

PERSPEKTIVY

INFORMACJE I WSKAZÓWKI DOT. POSTĘPOWANIA
DLA KOBIET DOTKNIĘTYCH PRZEMOCĄ



SACHSEN-ANHALT

Ministerium für
Arbeit, Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung

#moderndenken

DLACZEGO PRZYTRAFIŁO SIĘ TO WŁAŚNIE MI? JAK MOGĘ SIĘ CHRONIĆ?

Przemoc względem kobiet przybiera różne formy.

Dochodzi do niej w związkach małżeńskich i partnerskich, ma ona postać napaści na tle seksualnym, gwałtów, nękania i handlu ludźmi oraz przemocy w imię honoru.

Szukasz odpowiedzi na swoje pytania lub pomocy? Jesteś wystraszona, bezradna, smutna lub wściekła i pełna złości? Niezależnie od tego, co czujesz i jakie pytania zaprzatają Twoje myśli, służymy Ci radą i wsparciem, bez względu na to, czy doświadczyłaś przemocy w przeszłości, czy doświadczasz jej obecnie.

W ulotce znajdziesz informacje dotyczące różnych ofert pomocy dla kobiet doświadczających przemocy w Saksonii-Anhalt oraz wiele innych wskazówek i porad.

Wiemy, że być może nie jest Ci łatwo zwrócić się do nas w zaistniałej sytuacji. To Ty decydujesz o tym, jakie informacje chcesz nam powierzyć. Potraktujemy Twoją sytuację i Twoje pytania poważnie. Porady udzielane są bezpłatnie, w sposób poufny i na życzenie anonimowo.

Także osoby z otoczenia kobiety doświadczającej przemocy, które chcą pomóc i potrzebują porady na temat możliwości udzielenia wsparcia, mogą się zwrócić do organizacji pomocy i otrzymają tu bezpłatną poradę. Oferta skierowana jest także do specjalistów, którzy mają styczność z kobietami doświadczającymi przemocy w ramach pracy zawodowej lub wolontariatu.

Jesteś kobietą transseksualną, interbinarną lub niebinarną? Oferty dla sytuacji kryzysowych są do Twojej dyspozycji. W razie potrzeby konsultantki pomogą Ci wyszukać odpowiednią ofertę wsparcia.

TREŚĆ

Znajdziesz tu informacje dotyczące następujących kwestii:

- pomoc i wsparcie na miejscu
- doradztwo w nagłych sytuacjach kryzysowych
- doradztwo i bezpieczne miejsca
- pomoc po napaści seksualnej
- pomoc w przypadku handlu kobietami, przymusowych małżeństw oraz przemocy w imię honoru
- chronione miejsce do spotkań, rozmowy i wymiany doświadczeń
- inne rodzaje pomocy i doradztwo
- towarzyszenie w procedurach prawnych
- wskazówki dotyczące postępowania i plany awaryjne



POMOC I WSPARCIE NA MIEJSCU

www.gewaltfreies-sachsen-anhalt.de

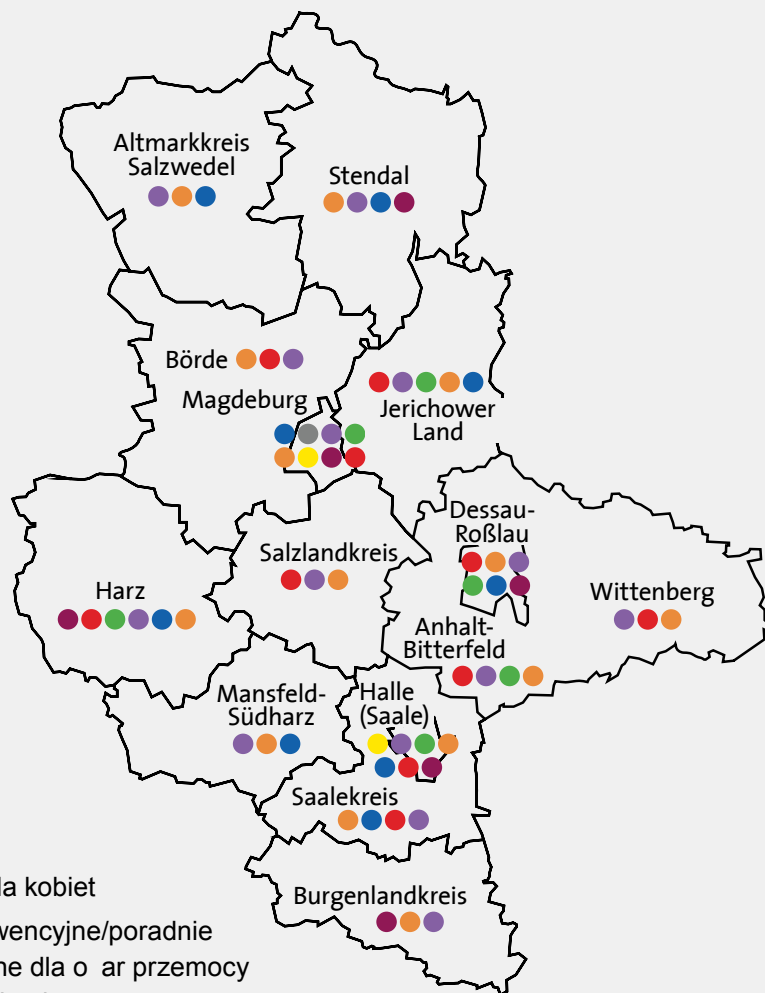
Doradztwo w Twoim języku ojczystym odbywa się pod bezpłatnym **numerem telefonu zaufania dla kobiet doświadczających przemocy 116 016**.

Telefon zaufania oferuje także indywidualne doradztwo i przedstawia odpowiednie oferty na miejscu.

Wszystkie świadczenia i konsultacje mogą się odbyć dzięki pomocy tłumacza w Twoim języku ojczystym. Dla kobiet z niepełnosprawnością zostanie stworzony łatwy dostęp i zostaną znalezione indywidualne rozwiązania. W razie pytań lub problemów można zwrócić się po poradę do LIKO pod numerem telefonu **0391-629 35 23**.



POMOC I WSPARCIE NA MIEJSCU



- Schronisko dla kobiet
- Organy interwencyjne/poradnie specjalistyczne dla o ar przemocy domowej i nekania
- Ambulatoryjne poradnie dla kobiet
- Poradnie specjalistyczne dla o ar przemocy seksualnej
- Pomoc w przypadku handlu kobietami, przymusowych małżeństw i przemocy w imie honoru
- Chronione miejsce do spotkań, rozmowy i wymiany doświadczeń
- Towarzyszenie w procedurach prawnych
- Inne rodzaje pomocy i doradztwo

DORADZTWO I BEZPIECZNE MIEJSCA

Schroniska dla kobiet

Jesteś zagrożona przemocą lub jej doświadczasz i szukasz schronienia?

Schroniska dla kobiet to miejsca, które zapewniają kobietom i ich dzieciom bezpieczne zakwaterowanie.

Wszystkie pracownice są specjalistkami posiadającymi odpowiednie wykształcenie i doświadczenie. Uwzględniają one indywidualne potrzeby kobiet i wspierają je w rozpoczęciu nowego życia – niezależnego i wolnego od przemocy – i są do dyspozycji przez 24 godziny na dobę.

Państwo mogą skorzystać z usług naszej poradni nawet jeśli Państwo nie przebywają w schronisku dla kobiet.

Zespół mobilnych psycholożek oferuje kobietom i ich dzieciom w schroniskach dla kobiet w Saksonii-Anhalt szczególny rodzaj wsparcia w postaci indywidualnego doradztwa psychologicznego.



Aschersleben	0152-02 89 35 28
Ballenstedt	0171-853 74 59
Bernburg	0163-178 29 28
Bitterfeld-Wolfen	03494-310 54
Burg	0392-12 140
Dessau-Roßlau	0177-433 22 16
Halle (Saale)	0345-444 14 14
Köthen	0162-892 29 65
Magdeburg	0152-23 42 66 34
Merseburg	0172-871 74 70
Salzwedel	03901-42 48 59
Sangerhausen	03464-57 00 72
Staßfurt	0162-159 97 41
Stendal	03931-715249
Weißenfels	0171-540 48 44
Wernigerode	0173-209 97 00
Wittenberg	0177-602 02 80
Landkreis Börde	0391-289 210 60
Zeitz	0160-648 49 13 0175-276 33 13

DORADZTWO W NAGŁYCH SYTUACJACH KRYZYSOWYCH

Organy interwencyjne/poradnie specjalistyczne dla ofiar przemocy domowej i nękania

PRZEMOC DOMOWA

Twój były lub obecny partner znęca się nad Tobą lub Ci grozi? Przemoc domowa przybiera różne formy: zniewagi, bicie, uszkodzenie własności w wyniku wybuchu gniewu, grożenie, wymuszanie i/lub szantaż.

NĘKANIE

Ktoś Cię napastuje, śledzi, obserwuje i/lub grozi i nie wiesz, jak położyć kres tej sytuacji? Poradnie specjalistyczne oferują doradztwo osobiste, telefoniczne i w terenie. W razie potrzeby pracownicy poradni sporządzają indywidualny plan bezpieczeństwa, towarzyszą kobietom na policji, u prawnika i w sądzie i informują o możliwościach działania w zakresie prawa cywilnego i karnego.

AMBULATORYJNE PORADNIE DLA KOBIET

Jesteś zagrożona przemocą domową lub jej doświadczasz, nie chcesz jednak szukać schronienia w schronisku dla kobiet? Skorzystaj z pomocy ambulatoryjnej poradni dla kobiet, gdzie otrzymasz poradę i osobiste wsparcie w sprawach codziennych. Pracownicy pomogą Ci w rozpoczęciu nowego życia: niezależnego i wolnego od przemocy.

Kobiety z ograniczoną sprawnością fizyczną, psychiczną i/lub intelektualną mogą się zwrócić do ambulatoryjnej poradni schroniska dla kobiet w Magdeburgu.

Poradnie ambulatoryjne

Bernburg	03925-30 25 95
Bitterfeld-Wolfen	03494-31 05 4
Burg	03921-21 40 oder 0162-28 54 70 9
Dessau-Roßlau	0151-11 53 11 22
Halberstadt	03941-61 35 55
Haldensleben	0170-72 48 79 7
Halle (Saale)	0345-44 41 41 4
Magdeburg	0162-53 02 74 0 oder 0176-62 82 28 80
Merseburg	03461-24 99 84
Oebisfelde	0170-72 48 79 7
Oschersleben (Bode)	0170-72 48 79 7
Schönebeck (Elbe)	03925-30 25 95
Staßfurt	03925-30 25 95
Wanzleben	0170-72 48 79 7
Wittenberg	03491-87 71 16 9 oder 0173-36 20 29 1
Wolmirstedt	0170-72 48 79 7

- 
- **Interventionsstelle Dessau-Roßlau** 0340-66 12 85 39
(Dessau-Roßlau, Wittenberg)
 - Außenstelle Köthen** 01590-449 97 98
(Salzlandkreis, Anhalt-Bitterfeld)
 - **Interventionsstelle Halle** 0345-68 67 90 7
(Halle, Saalekreis, Mansfeld-Südharz, Burgenlandkreis)
 - **Interventionsstelle Magdeburg** 0176-43 18 05 37
(Magdeburg, Jerichower Land, Bördekreis, Landkreis Harz)
 - **Interventionsstelle Stendal** 03931-70 01 05
(Landkreis Stendal, Altmarkkreis Salzwedel)
 - Außenstelle Salzwedel** 0176-83 78 68 23

POMOC PO NAPAŚCI SEKSUALNEJ

Poradnie specjalistyczne dla ofiar przemocy seksualnej

Doświadczyłaś bądź doświadczasz napaści seksualnych i/ lub znęcania?

Przemoc na tle seksualnym jest poważnym naruszeniem sfery intymnej wbrew Twojej woli.

Pracownice poradni specjalistycznych doradzą Ci i będą Ci

towarzyszyć w uporaniu się z przeżyciami, w kryzysowej interwencji, ustabilizowaniu sytuacji i radzeniu sobie ze stresem, w znalezieniu terapeuty, wyszukaniu odpowiednich ofert wsparcia, a także podczas terminów w urzędach i sprawy karnej w sądzie.

→ **Wildwasser Dessau e. V.** | Törtener Straße 44 | 06842 Dessau-Roßlau | Tel. 0340-220 69 24 | wildwasser-dessau@t-online.de | www.wildwasser-dessau.de

→ **Lichtung - Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt in Halle (Saale), Saalekreis, Burgenlandkreis und Mansfeld-Südharz des AWO Regionalverbands Halle-Merseburg e.V.** | lichtung@awo-halle-merseburg.de

Beratungsstelle Halle | Wilhelm-Külz-Straße 22 | 06108 Halle (Saale) | Tel. 0345-523 00 28 | fachberatung@awo-halle-merseburg.de

Außenstelle Querfurt | Merseburger Straße 70 | 06268 Querfurt | Tel.: 0345-52 300 28 | fachberatung@awo-halle-merseburg.de

Außenstelle Sangerhausen | Karl-Liebknecht-Straße 33 | 06526 Sangerhausen | Tel. 0345-523 00 28 | fachberatung@awo-halle-merseburg.de

→ **Wildwasser Magdeburg e. V.** | Ritterstraße 1 | 39124 Magdeburg | Tel. 0391-251 54 17 oder 0171-295 15 71 (SMS/Signal) | info@wildwasser-magdeburg.de | www.wildwasser-magdeburg.de

Außenstelle in den Räumlichkeiten des Beratungszentrums der Diakonie Genthin | Poststraße 3 | 39307 Genthin | Tel. 0391-2515417

Außenstelle von Magdeburg in den Räumlichkeiten des Beratungszentrums der Diakonie Quedlinburg | Carl-Ritter-Straße 16 | 06484 Quedlinburg | Tel. 0391-2515417

→ **DRK Beratungsstelle Miß-Mut** | Stadtseeallee 1 | 39576 Stendal | Tel. 03931-21 02 21 | miss-mut@drk-stendal.de | drk-stendal.de/miss-mut

Außenstelle im Familienhof Salzwedel | Schmiedestraße 13 | 29410 Salzwedel | Tel. 03931-210221

POMOC W PRZYPADKU HANDLU KOBIEȦAMI, MAŁŹEŃSTW PRZYMUSOWYCH I PRZEMOCY W IMIĘ HONORU

Poradnia specjalistyczna Vera

HANDEL KOBIEȦAMI

Jesteś zmuszana do pracy i życia w warunkach wyzysku?

Handel ludźmi jest poważnym naruszeniem praw człowieka!

PRZYMUSOWE MAŁŹEŃSTWO I PRZEMOC W IMIĘ HONORU

Twoje środowisko rodzinne wywiera na Ciebie silną presję psychiczną i stale Cię kontroluje? A może jesteś zmuszana do zawarcia związku małżeńskiego?

Poradnia specjalistyczna pomoże Ci znaleźć wyjście z tej sytuacji. Otrzymasz długofalowe wsparcie i odpowiedzi w kwestiach prawnych. Wspólnie z pracownikami poradni specjalistycznej znajdziesz bezpieczne i anonimowe miejsce zakwaterowania.

→ **Vera – Fachstelle gegen Frauenhandel und Zwangsverheiratung in Sachsen-Anhalt**

Termin nach Vereinbarung unter:
Telefon: 0391-999 77 850
vera@awo-sachsenanhalt.de

Postanschrift:
AWO Landesverband
Sachsen-Anhalt.e.V.
Seepark 7 / 39116 Magdeburg

Schutzwohnung für
hochgefährdete Betroffene:
Telefon: 0391-999 77 868



BEZPIECZNE MIEJSCE DO SPOTKAŃ, ROZMÓW I WYMIANY DOŚWIADCZEŃ

CENTRA DLA KOBIEŃ

Centra dla kobiet posiadają oferty skierowane do kobiet i dziewcząt mające na celu dodanie im siły, wspieranie oraz wspomaganie ich w przedsięwzięciach. Znajdą tu one bezpieczne miejsce do spotkań, rozmowy i wymiany doświadczeń.

Pracownice centrów dla kobiet służą radą w różnych sytuacjach życiowych i w razie potrzeby pomagają znaleźć wsparcie w bliskim otoczeniu.



Tea-TREFF

August-Bebel-Straße 30
39288 Burg | Tel. 03921-31 58

fz-teatreff@rolandmuehle-burg.de
www.szk-burg.bplaced.net/
maedchen-und-frauenzentrum-
tea-treff/

Sozial-kulturelles Frauenzentrum Dessau e. V.

Törtener Straße 44
06842 Dessau
Tel. 0340-882 60 70

frauenzentrum-dessau@gmx.de
www.frauenzentrum-dessau.de

Frauenzentrum Halberstadt

Gröperstraße 56
38820 Halberstadt
Tel. 03941-60 11 92

lilith@ufv-halberstadt.de
www.ufv-halberstadt.de

Frauenzentrum Weiberwirtschaft Halle

Karl-Liebnecht-Str. 34
06114 Halle (Saale)
Tel. 0345-202 43 31

fzweiberwirtschaft@web.de
www.dornrosa.de



Volksbad Buckau c/o Frauenzentrum Courage

Karl-Schmidt-Straße 56 | 39104 Magdeburg | Tel. 0391-404 80 89
kontakt@courageimvolksbad.de | www.courageimvolksbad.de

Frauenzentrum Wernigerode

Marktstraße 11 | 38855 Wernigerode | Tel. 03943-62 60 12
frauenzentrumWR@web.de | www.frauenzentrumwr.de

Frauenzentrum Wolfen

Fritz-Weineck-Straße 4 | 06766 Bitterfeld-Wolfen | Tel. 03494-210 05
frauenzentrumwolfen@t-online.de | www.frauenhelfenfrauen-wolfen.de



TOWARZYSZENIE W PROCEDURACH PRAWNYCH

DORADZTWO DLA POSZKODOWANYCH W RAMACH USŁUG SOCJALNYCH WYMIARU SPRAWIEDLIWOŚCI

Padłaś ofiarą czynu karalnego?
Masz złożyć zeznania jako
świadek na rozprawie sądowej?

Poradnia dla poszkodowanych
oferuje oparte na wzajemnym
szacunku wsparcie w formie
doradztwa, dyskretnych i
wrozumiałych rozmów, pomocy
praktycznej, towarzyszenia w
procedurach procesowych oraz
pośrednictwa w pozyskaniu
dalszej pomocy.

WSPARCIE PSYCHOSPOŁECZNE

Psychospołeczne wsparcie
w procedurach procesowych
obejmuje intensywne doradztwo
przed, w czasie i po rozprawie
sądowej. Pracownicy poradni
pomagają zmniejszyć
indywidualne obciążenie, aby
dodać Ci sił, jeśli masz zeznawać
na rozprawie sądowej, szczególnie
wtedy, gdy doświadczyłaś
przestępstwa na tle seksualnym
i cierpisz z powodu jego
konsekwencji.



ADRESY PORADNI DLA POSZKODOWANYCH

→ Sozialer Dienst der Justiz in Halle

Willi-Brundert-Straße 4
06132 Halle (Saale)
Tel. 0345-220 18 30

soz-dienst.hal@justiz.sachsen-
anhalt.de

→ Sozialer Dienst der Justiz in Magdeburg

Halberstädter Straße 8
39112 Magdeburg
Tel. 0391-567 49 05

soz-dienst.md@justiz.sachsen-
anhalt.de

→ Sozialer Dienst der Justiz in Naumburg

Jahnstraße 3
06618 Naumburg (Saale)
Tel. 03445-230 92 11 und
03445 230 92 12 (Sekretariat)

soz-dienst.nmb@justiz.sachsen-
anhalt.de

→ Sozialer Dienst der Justiz in Stendal

Mönchskirchhof 6 | 39576 Hansestadt Stendal | Tel. 03931-649 50
soz-dienst.sdl@justiz.sachsen-anhalt.de

→ Sozialer Dienst der Justiz in Dessau-Roßlau

Parkstraße 10 | 06846 Dessau-Roßlau | Tel. 0340-21 65 41 12
soz-dienst.de@justiz.sachsen-anhalt.de

→ Sozialer Dienst der Justiz in Halberstadt

Große Ringstraße 52 | 38820 Halberstadt | Tel. 03941-57 33 60
soz-dienst.hbs@justiz.sachsen-anhalt.de

ADRESY BEZPIECZNYCH POKOI DLA ŚWIADKÓW ROZPRAW SĄDOWYCH:

→ Amtsgericht Magdeburg

Breiter Weg 203 – 206 | 39104 Magdeburg | Tel. 0391-606 60 39

→ Landgericht Magdeburg

Halberstädter Straße 8 | 39112 Magdeburg | Tel. 0391-606 21 51

→ Amtsgericht Halberstadt | Amtsgericht Quedlinburg

Amtsgericht Wernigerode

erreichbar über den Sozialen Dienst der Justiz Halberstadt
(siehe Adressen Opferberatung)



INNE RODZAJE POMOCY I DORADZTWA

Fachstelle ProMann

DORADZTWO I WSPARCIE DLA MĘŻCZYZN STOSUJĄCYCH PRZEMOC

Chcesz się nauczyć rozwiązywania konfliktów bez stosowania przemocy? Organizacja ProMann wesprze Cię w tym procesie przemiany i pokaże Ci alternatywne sposoby obchodzenia się z konfliktami.



Fachstelle Täterarbeit bei häuslicher Gewalt - ProMann
Otto-von-Guericke Str. 6
39104 Magdeburg
Tel. 0391-721 74 7
www.dfv-lsa.de

Außenstelle
ProMann Halle und Saalekreis
In den Räumen des
Familienzentrum des CVJM
Geiststraße 29 | 06108 Halle
Tel: 0151-23 23 30 21
promann.halle@dfv-lsa.de
www.dfv-lsa.de/promann-halle/

WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE POSTĘPOWANIA

Zawsze mam przy sobie pieniądze, telefon komórkowy i najważniejsze numer telefonu.

Telefonuję tylko z bezpiecznych miejsc, aby osoba stosująca przemoc nie poznała moich planów.

Wtajemniczam częściowo swoje dzieci. Ustalę z przedszkolem, komu wolno odbierać moje dzieci.

Mogę zapisać numery telefonów alarmowych w telefonie i pokazać swoim dzieciom, jak wezwać policję lub straż pożarną. Zadbam oto, aby umiały podać adres.

Zaufam swojemu instynktowi. Jeśli spodziewam się kłótni z zastosowaniem przemocy, staram się przebywać w pobliżu telefonu lub opuścić mieszkanie. Kupię sobie telefon bez wiedzy osoby stosującej przemoc.

W przypadku zagrożenia w miejscu publicznym, w drodze do pracy czy do przedszkola postępuję następująco: składam we właściwym sądzie rejonowym wniosek o nakaz ochrony zgodnie z Ustawą o ochronie przed przemocą. Zawsze noszę to postanowienie sądu przy sobie.

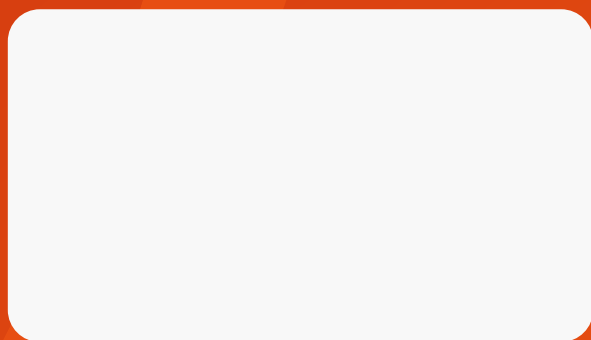
Poszukam dla siebie pomocy prawnej.

Pakuję torbę kryzysową i deponuję ją w bezpiecznym miejscu.

- ☐ dowód osobisty / paszport i dowody osobiste dzieci
- ☐ telefon komórkowy i ładowarka
- ☐ ewent. dokument potwierdzający obywatelstwo
- ☐ dokumenty potwierdzające legalny pobyt
- ☐ akty urodzenia / akt ślubu
- ☐ karta kasy chorych (też dzieci)
- ☐ umowa najmu, umowa o pracę
- ☐ dokumenty emerytalne, z urzędu ds. opieki społecznej i urzędu pracy
- ☐ ewent. decyzje dot. prawa do opieki nad dziećmi
- ☐ dokumenty bankowe, książeczki oszczędnościowe, papiery wartościowe (kopie)
- ☐ najważniejsze rzeczy na kilka dni: odzież, przybory toaletowe, przybory szkolne, ulubiona zabawka ☐ lekarstwa
- ☐ zapasowy klucz do mieszkania / samochodu ☐ notes z adresami
- ☐ pamiątki: pamiętniki, zdjęcia i rzeczy o wartości sentymentalnej
- ☐

**Doradztwo w Twoim języku
ojczystym odbywa się przez
TELEFON ZAUFANIA „Przemoc
względem kobiet” pod
bezpłatnym numerem telefonu**

 **116 016**



Wydanie V, 2025

Herausgegeben durch:

Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und
Gleichstellung des Landes Sachsen-Anhalt



SACHSEN-ANHALT

Ministerium für
Arbeit, Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung

#moderndenken

Mitarbeit:

Landeskoordinierungsstelle zivilgesellschaftlicher
Akteurinnen und Akteure zur Umsetzung der
Istanbul-Konvention (LIKO)

