



→ **Przemoc seksualna**  
Ochrona w Oberhausen

**Informacje**

**Adresy**

**Numery telefonów**

W tej broszurze otrzymają Państwo informacje o tym co zrobić jeśli Państwo padli ofiarą przemocy seksualnej, jak otrzymać pomoc policyjną, gdzie mogą otrzymać Państwo wsparcie i porady oraz jakie mają Państwo prawa.

Dane kontaktowe odpowiednich instytucji są dostępne na stronach 18 i 19.

### Broszura ...

Do pobrania:

#### **Gleichstellungsstelle im Bereich Chancengleichheit**

Schwartzstr. 73 | 46045 Oberhausen

☎ 0208 8252050 | 📠 0208 8255030

✉ gleichstellungsstelle@oberhausen.de

Wydana przez:

**Arbeitskreis**  **Gewalt**  
Oberhausen

Przy wsparciu przez:

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie,  
Gleichstellung, Flucht und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen



## → Co to jest przemoc seksualna?

Przemoc seksualna jest to każdy rodzaj zachowania o podłożu seksualnym, który prowadzi do maszynego przekroczenia granic osoby poszkodowanej. Jest to atak zarówno na psychiczną jak i fizyczną nietykalność. Przemocy seksualnej dokonują najczęściej osoby, które są znane osobie poszkodowanej. Rzadko dokonują ją osoby przypadkowo spotkane. Przemoc seksualna jest dokonywana we wszystkich warstwach społecznych, niezależnie od sytuacji ekonomicznej, wykształcenia, kultury, religii czy statusu społecznego.

## → Formy przemocy seksualnej

**Dwuznaczne komentarze | nieoczekiwane dotknięcia | wymuszone pocałunki | ocieranie się o inną osobę | ekshibicjonizm | wykorzystywanie seksualne dzieci | gwałt | zmuszenia do seksualnych czynności | wykorzystywanie seksualne leżące w przeszłości | przekroczenie granic na tle seksualnym online | konfrontacja z materiałami pornograficznymi | próby kontaktu, rozmów na tle seksualnym poprzez chat, Internet | sexting | grooming**

### Wykorzystywanie seksualne dzieci

Do wykorzystywania seksualnego dochodzi zawsze wtedy, gdy dorośli lub młodzi ludzie wykorzystują dziewczynkę lub chłopca do wyrażania swoich potrzeb poprzez przemoc seksualną. Sprawcy wykorzystują swoją władzę i zależność dziecka od dorosłego, ignorując jego granice. Traktują dziecko jedynie jako obiekt seksualny.

Nie jest to wpadka czy jednorazowe wykroczenie, ale świadomie zaplanowany, często starannie przygotowany czyn. Czasami sprawcy stosują jednocześnie przemoc seksualną i fizyczną, nawet jeśli dziecko jest »tylko« utrzymywane w danej sytuacji poprzez groźby, obietnice lub nagrody. Wykorzystywanie seksualne rzadko zdarza się »jednorazowo« – zwykle jest to przestępstwo powtarzające się.



*Mniej więcej co 4 - 5 dziewcząt i co 9 - 12 chłopców doświadcza przemocy seksualnej przynajmniej raz przed 18. rokiem życia.<sup>1</sup>*

<sup>1</sup> zartbitter Köln

### Strategie sprawców

Wykorzystywanie seksualnego dopuszczają się głównie mężczyźni i młodzi mężczyźni. W około 20% przypadków to kobiety i dorastające dziewczęta, które dopuszczają się przemocy na tle seksualnym. Jedna trzecia wszystkich napaści na tle seksualnym popełniana jest przez dzieci i młodocianych sprawców. 90% sprawców pochodzi z najbliższego otoczenia dziecka. Tylko 10% jest całkowicie nieznanymi dziecku. Sprawcy pochodzą z każdej warstwy społecznej, bez względu na kulturę, religię, kolor skóry, wiek i poziom wykształcenia.

Nie ma czegoś takiego jak »przypadkowe« wykorzystywanie seksualne. Przemoc na tle seksualnym nie jest aktem spontanicznym, lecz świadomie poszukiwanym i planowanym. Sprawcy nawiązują coraz bliższe relacje z przyszłą ofiarą, uzależniają ją od siebie.



*Wina i odpowiedzialność za napaść na tle seksualnym zawsze spoczywa na sprawcy.*

### Następstwa przemocy seksualnej

Wykorzystywanie seksualne w dzieciństwie często ma poważne, długoterminowe konsekwencje. Nie dzieje się to w próżni, jest sprzężone z innymi doświadczeniami życiowymi. Czas trwania, jego zakres, bliskość dziecka do sprawców, dynamika rodziny, obecność lub brak pomocy dziecka, determinują szkody przestępstwa seksualnego w przyszłości. Na przykład, jeśli dziecko otrzyma wsparcie i wierzy się w to, co dziecko przeżyło, konsekwencje przemocy w życiu dorosłym mogą być niewielkie.

### Możliwe skutki przemocy w wieku dorosłym

- Problemy z zaufaniem
- Strach przed bliskością
- Trudność w powiedzeniu »nie«
- Uczucie bezmocy
- Trudności z zasypianiem i ze snem
- Powtarzające się koszmary
- Poczucie winy i wstydu
- Niska samoocena
- Obniżony nastrój, a nawet depresja
- Działania autodestrukcyjne i samookalaczące
- Zachowania uzależniające (narkotyki, alkohol, lekarstwa, jedzenie)
- Flashbacks (wspomnienia lub filmy)
- Uczucie odrętwienia albo nieodczuwania niczego

- Odruchy wymiotne i ataki duszności
- Trudności w polykaniu
- Duszność
- Wysypki skórne
- Swędzenie skóry
- Myśli i próby samobójcze



*Jeśli wspomniane symptomy utrzymują się przez dłuższy czas, może to wskazywać na rozwinięcie się zaburzenia związanego z traumą. Wsparcie znajdziesz m.in. w klinikach pourazowych (tak zwanych Traumaambulanz), u psychiatrów lub neurologów, psychoterapeutów oraz w poradniach dla kobiet.*

### Molestowanie seksualne, napaść na tle seksualnym, gwałt

#### Molestowanie seksualne

pojawia się w różnych postaciach. Mogą to być sugestywne spojrzenia i komentarze na temat postaci/wyglądu, nieprzyzwoite żarty, pokazywanie poniżających zdjęć pornograficznych lub nieoczekiwane, pozornie przypadkowe dotykanie, zwłaszcza w miejscach intymnych.

Według ogólnokrajowych niemieckich badań reprezentatywnych (<https://www.frauen-gegen-gewalt.de/de/infothek/gewalt-gegen-frauen/studienergebnisse/bmfsj-2004.html>) 60% wszystkich kobiet w Niemczech doświadczyło w ciągu swojego życia co najmniej jednej formy molestowania seksualnego. Molestowanie seksualne może mieć miejsce w przestrzeni publicznej, w szkole, w pracy, w transporcie, na ulicy, a nawet we własnym domu. Każdy człowiek ma prawo aby szanowano jego granice osobiste.

#### Napaść na tle seksualnym

obejmuje wszelkie akty seksualne, które mają miejsce wbrew widocznej woli osoby lub jeśli osoby, których to dotyczy, są zmuszane do ich wykonania.

Od listopada 2016 r. w Niemczech obowiązuje nowe prawo karne dotyczące przestępstw seksualnych, zgodnie z którym karalne są także czynności seksualne, które są dokonywane wbrew pozornej woli osoby.

#### Gwałt

jest najbardziej ekstremalną formą przemocy seksualnej. Wbrew powszechnemu pogładowi, że gwałtu dokonują nieznajomi, 70–80% przestępstw popełniają

mężczyźni będący bliskimi przyjaciółmi danej osoby. Przymusowy stosunek seksualny w małżeństwie również jest gwałtem i dlatego podlega karze.

Każdy gwałt jest poważnym uszkodzeniem ciała i poważnym atakiem na integralność psychiczną i fizyczną. Osoby dotknięte gwałtem doświadczają tego, że są zdane na łaskę osoby, która popełniła przestępstwo.

### Reakcje ofiar

- Czują się jakby były w szoku
- Czują się sparaliżowane
- Brakuje im słów
- Zachowują się tak, jakby nic się nie stało
- Często powracają wspomnienia dotyczące przestępstwa
- Boją się wyjść z domu i nie radzą sobie z codziennością
- Czują się brudne i ciągle chcą się myć
- Cierpią na ataki paniki i bezsenność
- Nie mogą znieść bycia dotykany
- Wahają się pomiędzy potrzebą obrony a potrzebą zapomnienia o wszystkim

Wszystko to są **normalne** reakcje na **nienormalne** doświadczenia. Osoby poszkodowane często czują się współodpowiedzialne za gwałt. Uważają, że błędnie oceniły sytuację lub zignorowały środki ostrożności.



*W żadnym wypadku nie jesteś winien/a – osoba, która popełniła przestępstwo, jest wyłącznie winna! Masz prawo do pomocy i wsparcia!*

### Rodzina Przyjaciele, Partnerki/Partnerzy

zazwyczaj czują się bardzo niepewnie i nie wiedzą, jak postępować w tej sytuacji. Ofiary gwałtu potrzebują dużo zrozumienia i wsparcia w swoim prywatnym środowisku.

### Jak możesz pomóc jako osoba bliska?

- Nie wyrażaj wątpliwości w związku z tym, co ofiara gwałtu opowiada
- Staraj się być dobrym słuchaczem!
- Nie pytaj o szczegóły!
- Uwolnij ofiarę od samoobwiniania i poczucia winy!
- Omów wszystkie opcje dalszego działania, ale nie podejmuj żadnych decyzji!
- Nie podejmuj żadnych kroków bez zgody osób, których to dotyczy!
- W szczególności kroki prawne należy podejmować dopiero po dokładnych informacjach i konsultacjach.



*Partner/Partnerka również mogą skorzystać z profesjonalnego wsparcia!*

### Przemoc cyfrowa z treściami seksualnymi

Przemoc cyfrowa to termin określający formę przemocy, specyficzna ze względu na płęć, które wykorzystują narzędzia techniczne i media cyfrowe (telefony komórkowe, aplikacje, strony internetowe, e-maile itp.), która ma miejsce w przestrzeni cyfrowej, np. w internecie, portalach internetowych lub platformach społecznościowych.

Przemoc cyfrowa ma na celu poniżanie, niszczenie reputacji, izolację społeczną, szantażowania zmuszanie osoby do określonego zachowania. Anonimowość w przestrzeni cyfrowej powoduje, że osoby dopuszczające się przemocy w internecie mają mniejsze zahamowania, aby używać przemocy. Często przemoc cyfrowa ma również miejsce w kontekście przemocy w (byłym) związku partnerskim, stalkingu i separacji.

### Formy przemocy cyfrowej z treściami seksualnymi

- Rozprzestrzenianie intymnych filmów lub zdjęć
- Szantaż za pomocą intymnych filmów lub zdjęć
- Tworzenie i rozpowszechnianie filmów nagranych podczas gwałtu
- Tworzenie fałszywych profili na portalach randkowych, portalach społecznościowych, stronach pornograficznych w celu umieszczania fałszywych anonsów lub informacji
- Nieuprawnione tworzenie zdjęć/filmów w przestrzeni publicznej (toaleta, przebieralnia)

### Pytania poszkodowanych dotyczące strategii postępowania i podjęcia dalszych kroków prawnych

- Jak usunąć treści (filmy, zdjęcia) krążące w internecie?
- Jak chronić się przed groźbami?
- Czy mogę otrzymać zakaz kontaktowania się na platformach społecznościowych?
- Jak sobie radzić z zawstydzaniem?
- Czy rozpowszechnianie »nagich zdjęć« jest karalne?

Dzieci i młodzież są również narażone na ryzyko stania się ofiarami przemocy seksualnej w internecie. Na platformach społecznościowych dzieci i młodzież spotykają się z niechcianymi zaczepkami na tle seksualnym czy molestowaniem lub stykają się z treściami pornograficznymi i brutalnymi, które są szkodliwe dla młodych ludzi.

## → Szczególnie poważne konsekwencje

### Ciąża po gwałcie

Możliwe jest uzyskanie wskazania kryminologicznego lub medycznego do przerwania ciąży. Zgodnie z niemieckim prawem każda ciąża dziewczynki poniżej 14. roku życia ma przesłankę kryminologiczną.

Jeśli nie można wykluczyć, że doszło do zapłodnienia w wyniku gwałtu, możesz zastosować pigułkę »dzień po«. Pierwsza pigułka z substancją czynną lewonorgestrel, działa maksymalnie do 72 godzin po niezabezpieczonym stosunku płciowym. Druga pigułka z substancją czynną ulipristalacetat działa maksymalnie 120 godzin po niezabezpieczonym stosunku płciowym. Obydwa preparaty można kupić w aptekach bez recepty.

Dodatkową możliwością jest założenie przez lekarza specjalnej wkładki domacicznej (spirali antykoncepcyjnej) tzw. »Spirale danach«, którą można założyć 5 dni po niezabezpieczonym stosunku płciowym.

Informacje można otrzymać

#### → pro familia Oberhausen

(Organizacja pro familia)

Bismarckstr. 3 | 46047 Oberhausen

☎ 0208 867771 | ☎ 0208 9702999

✉ oberhausen@profamilia.de | 🌐 www.profamilia.de

### Zakażenie wirusem HIV

Istnieje wysokie ryzyko zakażenia wirusem HIV w wyniku stosunku pochwowego i analnego bez zabezpieczenia. Jednakże zakażenie wirusem HIV można wykryć

dopiero po 6 tygodniach od zakażenia! **Natychmiastowy test na obecność wirusa HIV wykaze, że infekcja jeszcze nie istniała.** Z tego powodu wskazane jest niezwłoczne wykonanie testu na obecność wirusa HIV po gwałcie, aby móc w przyszłości dochodzić roszczeń np. w postępowaniu karnym sprawcy przestępstwa, ubezpieczeniowych lub o odszkodowanie wynikające z ustaw dla ofiar przestępstwa.

→ **Aidshilfe** (organizacja pomocy chorym na AIDS) oferuje Państwu rozmowy towarzyszące aż do uzyskania wyniku testu, ponieważ czas pomiędzy przestępstwem/ infekcją a ostatecznym wynikiem testu wynosi 6 tygodni. Będą Państwo m.in. poinformowani o ryzyku zakażenia i konsekwencjach ewentualnego zakażenia. Aby zapobiec zakażeniu wirusem HIV po stosunku płciowym bez zabezpieczenia, możesz rozpocząć PEP natychmiastowo w ciągu 72 godzin. PEP oznacza profilaktykę poekspozycyjną i oznacza »zapobieganie ryzyku po ekspozycji«. W tym celu leki na HIV przyjmuje się przez 4 tygodnie. Leki mogą zapobiegać przedostawaniu się wirusa HIV do organizmu. Specjalistyczne szpitale i gabinety lekarskie mogą zainicjować PEP.

#### → Der Bereich Gesundheit der Stadt Oberhausen

(Wydział Opieki Zdrowotnej miasta Oberhausen)

oferuje anonimowe, bezpłatne i poufne konsultacje oraz badania na temat HIV, AIDS i chorób przenoszonych drogą płciową.

#### Informacje można otrzymać

☎ 0208 8252597

✉ sti@oberhausen.de

#### Konsultacje, wykonywanie testów bez terminów

Wtorki 13.30 – 16.00

Czwartki 7.30 – 11.00 i 13.30 – 16.00

### Zakażenie innymi infekcjami seksualnymi

Możliwe jest także zakażenie innymi chorobami przenoszonymi drogą płciową (np. zapaleniem wątroby, kiłą (syfilis), rzeżączką). Jednak większość tych chorób można leczyć lub wyleczyć. Warunkiem jest postawienie diagnozy! Wskazane jest udanie się do lekarza i przebadanie się najpóźniej w momencie wystąpienia objawów (swędzenie, pieczenie przy oddawaniu moczu, ropna wydzielina).

Często po popełnieniu przestępstwa albo jeśli pojawi się infekcja możliwe jest również wykonanie szczepień ochronnych.

## → Prawne możliwości

### Zawiadomienie o popełnieniu przestępstwa na policji

Zgłoszenie przestępstwa na policję to jedyny sposób, aby sprawca/sprawczyni poniósł karę na drodze sądowej, a jednocześnie ważny krok dla Państwa jako osoby poszkodowanej, aby zacząć aktywny proces przetwarzania zdarzenia i obrony. Złożenie zawiadomienia może uchronić również inne osoby przed stanieniem się ofiarami tych samych sprawców. Ułatwia także dochodzenie roszczeń na podstawie ustawy o odszkodowaniach dla ofiar jak również poprawia Państwa pozycję wyjściową w dochodzeniu roszczeń o odszkodowaniu i zadośćuczynienie za ból i cierpienie od sprawcy/sprawczyni.

Jeśli się Państwo zdecydują zgłosić przestępstwo, proszę zrobić to jak najwcześniej, bo wtedy są największe szanse na złapanie sprawcy/sprawczyni i przedstawienia im dowodów popełnienia przestępstwa.



*Aby udowodnić przestępstwo, ogromne znaczenie dla późniejszego postępowania karnego ma natychmiastowe badanie lekarskie/opinia lekarska bezpośrednio po popełnieniu przestępstwa. Dlatego prosimy o jak najszybszy kontakt pod podanymi adresami:*

#### → Ambulanz des AMEOS Klinikum St. Clemens

(Przychodnia ambulatoryjna kliniki Ameos St.Clemens)  
Wilhelmstr. 34 | 46145 Oberhausen  
☎ 0208 6950

albo

#### → Notfallambulanz des Ev. Krankenhauses (EKO)

(Pogotowie ambulatoryjne Ewangelickiego Szpitala EKO)  
Virchowstr. 20 | 46047 Oberhausen  
☎ 0208 8811290 (dla dorosłych)  
☎ 0208 8811300 oder ☎ 0208 8811303 (dla dzieci poniżej 16 roku życia)



*Jeśli to tylko możliwe, **nie** należy się wcześniej myć, ponieważ może to spowodować zatarcie/stracenie ważnych śladów. Również nie należy prac ubrań, które były noszone podczas przestępstwa. Do transportu i przechowywania odzieży najlepiej użyć toreb papierowych. Jeśli to możliwe, należy opisać całe zdarzenie oraz zapisać swoje obecne i późniejsze odczucia/emocje. Odczucia i wpływ gwałtu na Państwa obecne życie ma ogromne znaczenie podczas rozprawy sądowej.*

Mogą Państwo również zasięgnąć porady prawnej. Prawnik/Prawniczka mogą złożyć w Państwa imieniu zawiadomienie o przestępstwie na policji oraz złożyć skargę karną do prokuratury albo sądu. W każdym przypadku po zgłoszeniu odbędzie się przesłuchanie policyjne, podczas którego będzie mógł Państwu towarzyszyć Państwa prawnik/prawniczka.

W Oberhausen należy skontaktować się ze specjalistycznym komisariatem, który zajmuje się sprawami na tle seksualnym. Komisariat posiada specjalnie przeszkolonych pracowników/urzędników, którzy zajmują się ściganiem przestępstw na tle seksualnym. Tutaj na życzenie podczas przesłuchania może Państwu towarzyszyć policjantka/urzędniczka.



#### Kriminalkommissariat 11

(Komisariat policji nr 11)  
☎ 0208 8264611

Podczas składania skargi może Państwu towarzyszyć zaufana osoba. Proszę przeczytać uważnie protokół zeznań. Państwa zeznanie jest bardzo ważne dla dalszego postępowania i musi być zgodne z prawdą.

Policja będzie Państwu towarzyszyć w szpitalu na badaniu lekarskim. Personel szpitala zadba o zabezpieczenie wszelkich śladów i dowodów oraz będzie traktować z należytym zrozumieniem i uwagą.

### Jeśli nie chcą (jeszcze) Państwo złożyć zawiadomienia o przestępstwie – anonimowe zabezpieczenie dowodów (Anonyme Spurensicherung ASS)

Wiele ofiar przestępstwa na tle seksualnym jest bardzo zestresowanych i potrzebuje czasu, aby zrozumieć, co się stało. Przed złożeniem zgłoszenia można zasięgnąć porady prawnika i/albo poradni dla kobiet, aby podjąć decyzję za lub przeciw złożeniu zawiadomienia o popełnieniu przestępstwa.

Aby umożliwić wykorzystanie śladów jako dowodu w ewentualnym późniejszym postępowaniu karnym, osoby poszkodowane powinny natychmiast po akcie przemocy skontaktować się ze Szpitalem Ewangelickim w Oberhausen i poprosić o anonimowe badanie kryminalistyczne. Obrażenia i ślady aktu przemocy są prawnie potwierdzone badaniem lekarskim. Ślady będą przechowywane anonimowo w Instytucie Medycyny Sądowej w Düsseldorfie przez 10 lat i będzie można je odzyskać na potrzeby późniejszego postępowania sądowego.

Badanie jest anonimowe, bezpłatne i dobrowolne. Ofiary są także informowane o ofercie wsparcia psychologicznego.

#### → **Evangelisches Krankenhaus Oberhausen (EKO)**

(Szpital Ewangelicki w Oberhausen)

Virchowstr. 20 | 46047 Oberhausen

☎ 0208 8811290 (dla dorosłych)

☎ 0208 8811300 oder ☎ 0208 8811303 (dla dzieci poniżej 16 roku życia)

## Postępowanie sądowe

Po tym jak policja otrzymała informację o przestępstwie, prokuratura przy pomocy policji wszczyna śledztwo. Po zakończeniu dochodzenia, prokuratura wnosi akt oskarżenia do sądu. To, w którym sądzie będzie rozpatrywana sprawa (czy będzie to sąd okręgowy, czy rejonowy), zależy od oczekiwanej kary.

W postępowaniu sądowym zainteresowana osoba występuje w roli świadka, ale może także występować w roli oskarżyciela posiłkowego. Ofiary przestępstwa na tle seksualnym mają prawo do pomocy prawnej, jeśli czyn jest przestępstwem (przedawnienie wynosi 10 lat lub dłużej), a w przypadku osób poniżej 16 roku życia, nawet jeśli czyn jest wykroczeniem (pięcioletni okres przedawnienia). Warunkiem jest złożenie odpowiedniego wniosku. Koszty pokrywa skarb państwa. Oznacza to, że sąd żąda zwrotu kosztów procesu od sprawcy/sprawczy- ni w przypadku wyroku skazującego. Adwokat/adwokatka mają prawo m.in. do wglądu do akt sprawy.

Ofiary przestępstwa, mogą wziąć udział w całym procesie sądowym i mają prawo do bycia wysłuchanym. Pytania, wnioski, jak i przedstawienie dowodów w postępowaniu sądowym mogą w każdej chwili być dokonywane przez ofiary przestępstwa, jak również przez prawnika/prawniczkę.



Termin przedawnienia się przestępstwa zależy od wagi przestępstwa. Zawieszeniu ulega przedawnienie m.in. w przypadku przestępstw z art. 176 do 178 Kodeksu karnego (§§ 176 do 178 StGB), do ukończenia przez ofiarę 30. roku życia, to znaczy bieg przedawnienia rozpoczyna się dopiero z chwilą ukończenia 30. roku życia.

## Wsparcie psychosocjalne w postępowaniu karnym

Ofiary przestępstwa mają możliwość otrzymania wsparcia psychosocjalnego w czasie postępowania karnego w sądzie. Tutaj otrzymują ofiary informacje na temat przebiegu postępowania karnego, pomoc podczas przesłuchań oraz wsparcie w radzeniu sobie ze stresem, który może pojawić się w związku z postępowaniem karnym.

W niektórych przypadkach przysługuje ofierze przestępstwa prawo do bezpłatnego wsparcia i towarzyszenia w sądzie przez odpowiednio do tego przeszkoloną osobę. Ma to szczególne znaczenie w przypadku nieletnich ofiar poważnych przestępstw na tle seksualnym lub z użyciem przemocy oraz ofiar poważnych przestępstw seksualnych albo z użyciem przemocy, które nie są w stanie odpowiednio chronić swoich interesów lub które szczególnie potrzebują ochrony. W tym celu należy złożyć wniosek do właściwego sądu, może to zrobić sama osoba zainteresowana lub prawnik/prawniczka.

Sąd wyznacza odpowiednie osoby, które mają towarzyszyć podczas procesu. Można jednak samemu zaproponować opiekuna w czasie procesu. Listę uznanych opiekunów procesów można znaleźć na stronie [www.justiz.nrw.de/BS/opferschutz/psychosoz\\_prozessbegl/index.php](http://www.justiz.nrw.de/BS/opferschutz/psychosoz_prozessbegl/index.php)

## Ustawa o odszkodowaniach dla ofiar przestępstw

Ustawa o odszkodowaniach dla ofiar reguluje odszkodowania państwowe zgodnie z ustawą o opiece państwowej dla osób, które doznały uszczerbku na zdrowiu w wyniku napaści na siebie. Wniosek należy złożyć w urzędzie

→ **Landschaftsverband Rheinland (LVR)** (krajowy urząd Nadrenii).

### W szczególności są wypłacane

Koszty opieki medycznej i rehabilitacji | Rentę w przypadku, gdy uszczerbek na zdrowiu prowadzi do trwałego, nie tylko przejściowego, obniżenia zdolności do pracy o co najmniej 25% | Świadczenie pogrzebowe i zasiłek pogrzebowy | Wypłaty świadczeń dla rodzin osób zmarłych

## → Dodatkowe możliwości wsparcia i porad

### → Frauenberatungsstelle (Biuro Porad dla Kobiet)

Biuro Porad dla Kobiet służy jako miejsce wsparcia dla kobiet i dziewcząt od 16 roku życia, które doświadczają lub doświadczyły przemocy seksualnej. Doradczynie specjalizują się w pracy z kobietami dotkniętymi przemocą fizyczną lub psychiczną i posiadają odpowiednie wykształcenie z zakresu terapii traumy. Kobiety mają możliwość korzystania z porad indywidualnych. Pracownicy podlegają tajemnicy zawodowej. Porady są niezależne, bezpłatne i dobrowolne.

#### Tutaj otrzymają Państwo informacje w zakresie

- skutków przemocy seksualnej
- kroków w składaniu zawiadomienia o pełnieniu przestępstwa na policji
- postępowania sądowego
- ustawy o odszkodowaniach dla ofiar

#### Otrzymają Państwo wsparcie przy terminach

- u adwokata/adwokatki
- na policji
- na rozprawach sądowych

#### Telefoniczne konsultacje

Poniedziałek 9.00 – 12.00 | Środa 14.00 – 17.00

Czwartek 9.00 – 12.00 | Piątek 13.00 – 15.00

W tych godzinach udzielamy porad telefonicznych, umawiamy się na indywidualne konsultacje i odpowiadamy na pytania. Poza tymi godzinami czynna jest nasza automatyczna sekretarka, prosimy o pozostawianie wiadomości.

### → Frauenhaus (Schronisko dla Kobiet)

Schronisko dla Kobiet pomoże Państwu, jeśli doświadczają Państwo przemocy seksualnej ze strony swojego partnera lub partnerki i chcą opuścić wspólne mieszkanie. Mogą Państwo tu tymczasowo zamieszkać, otrzymać poradę i wsparcie. Również w przypadku, jeśli chcą Państwo chronić swoje dzieci przed przemocą seksualną ze strony swojego męża lub partnera, w Schronisku dla Kobiet mogą Państwo znaleźć pomoc i schronienie.

## → pro familia

### Mogą się Państwo skontaktować z Organizacją pro familia, jeśli

mają Państwo podejrzenia, że dzieci/młodzież doświadczyły przemocy seksualnej | potrzebują Państwo wiedzy, pomocy i wsparcia po tym jak doszło do wykorzystania seksualnego dzieci i młodych ludzi | sami doświadczyli Państwo przemocy seksualnej | potrzebują Państwo porady w procesie podejmowania decyzji dotyczącej złożenia zawiadomienia o przestępstwie | potrzebują Państwo informacji na temat zapobiegania przemocy seksualnej wobec dzieci | mają Państwo pytania dotyczące niezabezpieczonego stosunku płciowego i »tabletki po« | doszło do ciąży i potrzebna jest porada konfliktowa i/lub kryminologiczna do wskazania do przerwania ciąży | potrzeba porady i wsparcia w procesie podejmowania decyzji | chęć wykonania badania ginekologicznego w spokojnej atmosferze w celu udokumentowania lub wykluczenia obrażeń | potrzebują Państwo psychologicznej porady i wsparcia po przerwaniu ciąży | chcą Państwo uzyskać informacje na temat prawnych, socjalnych i finansowych możliwości pomocy

U nas otrzymają Państwo wsparcie lekarki, psycholożki i pedagogów z różnorodnym przygotowaniem terapeutycznym.

## Dzieci, Młodzież, Edukacja

### W przypadku wykorzystywania seksualnego oferujemy Państwu następujące wsparcie

- doradztwo i pośrednictwo w kontakcie z innymi poradniami, wsparcie
- porady na miejscu, elastycznie dostosowane do Państwa potrzeb
- opiekę i wsparcie dla Państwa dzieci w sytuacji kryzysowej
- udział w postępowaniu sądowym w sprawie ustalania i regulowania praw do opieki i kontaktów z dzieckiem oraz w celu ochrony przed kolejnymi doświadczeniami przemocy
- pomoc w integracji w przypadku zagrożenia lub już istniejącym psychicznym cierpieniu

W urzędzie do spraw dzieci i młodzieży (Jugendamt) informacje są traktowane poufnie na Państwa życzenie. Urząd do spraw dzieci i młodzieży nie ma obowiązku zgłaszania zawiadomienia na policji. W odpowiednim

→ **Regionalteam erzieherische Jugendhilfe** (regionalnym zespole ds. pomocy wychowawczej dla młodzieży) znajdą Państwo odpowiednie osoby/pracowników, z którymi można się skontaktować.



→ **Psychologische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene und Eltern der Stadt Oberhausen (Biuro Porad Psychologicznych dla dzieci, młodzieży, młodych dorosłych i rodziców miasta Oberhausen)**

Jesteśmy zespołem wykwalifikowanych psychologów, pedagogów społecznych i nauczycieli edukacji specjalnej. Nasze porady/terapia mają charakter dobrowolny i są bezpłatne. Jesteśmy objęci szczególnym obowiązkiem zachowania poufności. Żadne informacje nie będą przekazywane bez Państwa zgody.

**Oferujemy porady i terapię**

dla dzieci, młodzieży, rodziców i innych opiekunów prawnych. Oferujemy również porady i terapię dla dzieci, młodzieży, młodych dorosłych i rodziców, którzy są bezpośrednio lub pośrednio dotknięci przemocą seksualną.

**Otrzymają Państwo**

- pomoc w wyjaśnieniu i rozwiązaniu problemów indywidualnych i rodzinnych
- wsparcie w rozwoju w terapiach indywidualnych i grupowych (w razie potrzeby)
- pomoc w rozwiązywaniu problemów i trudności rodzicielskich

**Kto może się z nami skontaktować?**

- Rodziny
- Rodzice
- Rodzice samotnie wychowujący dzieci
- Dzieci
- Młodzież do 21 roku życia
- Multiplikatorzy

**Formy pomocy i terapii**

- Konsultacje/porady
- Terapia indywidualna
- Terapia zabawą
- Terapia grupowa
- Poradnictwo rodzinne lub terapia rodzinna
- Doradztwo małżeńskie lub partnerskie
- Psychoterapia dzieci i młodzieży
- Diagnostyka psychologiczna

**Pomoc psychologiczną**

można uzyskać poprzez

- **Erziehungsberatung des Caritasverbandes**  
(Porady do spraw wychowania Organizacja Caritas)
- **Diakoniewerk Oberhausen**  
**Evangelische Beratungsstelle für Erziehungs- Partnerschafts- und Lebensfragen** (Ewangelicki Ośrodek Poradnictwa w Sprawach Wychowawczych, Partnerskich i Życiowych)
- **Traumaambulanz**  
(Poradnia ambulatoryjna specjalizująca się w traumach)

→ **Weisser Ring (Organizacja Weisser Ring)**

Organizacja dobrowolnie wspiera ofiary przestępstw i może szczegółowo doradzić w sprawie wymienionych możliwości. Za pośrednictwem organizacji Weisser Ring można także otrzymać tzw. czek poradniczy (Beratungsscheck), który pokrywa finansowo wstępną konsultację z prawnikiem. W pewnych okolicznościach możesz nawet otrzymać finansowanie od prawnika na czas całego postępowania procesowego. Więcej informacji udziela organizacja Weisser Ring.

→ **Solwodi (Organizacja Solwodi)**

Solwodi e. V. pomaga ofiarom przemocy seksualnej pracującym w prostytucji. Mogą się Państwo zgłosić do naszego centrum doradczego, jeśli są Państwo zmuszani do czynności seksualnych lub prostytucji i/lub jeśli chcą Państwo wyjść z prostytucji. Nasz zespół jest wielojęzyczny i oferuje poufną i bezpłatną pomoc. Oferujemy doradztwo dotyczące wyjścia z prostytucji, pośrednictwo i towarzyszenie w urzędach i instytucjach, oraz kontakty z innymi organizacjami, które oferują pomoc oraz pomoc w powrocie do ojczyzny.

→ **Gleichstellungsstelle/Gleichstellungsbeauftragte (Urząd do spraw równouprawnienia/pełnomocnik tego urzędu)**

Urząd do spraw równouprawnienia Miasta Oberhausen udziela ogólnych porad lub może skierować Państwa do odpowiednich instytucji lokalnych.

### **A** Aidshilfe Oberhausen e. V.

Poradnia zdrowia seksualnego  
Marktstr. 165 | 46045 Oberhausen  
☎ 0208 806518 | 📠 0208 81069278  
✉ info@aidshilfe-oberhausen.de  
🌐 www.aidshilfe-oberhausen.de

### **Amtsgericht Oberhausen**

Büro wniosków prawnych | Pokój nr 6  
Friedensplatz 1 | 46045 Oberhausen  
☎ 0208 8586313 | 📠 0208 8586218  
✉ poststelle@ag-oberhausen.nrw.de  
Godziny otwarcia  
Pon. – Pt. 8.00 – 12.00

### **D** Diakoniewerk Oberhausen Evangelische Beratungsstelle für Erziehungs- Partnerschafts- und Lebensfragen

Grenzstr. 73 c | Wejście Stöckmannstr.  
46045 Oberhausen  
☎ 0208 850087 | ✉ evangelische.bera-  
tungsstelle@diakoniewerk-oberhausen.de  
📍 Diakoniewerk Oberhausen

### **E** Erziehungsberatung

Am Förderturm 8 | 46049 Oberhausen  
☎ 0208 9404460 | 📠 0208 9404489  
✉ erziehungsberatung@caritas-  
oberhausen.de

### **F** Frauenberatungsstelle

Helmholtzstr. 48 | 46045 Oberhausen  
☎ 0208 209707 | 📠 0208 203728  
✉ info@fbst-ob.de | 🌐 www.fhf-ob.de

### **Frauenhaus**

☎ 0208 804512 | 📠 0208 25757  
✉ info@fhf-ob.de | 🌐 www.fhf-ob.de  
🌐 www.frauen-info-netz.de

### **G** Gleichstellungsstelle im Bereich Chancengleichheit

Schwartzstr. 73 | 46045 Oberhausen  
☎ 0208 8252050 | 📠 0208 8255030  
✉ gleichstellungsstelle@oberhausen.de

### **K** Kommissariat

**Kriminalprävention / Opferschutz**  
Marktstr. 47-49 | 46045 Oberhausen  
☎ 0208 8264515 | 📠 0208 8264529  
✉ Kriminalpraevention.oberhausen@  
polizei.nrw.de | 🌐 www.polizei.nrw

### **Kommunales Integrationszentrum**

Mülheimer Str. 200 | 46045 Oberhausen  
☎ 0208 8254474 | 📠 0208 30576025  
✉ kommunales-integrationszentrum@  
oberhausen.de

### **L** Landschaftsverband Rheinland

Fachbereich 54.10 Fallmanagement  
Kennedy-Ufer 2 | 50679 Köln  
☎ 0800 6546546 | 📠 0221 8095890  
✉ ser@lvr.de | 🌐 www.lvr.de

### **N** Beratungsstelle Neue Wege

Poradnia ambulatoryjna  
d/s zapobiegania nawrotom  
Lohbergstr. 2 a | 44789 Bochum  
☎ 0234 3070518 | 📠 0234 9503516  
✉ neuewege.rv@caritas-bochum.de  
🌐 www.neuewege-caritas-bochum.de  
Konsultacje Pon. – Pt. 9.00 - 12.00  
i 13.00 – 16.00  
Terminy po wcześniejszym uzgodnieniu

### **Notfallambulanz des Evangelischen Krankenhauses (EKO)**

Virchowstr. 20 | 46047 Oberhausen  
☎ 0208 8811290 (dla dorosłych)  
☎ 0208 8811300 oder ☎ 0208 8811303  
(dzieci poniżej 16 roku życia)

### **P** pro familia

Bismarckstr. 3 | 46047 Oberhausen  
☎ 0208 867771 | 📠 0208 9702999  
✉ oberhausen@profamilia.de  
🌐 www.profamilia.de

### **Psychologische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene und Eltern der Stadt Oberhausen**

Schwarzwaldstr. 25 | 46119 Oberhausen  
☎ 0208 8254190 | 📠 0208 8254187  
✉ psych.beratung@oberhausen.de

### **R** Regionalteams Jugendhilfe Oberhausen-Mitte/Styrum

Danziger Str. 11 - 13 | 46045 Oberhausen  
☎ 0208 8252198 | 📠 0208 8252298

### **Oberhausen Ost**

Alte Heid 13 | 46047 Oberhausen  
☎ 0208 8253970 | 📠 0208 8253980

### **Oberhausen-Alstaden/Lirich**

Concordiastr. 30 | 46049 Oberhausen  
☎ 0208 8252386 | 📠 0208 8259391  
✉ jugendamt@oberhausen.de

### **Oberhausen-Sterkrade**

Steinbrinkstr. 188 | 46145 Oberhausen  
☎ 0208 8256136 | 📠 0208 8256135

### **Oberhausen-Osterfeld**

Bottroper Str. 183 | 46117 Oberhausen  
☎ 0208 8258129 | 📠 0208 8258139

### **S** Solwodi Oberhausen

Punkt kontaktowy dla Prostyutek  
Pomoc wyjścia z prostytucji  
☎ 0151 42049581  
✉ oberhausen@solwodi.de  
🌐 www.solwodi.de

### **T** Täterarbeit

#### **Gewaltfrei - Angebot für Täter bei häuslicher Gewalt**

Dorstener Str. 200 | 46145 Oberhausen  
☎ 0174 1702643 (Charlene Vogt)  
☎ 0163 8808696 (Simon Biedenbach)  
✉ gewaltfrei@caritas-oberhausen.de  
🌐 www.caritas-oberhausen.de/gewaltfrei

### **Traumaambulanz / LVR-Klinikum Essen**

Kliniken und Institut der Universität Duisburg-  
Essen

Holsterhauser Platz 6 | 45147 Essen  
☎ 0201 438755101 (dla dorosłych)

Wickenburgstr. 21 | 45147 Essen  
☎ 0201 8707450 (dla dzieci i młodzieży)  
🌐 www.klinikum-essen.lvr.de

### **W** Weisser Ring e. V.

Büro terenowe Oberhausen  
Postfach 140108 | 46131 Oberhausen  
☎ 0151 54503980  
✉ oberhausen@mail.weisser-ring.de  
🌐 www.oberhausen-nrw-rheinland.weisser-  
ring.de

Broszurę można otrzymać

**Gleichstellungsstelle der Stadt Oberhausen**

Schwartzstr. 73 | 46045 Oberhausen

☎ 0208 8252050 | 📠 0208 8255030



**Hilfetelefon**

**116 016**

**Gewalt gegen Frauen**

[www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de)