zgodę na zasięgnięcie przez nią opinii medyczno-sądowej o obrażeniach. W takim przypadku osoba pokrzywdzona poddawana jest obdukcji, przy czym mogą być robione zdjęcia i pobierane próbki do badań laboratoryjnych. To ważne, by policja zebrała te dowody, które są jej potrzebne do prowadzenia postępowania w Twojej sprawie, ale obdukcja jest dobrowolna. Możesz też zostać poproszona(-y) o pomoc w zebraniu kolejnych dowodów, na przykład poprzez wyrażenie zgody na to, by lekarz udostępnił policji wypis z Twojej karty pacjenta. Policja przesłuchuje też osobę zgłoszoną w zawiadomieniu o przestępstwie oraz ewentualnych świadków.</p>

<p><i>Gdy skończy się postępowanie przygotowawcze</i></p>	<p>Postępowanie przygotowawcze może toczyć się przez długi czas. Często trwa wiele miesięcy.</p> <p>Po zakończeniu postępowania przygotowawczego policja ocenia, czy jest dość dowodów by wystąpić z oskarżeniem. Jeżeli dochodzi do wystąpienia z oskarżeniem, sprawa karna będzie rozpoznawana przed sądem.</p> <p>Jeżeli nie ma dostatecznie mocnych dowodów, postępowanie zostaje umorzone. Oznacza to, że policja nie będzie dalej zajmować się daną sprawą i nie będzie żadnej sprawy karnej.</p> <p>Nawet jeśli sprawa zostaje umorzona, nie znaczy to wcale, że policja Ci nie wierzy. Policja może przykładowo umorzyć postępowanie, gdy nie ma dostatecznie mocnych dowodów, by móc kogoś skazać w sprawie karnej. Jeśli złożysz zawiadomienie o przestępstwie z użyciem przemocy i postępowanie zostanie umorzone, wówczas wraz ze swoim pełnomocnikiem osoby pokrzywdzonej możesz się zastanowić czy odwołać się od postanowienia o umorzeniu.</p>
	<p>4.0 GDY POTRZEBUJESZ OCHRONY I POMOCY</p>
	<p>4.1 Ośrodek kryzysowy</p>
<p><i>Kto może uzyskać pomoc?</i></p>	<p>Jeśli doświadczysz przemocy ze strony rodziny możesz skontaktować się z ośrodkiem kryzysowym [krisesenter]. Pomoc takiego ośrodka jest bezpłatna. Wszystkie gminy winny mieć taki ośrodek.</p>

<p><i>Mieszkanie w ośrodku kryzysowym</i></p>	<p>Jeżeli padniesz ofiarą przemocy i pozostawanie w domu stanie się niemożliwe, możesz tymczasowo zamieszkać w ośrodku kryzysowym. W razie potrzeby możesz tam zabrać ze sobą dzieci. W ośrodku będziecie bezpieczni, przy czym będziecie mogli skorzystać z oferowanych rozmów i uzyskać pomoc w znalezieniu sposobu na polepszenie sytuacji. Ośrodek kryzysowy może Wam również pomóc w nawiązaniu kontaktu z instancjami pomocowymi.</p>
<p><i>Oferta dla osób docho- dzących</i></p>	<p>Ośrodek kryzysowy to placówka przeznaczona nie tylko dla osób, które nie mogą przebywać w domu. Do takiego ośrodka można również przychodzić w ciągu dnia po porady i wskazówki.</p>
<p><i>Obowiązek dochowania tajemnicy</i></p>	<p>Pracownicy ośrodka kryzysowego mają obowiązek dochowania tajemnicy. Oznacza to, że nikt nie dowie się o tym, iż korzystasz z pomocy takiego ośrodka, chyba że sam(-a) będziesz tego chcieć.</p>
<p><i>Jak znaleźć ośrodek kryzysowy</i></p>	<p>Najbliższy ośrodek kryzysowy znajdziesz na stronie www.krisesenter.com pod zakładką «Finn ditt krisesenter» [znajdź miejscowy ośrodek kryzysowy]. Gdzie jest najbliższy ośrodek kryzysowy dowiesz się też dzwoniąc na policję.</p>
	<p>4.2 Alarm antyprzemocowy dla osób dotkniętych przemocą</p>
<p><i>Co to jest alarm antyprzemocowy?</i></p>	<p>Alarm dla osób dotkniętych przemocą [voldsalarm] to jedna z kilku możliwości ochrony osoby przed przemocą, jakimi dysponuje policja. Taki alarm antyprzemocowy to niewielki aparat z przyciskiem. Należy go nosić przy sobie przez cały czas. Jeśli naciśniesz przycisk aparatu, wiadomość o tym, że jesteś w niebezpieczeństwie trafia bezpośrednio do policji.</p>

<p><i>Kto może dostać alarm antyprzemocowy?</i></p> <p><i>Wnioskowanie o alarm antyprzemocowy</i></p>	<p>Osoby, które padły ofiarą przemocy, gróźb lub wykorzystywania mogą otrzymać taki aparat alarmowy. Uzyskanie go jest możliwe, gdy nadal istnieje niebezpieczeństwo użycia wobec osoby przemocy, gróźb lub wykorzystywania jej.</p> <p>Aby otrzymać aparat alarmowy dla osób dotkniętych przemocą musisz wystąpić do policji o jego przyznanie. Policja ocenia wtedy, czy Twoja sytuacja jest tego rodzaju, że możesz uzyskać taki alarm. Aparat ten jest przyznawany każdorazowo tylko na trzy miesiące. Jeśli po trzech miesiącach jest Ci nadal potrzebny, musisz ponownie wystąpić o jego przyznanie. Nie musisz zgłaszać zawiadomienia o przestępstwie, by otrzymać alarm dla osób dotkniętych przemocą. Alarm taki jest bezpłatny.</p> <p>Możesz skorzystać z pomocy innych osób przy wnioskowaniu o przyznanie Ci alarmu dla osób dotkniętych przemocą. Jeśli masz pełnomocnika osoby pokrzywdzonej, ten może Ci pomóc przy wnioskowaniu.</p>
	<p>4.3 Zakaz odwiedzin</p>
<p><i>Co to jest zakaz odwiedzin?</i></p> <p><i>Wnioskowanie o zakaz odwiedzin</i></p>	<p>Gdy komuś zostaje wydany zakaz odwiedzin [besøksforbud] oznacza to, że osobie tej nie wolno się do Ciebie zbliżać ani kontaktować się z Tobą w żaden inny sposób (na przykład telefonicznie, mailowo lub listownie). Taki zakaz może wchodzić w rachubę, gdy grozi Ci przemoc lub pogróżki ze strony jakiejś określonej osoby.</p> <p>O wydanie zakazu odwiedzin musisz wystąpić do policji. To policja decyduje, czy komuś ma być wydany taki zakaz. Nie musisz składać policji zawiadomienia o przestępstwie, by móc wnioskować o wydanie zakazu</p>

	<p>odwiedzin.</p> <p>Zdarza się, że zakaz odwiedzin zostaje złamany. Jeśli tak się stanie, powinnaś(-nienes) skontaktować się z policją. Złamanie zakazu odwiedzin może być karalne.</p> <p>Kancelaria JURK wydała osobną standardową ulotkę informacyjną na temat zakazu odwiedzin.</p>
	<p>4.4 Odwrotny alarm antyprzemocowy</p>
<p><i>Czym jest odwrotny alarm antyprzemocowy?</i></p>	<p>Odwrotny alarm antyprzemocowy [omvendt voldsalarm] również może wchodzić w rachubę, gdy ktoś jest narażony na przemoc. Odwrotny alarm antyprzemocowy polega na tym, że sprawcy przemocy zostaje założona na nogę elektroniczna bransoleta, która powiadamia policję, gdy tylko wkroczy on do zakazanej strefy.</p>
<p><i>Orzeczenie sądowe</i></p>	<p>Odwrotny alarm antyprzemocowy jest reakcją karną, o której orzekają <i>sądy</i> wobec osób, które dopuściły się przemocy. Zatem to nie policja decyduje, czy ktoś ma taki alarm dostać.</p>
	<p>4.5 Rola policji</p>
	<p>Policja jest odpowiedzialna za zapewnienie bezpieczeństwa ludności. Musisz się skontaktować z policją, jeśli chcesz zgłosić zawiadomienie o przestępstwie z użyciem przemocy oraz by uzyskać ochronę w razie dalszego zagrożenia przemocą. Policja może Ci pomóc przyznając Ci alarm antyprzemocowy czy ustanawiając zakaz odwiedzin. Może ona także znaleźć inne rozwiązania zmierzające do ochrony Twojej osoby, jak również doradzić Ci, co sam(-a) możesz zrobić by zwiększyć swoje bezpieczeństwo.</p>

	5.0 ODSZKODOWANIE
	5.1 Odszkodowanie w postępowaniu sądowym
<i>Odszkodowanie od osoby, która dopuściła się przemy</i>	Jeśli dojdzie do sprawy karnej w sądzie przeciwko temu, kto dopuścił się czynów karalnych, możesz domagać się odszkodowania w toku tego postępowania sądowego. Jeśli tego chcesz, Twój pełnomocnik osoby pokrzywdzonej pomoże Ci stwierdzić czego możesz się domagać oraz wystąpić z roszczeniem odszkodowawczym w toku sprawy sądowej.
	5.2 Odszkodowania dla ofiar przemocy
<i>Odszkodowanie ze Skarbu Państwa</i>	<p>Odszkodowania dla ofiar przemocy [voldsoffererstatning] to odszkodowania od Skarbu Państwa. Takie odszkodowanie może Ci przysługiwać, jeśli padniesz ofiarą przemocy. Co do zasady musisz złożyć na policji zawiadomienie o przestępstwie, zanim wystąpisz o odszkodowanie dla ofiar przemocy.</p> <p>W niektórych przypadkach Twój pełnomocnik osoby pokrzywdzonej może Ci pomóc w dokonaniu oceny, czy przysługuje Ci prawo do odszkodowania dla ofiar przemocy, a także - jeśli możesz się o nie ubiegać - w napisaniu odpowiedniego wniosku. Jeśli nie uzyskasz pomocy od pełnomocnika, możesz skontaktować się z kancelarią JURK. Ocenimy wówczas, czy mamy możliwość Ci pomóc w wystąpieniu o takie odszkodowanie lub w odwołaniu się od odmowy jego przyznania.</p> <p>Kancelaria JURK wydała osobną standardową ulotkę informacyjną na temat odszkodowań dla ofiar przemocy.</p>

	<p>6.0 GDY JESTEŚ W NORWEGII TYTUŁEM ŁĄCZENIA RODZINY I NIE MASZ NIEZALEŻNEGO POZWOLENIA NA POBYT</p>
<p><i>Reguła ogólna</i></p>	<p>Generalnie jest tak, że dopiero po trzech latach mieszkania w Norwegii na podstawie pozwolenia wydanego z tytułu łączenia rodziny możesz uzyskać własne pozwolenie na pobyt stały.</p>
<p><i>Reguła szczegółowa w przypadku przemocy domowej</i></p>	<p>Wyjątek od powyższej reguły stanowi sytuacja, gdy Twój małżonek lub konkubent używa wobec Ciebie przemocy. Obowiązuje to również wtedy, gdy to Twoje dzieci padają ofiarą przemocy ze strony Twojego małżonka czy konkubenta. Uregulowanie to nosi nazwę «pobyt z tytułu niezależnego [opphold på selvstendig grunnlag]». Na jego podstawie możesz uzyskać niezależne pozwolenie na pobyt przed upływem wskazanej normy czasowej, mimo iż rozwiedziesz się lub wyprowadzisz od małżonka czy konkubenta.</p> <p>Uregulowanie to istnieje po to, by osoba dotknięta przemocą nie czuła się zmuszona do pozostawania w związku cechującym się przemocą, tylko dlatego, że nie ma jeszcze własnego pozwolenia na pobyt.</p>
<p><i>Wniosek do policji</i></p>	<p>Wniosek o pobyt z tytułu niezależnego składasz do policji. Po jego otrzymaniu policja poprosi Cię o stawienie się na rozmowę, podczas której opowiesz o przemocę i maltretowaniu. To ważne, by opowiedzieć o wszystkim, co się wydarzyło, mimo iż człowiek może czuć się przy tym niekomfortowo. Postaraj się opowiedzieć co się działo, kiedy, jak i jak często. Jeśli masz dowody, zabierz je ze sobą na rozmowę. Dowodami mogą być na przykład zdjęcia obrażeń, wypis z karty pacjenta od lekarza lub z pogotowia, złożone</p>

<p><i>Inne możliwości</i></p>	<p>zawiadomienie o popełnieniu przestępstwa, pamiętnik, dokumenty z ośrodka kryzysowego itd.</p> <p>Nie musisz składać zawiadomienia o przestępstwie, mimo iż występujesz o pobyt z tytułu niezależnego. Sam(-a) decydujesz o tym, czy dodatkowo do wniosku o pozwolenie na pobyt chcesz złożyć takie zawiadomienie. Kancelaria JURK wydała osobną standardową ulotkę informacyjną na temat pozwoleń na pobyt z tytułu niezależnego.</p> <p>Możliwe jest także wystąpienie o pobyt ze względów humanitarnych lub ze względu na szczególne więzi łączące Cię z Norwegią. Jeżeli chcesz uzyskać więcej informacji na ten temat, możesz skontaktować się z kancelarią JURK.</p> <p>JURK zaznacza, iż uzyskanie pobytu z tytułu niezależnego i ze względów humanitarnych może być trudne.</p>
	<p>7.0 PRZEMOC WOBEC DZIECI</p>
	<p>7.1 Co to jest przemoc wobec dzieci?</p>
<p><i>Rodzaje przemocy</i></p>	<p>Przemoc wobec dzieci polega na tym samym, co przemoc wobec dorosłych. W rozdziale 2 niniejszej broszury zamieszczone są informacje o różnych rodzajach przemocy. Wszystkie wspomniane tam rodzaje przemocy tyczą się również dzieci.</p>
<p><i>Wychowanie i przemoc wobec dzieci</i></p>	<p>Gdy chodzi o przemoc wobec dzieci, czasem trudne może być rozróżnienie, co stanowi zwykłe kroki w wychowaniu dziecka, a co jest przemocą. W wielu krajach powszechne jest używanie przemocy jako elementu procesu wychowawczego. Tak było też kiedyś w Norwegii. Obecnie wiemy więcej o tym jak szkodliwe</p>

<p><i>Jeśli chcesz nauczyć się więcej o wychowaniu</i></p>	<p>dla dzieci jest doświadczanie przemocy, dlatego wszelka przemoc wobec dzieci jest zabroniona. Dotyczy to również przemocy zamierzonej jako oddziaływanie wychowawcze.</p> <p>Przemocą wobec dziecka jest również lekkie uderzenie lub groźby wzbudzające u dziecka strach. Innymi przykładami przemocy psychicznej jest wyzywanie dziecka brzydkimi słowami, groźenie dziecku skrzywdzeniem jego zwierzęcia lub zamykanie dziecka w jakimś pomieszczeniu.</p> <p>Jeśli chcesz nauczyć się więcej o tym jak wychowywać swoje dziecko bez użycia przemocy, możesz skorzystać z kursów prowadzonych w wielu miejscowościach kraju. Zapytaj o nie lokalną Poradnię Zdrowia Dziecka [helsestasjon], Służbę Ochrony Praw Dziecka [barnevernet] lub Poradnię Rodzinną [familievernkontoret] w miejscu zamieszkania. Użyteczne mogą być także rozmowy z innymi znanymi Ci rodzicami.</p>
	<p>7.2 Obowiązek dbania o swoje dziecko</p>
<p><i>Zapewnienie opieki</i></p> <p><i>Bezpieczeństwo</i></p>	<p>Niezapewnienie dziecku wymaganej opieki jest bardzo poważną sprawą. Przykładem niezapewnienia opieki może być sytuacja, gdy nie daje się dziecku dostatecznej ilości jedzenia lub nie zabiera się go do lekarza, gdy jest chore.</p> <p>Obowiązkiem rodziców jest też dbanie o to, by dziecko czuło się bezpiecznie i było bezpieczne. Dziecko trzeba chronić przed zagrożeniami. Rodzice muszą starać się nie dopuszczać do zaistnienia niebezpiecznych zdarzeń.</p> <p>Dzieci nie mogą też przebywać same w domu, jeśli nie są dostatecznie bezpieczne i dostatecznie duże by o</p>

	siebie zadbać. Oznacza to, że rodzice muszą załatwiać to w taki sposób, by dzieci, które nie są na tyle dojrzałe, by o siebie zadbać, miały opiekę ze strony kogoś, kto jest w stanie o nie zadbać również w sytuacji zagrożenia.
	7.3 Rodzice muszą chronić dziecko przed przemocą
<i>Chronienie dziecka przed przemocą</i>	Rodzice mają obowiązek chronić swoje dziecko przed przemocą. Znaczy to, że rodzicom nie wolno stosować przemocy wobec dziecka. Oznacza to także, iż jeśli wiesz, że ktoś inny używa przemocy wobec Twojego dziecka, masz obowiązek chronić je przed tą przemocą. Jest tak nawet wtedy, gdy to ten drugi z rodziców dopuszcza się przemocy wobec dziecka. W niektórych przypadkach może to oznaczać, iż – gdy jest to konieczne by uchronić dziecko przed przemocą – musisz wyprowadzić się wraz z dzieckiem od używającego przemocy rodzica.
<i>Chronienie dziecka przed obecnością przy aktach przemocy</i>	Bardzo szkodliwe dla dziecka są sytuacje, w których jest ono świadkiem przemocy. Jeśli jeden z rodziców używa przemocy wobec drugiego i dziecko to widzi, może ono doznać poważnego urazu psychicznego. Chroniąc dziecko przed przemocą, trzeba je także chronić przed zobaczeniem tego, że inni członkowie rodziny padają ofiarą przemocy.
	7.4 Obowiązek ochrony dziecka, któremu jest źle
<i>Osoby pracujące z dziećmi</i>	Jeśli osoby, które z racji wykonywanego zawodu stykają się w pracy z dziećmi, o których wiedzą lub mają przypuszczenia, że jest im źle, muszą zgłaszać to do Służby Ochrony Praw Dziecka lub na policję. Mogą to na przykład być nauczyciele, wychowawcy przedszkolni czy lekarze. Osoby pracujące w takich zawodach w Norwegii zobowiązane są do tego ustawowo.

<p><i>Wszyscy mający styczność z dziećmi</i></p> <p><i>Zgłoszenie zaniepokojenia</i></p>	<p>Osoby pracujące z dziećmi mogą zadzwonić do Służby Ochrony Praw Dziecka i anonimowo poprosić o poradę, ale nie mogą dokonać anonimowego zgłoszenia.</p> <p>Wszyscy mają obowiązek chronienia dzieci. Jeśli jakieś znane Ci dziecko jest ofiarą przemocy, porwania lub wykorzystywania seksualnego, masz z mocy ustawy obowiązek powstrzymać to lub zgłosić komuś, kto może to powstrzymać.</p> <p>Oznacza to, że jeśli podejrzewasz, iż jakiemuś dziecku nie jest dobrze, musisz to zgłosić.</p> <p>Gdy powiadamiasz Służbę Ochrony Praw Dziecka, nosi to nazwę zgłoszenia zaniepokojenia [bekymringsmelding]. Zgłoszenia takiego możesz dokonać pod własnym nazwiskiem lub anonimowo, nie podając jak się nazywasz. Wtedy nikt się nie dowie, kto powiadomił Służbę Ochrony Praw Dziecka. Pisząc takie zgłoszenie do Służby Ochrony Praw Dziecka musisz gruntownie uzasadnić swoje zaniepokojenie. To zwiększy szanse Służby Ochrony Praw Dziecka na udzielenie dziecku odpowiedniej pomocy. Formularz zgłoszenia zaniepokojenia znajdziesz na stronie internetowej www.bufdir.no lub kontaktując się ze służbą ochrony praw dziecka w gminie, w której mieszkasz.</p>
	<p>8.0 SŁUŻBA OCHRONY PRAW DZIECKA</p>
	<p>8.1 Po co nam Służba Ochrony Praw Dziecka?</p>
	<p>Norweskie władze mają obowiązek dbania o to, by wszystkim dzieciom było dobrze. Dotyczy to wszystkich dzieci mieszkających w Norwegii.</p>

<p><i>Praca Służby Ochrony Praw Dziecka polega na chronieniu dzieci</i></p>	<p>Zadaniem Służby Ochrony Praw Dziecka jest ochrona dziecka, gdy rodzice nie zapewniają mu takiej opieki, jaka jest mu potrzebna. Tak dalece jak to tylko możliwe, służba ta ma pomagać dziecku we współpracy z nim i jego rodzicami. Rodzice, którzy nie są w stanie odpowiednio zadbać o dziecko, mogą uzyskać pomoc w zapewnieniu dziecku lepszej opieki. Mogą też być odciążani, np. w ten sposób, że dziecku zostaje przydzielona osoba wspierająca, która zabiera dziecko na zajęcia, czy też tak, że dziecko może spędzać część czasu u innej rodziny.</p> <p>Jeżeli – mimo iż Służba Ochrony Praw Dziecka robi wszystko, co może, by pomóc rodzicom – zachodzi niebezpieczeństwo, że dziecku stanie się krzywda z powodu przemocy lub rażącego zaniedbania opiekuńczego, wówczas Służba Ochrony Praw Dziecka może zabrać dziecko ze środowiska rodzinnego. Wolno jej to zrobić tylko wtedy, kiedy jest to nieodzowne.</p>
	<p>8.2 Co się dzieje w toku sprawy prowadzonej przez Służbę Ochrony Praw Dziecka?</p>
	<p>8.2.1 Postępowanie sprawdzające</p>
<p><i>Służba Och- rony Praw Dziecka otrzymuje zgłoszenie</i></p>	<p>Służba Ochrony Praw Dziecka może nawiązać kontakt, gdy sam rodzic lub dziecko zwróci się o pomoc lub gdy ktoś prześle zgłoszenie zaniepokojenia.</p> <p>Służba Ochrony Praw Dziecka musi poważnie podchodzić do wpływających zgłoszeń zaniepokojenia. Musi sprawdzić, czy dziecku jest dobrze czy sytuacja wymaga podjęcia działań.</p>
<p><i>Służba Och- rony Praw</i></p>	<p>Gdy Służba Ochrony Praw Dziecka prowadzi wstępne postępowanie sprawdzające w jakiejś sprawie, musi to</p>

<p><i>Dziecka prowadzi postępowanie sprawdzające</i></p>	<p>robić taktownie. Może badać sprawę tylko w takim zakresie, jaki jest niezbędny do stwierdzenia, czy dziecku jest dobrze. Niekiedy musi zwracać się z pytaniami o to, czy dziecku jest dobrze, do innych, na przykład do pracowników szkoły dziecka. Nie może jednak dopuścić do tego, by osoby, które nie mają nic wspólnego ze sprawą, dowiedziały się o prowadzonym postępowaniu sprawdzającym.</p>
<p><i>Termin zbadania sprawy</i></p>	<p>Postępowanie sprawdzające prowadzone przez Służbę Ochrony Praw Dziecka musi zostać zakończone w terminie trzech miesięcy. W bardzo szczególnych sprawach Służba Ochrony Praw Dziecka może uzyskać sześciomiesięczny termin.</p>
<p><i>Co Służba Ochrony Praw Dziecka może sprawdzać?</i></p>	<p>Służba Ochrony Praw Dziecka ma między innymi prawo do:</p> <ul style="list-style-type: none"> • przeprowadzenia rozmów z rodzicami w ich domu • przeprowadzenia rozmów z samym dzieckiem • przeprowadzenia rozmów z innymi osobami znającymi dziecko • skorzystania z policji, by wejść do domu i pomóc dziecku w bardzo poważnych sprawach
<p><i>Decyzja</i></p>	<p>Postępowanie sprawdzające kończy wydanie decyzji. O decyzji mówimy wtedy, gdy jakiś urząd państwowy czy gminny bądź inny organ publiczny postanawia coś w sprawie dotyczącej praw lub obowiązków pojedynczej osoby.</p> <p>W takiej decyzji może być napisane, że sprawa zostaje umorzona, czyli że nic więcej w tej sprawie nie będzie robione i zostaje ona zamknięta. Decyzja może również stwierdzać, iż mają być podjęte działania pomocowe. Jednym z takich działań może być spędzanie przez dziecko pewnej części czasu u innej rodziny. Decyzja może także stanowić, że dziecko ma zostać zabrane ze</p>

	<p>środowiska rodzinnego.</p> <p>Rozróżnia się dobrowolne działania pomocowe [frivillige hjelpetiltak] i decyzje o trybie przymusowym [tvangsvedtak].</p>
	8.2.2 Dobrowolne działania pomocowe
<i>Rodzice zgadzają się z podjęciem działania</i>	<p>Decyzja o podjęciu dobrowolnych działań pomocowych jest decyzją, z którą rodzice się zgadzają. Może na przykład dotyczyć podjęcia takich kroków jak instruktaż dla rodziców, dobrowolne działania w domu rodzinnym, miejsce w przedszkolu, osoba wspierająca [støttekontakt], odwiedziny dziecka w innym środowisku rodzinnym [besøkshjem] lub stałe zamieszkanie dziecka u kogoś innego. Rodzina może sama nawiązać kontakt ze Służbą Ochrony Praw Dziecka i poprosić o pomoc.</p> <p>Większość takich działań może być przeprowadzana tylko dobrowolnie, to znaczy wtedy, gdy rodzice się z nimi zgadzają. Jest tak dlatego, że przy realizacji tych działań niezbędna jest współpraca rodziców ze Służbą Ochrony Praw Dziecka. Jeśli dziecko ukończyło 15 lat, również ono musi się zgadzać na podjęcie takich działań.</p> <p>Po to, by polepszyć sytuację dziecka, ważną rzeczą jest możliwie jak najlepsza współpraca ze Służbą Ochrony Praw Dziecka, jeśli występują trudności, jak również zwrócenie się o pomoc zanim problemy za bardzo narosną.</p>
<i>Indywidualny plan działań</i>	<p>W niektórych przypadkach Służba Ochrony Praw Dziecka musi sporządzić plan działań. Dotyczy to sytuacji, gdy jest to niezbędne dla zapewnienia kompleksowej pomocy, przy której współpracuje ze sobą kilka instancji.</p>

<i>Pisemne decyzje</i>	Wszystkie postanowienia podejmowane przez Służbę Ochrony Praw Dziecka dotyczące świadczeń czy oferowanych usług muszą być pisemne.
<i>Możesz się odwoływać</i>	Jeśli sam(-a) wystąpisz do Służby Ochrony Praw Dziecka o pomoc z podjęciem działań i otrzymasz odmowę, możesz się odwoływać. Odwołanie wysyłasz do Wojewody [Statsforvalteren].
<i>Nie przysługuje bezpłatny adwokat</i>	Rodzice i dzieci zawsze mają prawo do skorzystania z adwokata, ale nie przysługuje im prawo do bezpłatnej pomocy adwokata w sprawach dotyczących dobrowolnych działań pomocowych.
	8.2.3 Decyzja o trybie przymusowym
<i>Gdy rodzice się nie zgadzają</i>	Decyzja o trybie przymusowym [tvangsvedtak] wydawana jest, gdy Służba Ochrony Praw Dziecka postanawia o czymś, z czym nie zgadzają się rodzice lub dziecko, które ukończyło 15 lat. Najlepiej znanym przykładem takiej decyzji jest przejęcie przez Służbę Ochrony Praw Dziecka pieczy nad dzieckiem, na które rodzice nie wyrażają zgody.
<i>Zabranie dziecka ze środowiska rodzinnego</i>	Zabranie dziecka ze środowiska rodzinnego bez zgody rodziców ma być ostatecznością. Służba Ochrony Praw Dziecka może o nim postanowić tylko wtedy, gdy jest to nieodzowne, a zatem w przypadku, gdy nie da się stworzyć dziecku dostatecznie dobrych warunków w żaden inny sposób.
<i>Wojewódzka Komisja ds. Opiekunów</i>	Jeśli dziecko zostaje zabrane ze środowiska rodzinnego, sprawa musi być rozpoznana przez Wojewódzką Komisję ds. Opiekunów [fylkesnemnda for barnevern og sosiale saker]. Jest to swego rodzaju sąd specjalizujący się w tego typu sprawach.

<p><i>Bezpłatny adwokat</i></p>	<p>Gdy zapada decyzja o trybie przymusowym, rodzicom przysługuje prawo do bezpłatnej pomocy adwokata.</p> <p>Kancelaria JURK wydała osobną standardową ulotkę informacyjną o prawie do bezpłatnej pomocy adwokata przysługującym zgodnie z uregulowaniami o bezpłatnej pomocy prawnej [ordningen om fri rettshjelp].</p>
	<p>9.0 GDZIE MOŻESZ UZYSKAĆ POMOC</p>
<p><i>Policja</i></p>	<p>Jeśli chcesz złożyć zawiadomienie o popełnieniu przestępstwa z użyciem przemocy lub innych czynach karalnych musisz skontaktować się z policją [politi]. Policja może udzielić Ci informacji i porad oraz podjąć postępowanie przygotowawcze w sprawie. Jeśli potrzebna Ci jest ochrona przed osobą używającą wobec Ciebie przemocy musisz skontaktować się z policją. Może ona na przykład wydać zakaz odwiedzin [besøksforbud] i alarm antyprzemocowy dla osób dotkniętych przemocą [voldsalarm]. Kontakt ze swoim miejscowym komisariatem policji nawiążesz dzwoniąc pod numer 02800.</p> <p>Jeśli potrzebujesz natychmiastowej pomocy policji, musisz zadzwonić na numer 112.</p>
<p><i>Pomoc medyczna</i></p>	<p>Jeśli potrzebujesz pomocy medycznej [helsehjelp], na przykład dlatego, że w wyniku przemocy doznałeś(-eś) obrażeń, możesz skontaktować się z lekarzem [lege] lub Poradnią Zdrowia Dziecka [helsestasjon]. Poza godzinami przyjęć pacjentów możesz dzwonić na pogotowie [legevakt], numer 116 117. Jeśli potrzebujesz natychmiastowej pomocy i jesteś w sytuacji zagrożenia życia, musisz zadzwonić po karetkę [ambulanse] na numer 113.</p>

<p><i>Ośrodek kryzysowy</i></p>	<p>Ośrodek kryzysowy [krisesenteret] może Ci udzielić zarówno porad jak i wskazówek, a także zaoferować lokum Tobie i dzieciom, jeśli w domu grozi Wam niebezpieczeństwo. Dane kontaktowe znajdziesz na stronie internetowej www.krisesenter.com pod zakładką «Finn ditt krisesenter [Znajdź miejscowy ośrodek kryzysowy]» lub kontaktując się z policją w miejscu zamieszkania.</p>
<p><i>Izba przyjęć dla ofiar wykorzystywania seksualnego</i></p>	<p>Jeśli padniesz ofiarą przemocy lub zgwałcenia, powinnaś(-nienes) udać się do lokalnej izby przyjęć dla ofiar wykorzystywania seksualnego [overgrepsmottaket] w rejonie zamieszkania. Takie izby przyjęć znajdują się w każdym województwie. Będziesz tam mieć możliwość porozmawiania z osobą specjalizującą się w pracy przy tego rodzaju sprawach. Może tam zostać przeprowadzona obdukcja oraz badania pod kątem zakażenia i ciąży. Innym ważnym powodem przemawiającym za udaniem się do lekarza czy izby przyjęć dla ofiar wykorzystywania seksualnego jest to, że może tam być dokonane zabezpieczenie śladów i sporządzona dokumentacja obrażeń, co może stanowić ważne dowody, jeśli postanowisz złożyć zawiadomienie o przestępstwie. Możesz poszukać najbliższej izby przyjęć dla ofiar wykorzystywania seksualnego pod internetowym adresem www.dinutvei.no/alle-hjelpetilbud/ lub zadzwonić na policję, by dowiedzieć się jakie opcje są dostępne w Twojej okolicy. Pomoc tej placówki jest bezpłatna.</p>
<p><i>Linia VO</i></p>	<p>Linia VO [VO-linjen] pod numerem telefonu 116 006 jest czynna przez całą dobę, by świadczyć pomoc osobom, które doświadczają przemocy w bliskich relacjach. Pomoc ta jest bezpłatna. Więcej informacji o niej znajdziesz na stronie www.volinjen.no.</p>
<p><i>Ośrodek DIXI</i></p>	<p>Jeśli potrzebujesz porozmawiać o zgwałceniu, możesz skontaktować się z ośrodkiem DIXI. Jest to ośrodek</p>

<p><i>Ośrodek Nok. i Ośrodek do walki z kazi-rodztwem i wykorzystywaniem seksualnym (SMISO)</i></p>	<p>wsparcia dla osób, które padły ofiarą zgwałcenia. Pomoc jest bezpłatna. Więcej informacji znajdziesz na stronie www.dixi.no. Możesz też zadzwonić na telefon 22 44 40 50.</p> <p>Jeśli padniesz ofiarą kazirodztwa, wykorzystywania seksualnego lub zgwałcenia możesz skontaktować się z Ośrodkiem Nok [Nok.-senter] lub Ośrodkiem do walki z kazirodztwem i wykorzystywaniem seksualnym [senter mot incest og seksuelle overgrep (SMISO)] w Twoim województwie. Kazirodztwo to przykładowo wykorzystywanie seksualne lub przemoc seksualna ze strony osób, z którymi jesteś spokrewniona(-y), na przykład rodziców czy dziadków. Dzwoniąc pod numer 800 57 000 możesz porozmawiać z kimś, kto zawodowo zajmuje się zjawiskiem kazirodztwa i wykorzystywania seksualnego.</p>
<p><i>Ośrodek wsparcia dla ofiar przestępczości</i></p>	<p>Ośrodek wsparcia dla ofiar przestępczości [Støttesenter for kriminalitetsutsatte] może udzielić pomocy i wskazówek osobom, które padły ofiarą przestępstwa, na przykład przemocy lub wykorzystywania seksualnego. Ośrodek ten oferuje wsparcie od chwili zawiadomienia o przestępstwie do zapadnięcia wyroku oraz może pomóc we wnioskowaniu o odszkodowanie dla ofiar przemocy. W każdym okręgu policyjnym znajduje się taki ośrodek. Skontaktujesz się z nim pod telefonem 800 40 008.</p>
<p><i>Slettmeg.no</i></p>	<p>Jeżeli Twoje zdjęcia lub inne informacje o Tobie zostały wyłożone w Internecie, a nie chcesz, by inni mieli do nich dostęp, możesz wejść na stronę www.slettmeg.no. Tam znajdziesz instrukcję jak usunąć wyłożone informacje.</p>
<p><i>Alternatywa przemocy</i></p>	<p>Alternatywa przemocy [Alternativ til vold] zajmuje się uczeniem ludzi alternatywnych sposobów reagowania, zamiast używania przemocy. Więcej</p>

<p><i>Służba Ochrony Praw Dziecka</i></p>	<p>informacji uzyskasz na stronie www.atv-stiftelsen.no lub dzwoniąc na numer 22 40 11 10.</p> <p>Służba Ochrony Praw Dziecka [Barnevernet] może przedsięwziąć różnego rodzaju działania pomocowe w rodzinie. Z lokalną Służbą Ochrony Praw Dziecka w miejscu zamieszkania skontaktujesz się dzwoniąc lub pisząc do komunalnego oddziału Służby Ochrony Praw Dziecka w gminie, w której mieszkasz. Dane kontaktowe znajdziesz na stronie www.barnevernvakten.no. Formularz zgłoszenia zaniepokojenia możesz znaleźć pod adresem www.barnevernvakten.no/bekymringsmelding.</p>
<p><i>Poradnie Rodzinne</i></p>	<p>Poradnie Rodzinne [Familievernkontorene] pomagają rodzinom w rozwiązywaniu konfliktów i znajdowaniu lepszych sposobów rozmawiania ze sobą. Zlokalizowane są one we wszystkich województwach. Więcej informacji znajdziesz pod adresem internetowym www.bufdir.no/familie.</p>
<p><i>Pełnomocnik osoby po- krzywdzonej</i></p>	<p>Dzieciom i dorosłym dotkniętym przemocą może przysługiwać prawo do pełnomocnika osoby pokrzywdzonej [bistandsadvokat]. Dane kontaktowe adwokatów, którzy pracują jako pełnomocnicy osób pokrzywdzonych znajdziesz na stronie www.advokatenhjelperdeg.no.</p>
<p><i>JURK</i></p>	<p>Kancelaria porad prawnych dla kobiet [Juridisk rådgivning for kvinner (JURK)] prowadzi bezpłatne poradnictwo prawne dla wszystkich osób definiujących się jako kobiety. Więcej informacji o nas znajdziesz na stronie www.jurk.no.</p> <p>Możesz do nas zadzwonić na numer 22 84 29 50 lub odwiedzić naszą kancelarię przy Skippergata 23, 0154 Oslo.</p>

	<p>Zawsze możesz przesłać nam swoją sprawę za pośrednictwem Internetu. Zrobisz to wchodząc na www.jurk.no → «Send oss din sak» [prześlij nam swoją sprawę].</p>
--	--

JURK



www.jurk.no

22 84 29 50
Skippergata 23, 0154 Oslo