



# Przemoc domowa - przemoc w związkach

Informacje • Pomoc • Adresy



## Słowo wstępne

W dniu 01.02.2018 r. w Niemczech weszła w życie Konwencja Stambulska o zapobieganiu i zwalczaniu przemocy wobec kobiet. Tym samym Niemcy zobowiązały się do podjęcia kompleksowych działań w celu zapobiegania i zwalczania przemocy wobec kobiet i przemocy domowej, w celu ochrony ofiar i karania sprawców.

Każdego roku w powiecie Steinfurt na policję zgłaszanych jest wiele przypadków przemocy domowej. Już w dniu 8 lipca 2003 r. w powiecie Steinfurt pod patronatem Starosty powstał Okrągły Stół Przemoc Domowa.

Celami tego Okrągłego Stołu są:

- potępienie przemocy domowej
- wymierna poprawa ochrony i pomocy dla ofiar
- ograniczenie przypadków przemocy domowej poprzez prewencję

Ta broszura uwzględnia fakt, że kobiety są nieproporcjonalnie często dotknięte przemocą domową. Dlatego broszura zwraca się przede wszystkim do kobiet jako do ofiar.

Oczywiście informacje dotyczą również wszystkich innych osób zagrożonych lub dotkniętych przemocą domową.

## Wydawca:

„Okrągły stół - Przemoc domowa Powiat Steinfurt”

Osoba kontaktowa: Powiatowy Pełnomocnik ds. Równouprawnienia Brigitte Kumpmann,  
dalsze osoby kontaktowe można znaleźć na stronie internetowej:  
[www.kreis-steinfurt.de/häuslichegewalt](http://www.kreis-steinfurt.de/häuslichegewalt)



Stan: luty 2023 r

finansowana przez:

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



Pod patronatem Starosty powiatu Steinfurt

 KREIS  
STEINFURT

## Spis treści

Do kobiet .....	4
Co to jest „przemoc domowa”? .....	5
Jakie są różne formy przemocy domowej? .....	6
Ostra przemoc domowa - co robić? .....	7
Nakaz opuszczenia mieszkania .....	8
Zakaz powrotu .....	8
Kontrola przestrzegania zakazu powrotu .....	9
Inne możliwe policyjne środki bezpieczeństwa .....	9
Co można zrobić dalej? .....	10
Jakie są możliwości ochrony sądowej? .....	11
Sądowe zarządzenia ochronne .....	11
Przekazanie wspólnie użytkowanego mieszkania .....	12
Czas trwania przekazania mieszkania .....	12
Odszkodowanie i zadośćuczynienie za ból i cierpienie .....	13
Prawo do opieki nad dziećmi, prawo do określania miejsca pobytu, prawo do kontaktu z dziećmi .....	13
Wyprowadzka z mieszkania - dokąd? .....	14
Jaka pomoc jest dostępna dla kobiet? .....	15
Telefon pomocy .....	15
Poradnia dla kobiet .....	16
Dalsze wsparcie .....	17
Jaka pomoc jest dostępna dla dzieci? .....	18
Jaka pomoc jest dostępna dla mężczyzn? .....	19
Bezpieczeństwo przede wszystkim - co robić? .....	20
Wyprowadzka z mieszkania - co jest potrzebne? .....	21
Jaka pomoc finansowa jest dostępna? .....	22
Świadczenia z SGB II .....	22
Świadczenia z UVG .....	22
Świadczenia z OEG .....	23
Adresy i numery telefonów .....	24-27

## Do kobiet

Drogie Panie,

w Niemczech możecie żyć swobodnie. Jako kobiety macie takie same prawa jak mężczyźni. Wasze zdanie liczy się tak samo jak zdanie mężczyzny i zdanie Waszej rodziny. Możecie same decydować, jak chcecie żyć. Wy (i Wasze dzieci) macie prawo do życia bez przemocy.

### Co to oznacza?

Możecie same o wszystkim decydować. Nie musicie nikogo prosić o zgodę.

Na przykład możecie zdecydować:

- Gdzie i jak chcecie mieszkać. Na przykład możecie mieszkać same lub razem z kobietami lub mężczyznami. Nie musicie być w związku małżeńskim, jeśli chcecie mieszkać z inną osobą.
- Czy chcecie wejść w związek, wziąć ślub czy się rozstać lub rozwieść. Możecie same zdecydować, kogo poślubić. Możecie też poślubić inną kobietę.
- Czy chcecie pocałować inną osobę lub uprawiać z nią seks. Same decydujecie też o tym, czy chcecie to powtórzyć. Dotyczy to również sytuacji, gdy jesteście w związku małżeńskim.
- Czy chcecie mieć dzieci i ile dzieci chcecie mieć. Dotyczy to również tego, czy i jak chcecie stosować antykoncepcję oraz czy chcecie przerwać ciążę.
- Kiedy chcecie opuścić dom / mieszkanie, dokąd chcecie pójść i z kim chcecie się spotkać.
- Czy chcecie otworzyć własne konto w banku, co chcecie robić z pieniędzmi, ile pieniędzy chcecie wydać i na co.
- Jakiego zawodu chcecie się wyuczyć i jaką pracę chcecie podjąć. Dotyczy to również tego, czy chcecie się uczyć lub studiować.
- Czy chcecie być aktywne politycznie, na jaką partię i na jakich ludzi chcecie głosować.
- Jak chcecie wychowywać Wasze dzieci. Ale: Macie obowiązek chronić Wasze dzieci przed przemocą! W Niemczech NIE wolno dzieci bić, kopać ani w żaden inny sposób ranić! To jest wbrew prawu!

# Co to jest „przemoc domowa”?

## Przemoc domowa

Przemoc domowa obejmuje przemoc, która ma miejsce między osobami pozostającymi obecnie lub w przeszłości w bliskich relacjach społecznych w stosunku do siebie, np. między

mężczyznami - kobietami,

rodzicami - dziećmi oraz

partnerami życiowymi tej samej płci.

### Przemoc domowa

- ma miejsce z reguły w domniemanej bezpiecznej przestrzeni, jaką jest dom
- jest procesem pełzającym, w którym upokorzenia i akty przemocy oraz związane z nimi konsekwencje dla osób dotkniętych przemocą stale narastają
- to swoisty krąg, w którym fazy przemocy przeplatają się z fazami skruchy i obietnic poprawy ze strony sprawcy
- dotyczy głównie kobiet i dzieci
- - nawet jeśli dotyczy mężczyzn - jest w większości przypadków stosowana przez mężczyzn
- nie jest sprawą prywatną, ale sprawą publiczną!

## Jakie są różne formy przemocy domowej?

Poszczególne formy przemocy zazwyczaj nie są stosowane oddzielnie, ale w połączeniu ze sobą. U podstaw często leży sprawowanie władzy i kontroli. Do form przemocy należą np.:

### **Przemoc fizyczna:**

Obejmuje popychanie, szarpanie, bicie, boksowanie, kopanie, duszenie, przytrzymywanie, wiązanie, przypalanie, obrzucanie przedmiotami, ciągnięcie za włosy, pozbawianie jedzenia, atakowanie bronią itd. aż po usiłowanie zabójstwa i morderstwo

### **Przemoc seksualna:**

Przemoc seksualna to wszystkie czynności seksualne, które są narzucane danej osobie lub wymuszane na niej. Obejmuje to takie czynności jak zmuszanie innych osób do czynności seksualnych, molestowanie seksualne, zgwałcenie, groźby seksualne, napaść seksualną, traktowanie innych osób jako obiektów seksualnych, wykorzystywanie seksualne itd.

### **Przemoc psychiczna / emocjonalna:**

Obejmuje ona takie czynności jak zastraszanie, obrażanie, grożenie, straszenie, wielokrotne krzyczenie na daną osobę, systematyczne milczenie, poniżanie i upokarzanie przed innymi, niszczenie przedmiotów o dużej wartości osobistej, obwinianie i zrzucać winy na ofiarę za przemoc, grożenie odebraniem dzieci itd.

### **Przemoc ekonomiczna:**

Obejmuje ona zakaz pracy lub zmuszanie do pracy, wydzielanie pieniędzy, odmawianie lub zabieranie pieniędzy, kontrolowanie wydatków, odmawianie dostępu do konta itd.

### **Przemoc społeczna:**

Odnosi się do życia społecznego i obejmuje takie działania jak wykorzystywanie przywilejów, traktowanie drugiej osoby jak służącego, podejmowanie decyzji bez danej osoby lub za nią, ograniczanie, monitorowanie i kontrolowanie kontaktów, zakaz uczęszczania na kurs językowy, wychodzenia z domu lub spotykania się z przyjaciółmi czy rodziną, uznanie za osobę szaloną, więzienie itd.

## Ostra przemoc domowa - co robić?

### **Stalking:**

Stalking często ma miejsce po rozstaniu lub w przypadku odrzucenia drugiej osoby. Obejmuje ciągłe telefony, smsy, wiadomości na automatycznej sekretarce lub e-maile o każdej porze dnia i nocy, listy miłosne/kwiaty/prezenty, zamawianie towarów w imieniu ofiary, śledzenie i czajenie się, fałszywe oskarżenia (np. u pracodawcy), wypytywanie znajomych, niszczenie mienia, obelgi, pomówienia, groźby, zmuszanie itd. Stalking może mieć również miejsce w formie cyfrowej jako cyberstalking (patrz również przemoc cyfrowa).

### **Przemoc cyfrowa:**

Przemoc cyfrowa oznacza, że za pomocą urządzeń cyfrowych i mediów lub w przestrzeni cyfrowej (czaty, strony internetowe, komunikatory, portale internetowe takie jak Facebook, Instagram itp.) osoby są poniżane, obrażane, nękanie, dyskryminowane lub zmuszane do czegoś itd.

Jeśli jesteś maltretowana, zastraszana lub obrażana, broń się!

Nie czekaj, aż doznasz upokorzenia czy zostaniesz zraniona!

Doświadczenie pokazuje, że przemoc w związkach coraz bardziej narasta.

### **Nie musisz akceptować przemocy!**

### **W tej sytuacji nie jesteś pozbawiona ochrony i praw!**

W sytuacji ostrego zagrożenia zadzwoń natychmiast na

**TELEFON ALARMOWY POLICJI 110!**

Policja jest po to, by Cię chronić, i ma różne możliwości podjęcia działań wobec sprawcy. W Nadrenii Północnej-Westfalii może na przykład podjąć środki wobec sprawcy zgodnie z § 34a Polizeigesetz NRW (Ustawa o policji Nadrenii Północnej-Westfalii). Należy do nich nakaz opuszczenia mieszkania i zakaz powrotu wobec sprawcy. Działania te są podejmowane pod hasłem:

**„SPRAWCA ODCHODZI - OFIARA POZOSTAJE!”**

## Nakaz opuszczenia mieszkania

W celu zapobieżenia bezpośredniemu zagrożeniu dla życia, zdrowia lub wolności innej osoby, sprawca może zasadniczo zostać usunięty z mieszkania, w którym mieszka osoba zagrożona, jak również z jej najbliższego otoczenia.

Jest to zazwyczaj konieczne, aby przerwać krąg przemocy.

## Zakaz powrotu

Sprawca może zasadniczo otrzymać zakaz powrotu do mieszkania i jego najbliższego otoczenia na okres dziesięciu dni.

Jeśli w momencie przyjazdu policji sprawca przebywa jeszcze w mieszkaniu, nakaz opuszczenia mieszkania i zakaz powrotu wydawane są zawsze jednocześnie.

Jeśli sprawca w chwili zarządzenia nie przebywa w mieszkaniu, zostaje wobec niego wydany jedynie zakaz powrotu.

Policja da sprawcy możliwość natychmiastowego zabrania ze sobą przedmiotów osobistych, których będzie pilnie potrzebować.

Jeśli w okresie obowiązywania zakazu powrotu będą mu potrzebne jeszcze inne przedmioty osobiste, będzie mógł je odebrać tylko w towarzystwie policji.

W każdym przypadku zostaniesz wcześniej poinformowana przez policję; termin zostanie z Tobą uzgodniony.



## Kontrola przestrzegania zakazu powrotu

Dla Twojego bezpieczeństwa policja z własnej inicjatywy przynajmniej raz w ciągu tych dziesięciu dni sprawdzi przestrzeganie zakazu powrotu.

W ciągu tych dziesięciu dni będziesz mogła bez zakłóceń pozostać w Twoim mieszkaniu i nie powinnaś wpuszczać sprawcy z powrotem do mieszkania!

## Inne możliwe policyjne środki bezpieczeństwa

Jeśli wymogi prawne z § 34a Polizeigesetz NRW  
(Ustawa o policji Nadrenii Północnej-Westfalii)

nie będą spełnione, policja może zastosować inne środki tymczasowe wobec sprawcy.

Mogą to być np.:

- nakaz opuszczenia miejsca
- zatrzymanie w celu zapobieżenia zagrożeniu
- zatrzymanie klucza do mieszkania

Policja zgłosi każdy przypadek przemocy domowej, o którym się dowie.

Jako osoba pokrzywdzona otrzymasz od policji dokumentację dotyczącą interwencji w przypadku przemocy domowej, która będzie mogła być wykorzystana przez Ciebie m.in. jako dowód w postępowaniu cywilnym.

Do tego policja przekaże Ci ulotkę „**Informacje dla ofiar przemocy domowej**” zawierającą objaśnienia dotyczące działań policji i możliwości ochrony cywilnoprawnej dla Ciebie oraz numery telefonów poradni.

## Co można zrobić dalej?

W ciągu dziesięciu dni zakazu powrotu będziesz mieć możliwość uporządkowania Twoich spraw osobistych i rodzinnych.

Możesz m.in. skorzystać z pomocy poradni i placówek pomocy wymienionych na stronach 24-27.

Możesz złożyć **wniosek o ochronę cywilnoprawną na podstawie Gewaltschutzgesetz (Ustawa o ochronie przed przemocą)**.

W razie potrzeby policja będzie mogła przedłużyć nakaz opuszczenia mieszkania i zakaz powrotu do czasu, gdy sąd rozpatrzy Twój wniosek.

Wniosek możesz złożyć do właściwego sądu rejonowego

- osobiście lub
- poprzez adwokata.

Od dnia złożenia wniosku rozpocznie się nowy termin zakazu powrotu dla sprawcy.

Termin ten upłynie w dniu podjęcia decyzji przez sąd, ale najpóźniej z końcem dziesiątego dnia od zakończenia zarządzonego przez policję nakazu opuszczenia mieszkania i/lub zarządzonego przez policję zakazu powrotu.

## Jakie są możliwości ochrony sądowej?

Możliwości ochrony cywilnoprawnej obejmują m.in.:

- ogólne zarządzenia dotyczące ochrony prywatności
- przydzielenie wspólnie użytkowanego mieszkania
- prawo do określania miejsca pobytu lub wyłączne prawo do opieki nad dziećmi
- zawieszenie lub ograniczenie prawa do kontaktu z dziećmi
- odszkodowanie i zadośćuczynienie za ból i cierpienie

Ogólne zarządzenia ochronne oraz przydzielenie wspólnie użytkowanego mieszkania pełnią funkcję prewencyjnej ochrony przed kolejnymi aktami przemocy.

Przy złożeniu wniosku musisz uprawdopodobnić fakt stosowania przemocy domowej.

Możesz to zrobić np. na podstawie przekazanej Ci przez policję  
**„DOKUMENTACJI DOTYCZĄCEJ INTERWENCJI POLICJI W PRZYPADKU  
PRZEMOCY DOMOWEJ”.**

## Sądowe zarządzenia ochronne

Zgodnie z § 1 Gewaltschutzgesetz (Ustawa o ochronie przed przemocą) sąd rejonowy będzie mógł wydać zarządzenia ochronne w celu zapobieżenia dalszym aktom przemocy, jeśli sprawca umyślnie naruszył bezprawnie Twoje ciało, zdrowie lub wolność.

Sąd może zakazać sprawcy

- wchodzenia do Twojego mieszkania,
- zbliżania się do Twojego mieszkania na określoną odległość,
- udawania się do innych miejsc, w których regularnie bywasz (np. w Twoim miejscu pracy lub w przedszkolu),
- kontaktowania się z Tobą (osobiście, telefonicznie, faksem, listownie lub e-mailowo) lub
- doprowadzania do „przypadkowych” spotkań z Tobą.

W zależności od okoliczności konkretnej sprawy sąd będzie mógł zarządzić również inne środki, jeśli będzie to konieczne w celu Twojej ochrony.

Zarządzenia ochronne są wydawane na określony okres czasu.

Naruszenie przez sprawcę sądowych zarządzeń ochronnych podlega karze według § 4 Gewaltschutzgesetz (Ustawa o ochronie przed przemocą).

## Przekazanie wspólnie użytkowanego mieszkania

Jeśli padłeś ofiarą uszkodzenia ciała, naruszenia zdrowia lub wolności, a Ty i sprawca prowadzicie na stałe wspólne gospodarstwo domowe, zgodnie z § 2 Gewaltschutzgesetz (Ustawa o ochronie przed przemocą) możesz wystąpić do właściwego sądu rejonowego z wnioskiem o przekazanie wspólnie użytkowanego mieszkania.

Nawet jeśli sprawca groził Ci takimi naruszeniami, masz prawo do przekazania wspólnego mieszkania, jeśli będzie to konieczne w celu uniknięcia „niesłusznej dolegliwości”. Będzie tak np. w przypadku, gdy dobro Twoich dzieci będzie poważnie zagrożone.

Warunkiem koniecznym do wystąpienia z roszczeniem o przekazanie mieszkania jest to, że Ty lub Twój adwokat musicie zażądać na piśmie od sprawcy przekazania mieszkania **w ciągu trzech miesięcy od popełnienia czynu lub groźby**.

## Czas trwania przekazania mieszkania

Jeśli sprawca jest jedynym najemcą lub właścicielem mieszkania, przekazanie mieszkania będzie początkowo ograniczone w czasie tak długo, jak długo będzie to konieczne dla Twojej ochrony.

Maksymalny czas trwania wynosi zazwyczaj sześć miesięcy, ale może zostać przedłużony.

Jeśli wraz ze sprawcą masz wspólną umowę najmu mieszkania lub jest ono Waszą wspólną własnością, przy ustalaniu okresu przydzielenia mieszkania sąd będzie się kierował okolicznościami konkretnej sprawy.

Sprawcy nie będzie wolno uniemożliwiać lub utrudniać wyłącznego korzystania z mieszkania przez Ciebie. Ponadto sąd będzie mógł wyraźnie zakazać mu wypowiedzenia lub sprzedaży mieszkania.

## Odszkodowanie i zadośćuczynienie za ból i cierpienie

Zgodnie z § 823 BGB (Kodeks cywilny) możesz żądać odszkodowania od sprawcy, jeśli ten umyślnie lub nieumyślnie bezprawnie naruszył Twoje życie, Twoje ciało, Twoje zdrowie, Twoją wolność, Twoją własność lub inne prawo.

Ponadto zgodnie z § 253 ust. 2 BGB (Kodeks cywilny) masz prawo do zadośćuczynienia za ból i cierpienie w przypadku uszkodzenia ciała, naruszenia zdrowia, wolności lub prawa do samostanowienia w kwestiach seksualnych.

Roszczeń tych możesz dochodzić w sądzie za pośrednictwem adwokata.

## Prawo do opieki nad dziećmi, prawo do określania miejsca pobytu, prawo do kontaktu z dziećmi

Przemocą domową często dotknięte są także dzieci żyjące w gospodarstwie domowym. Przepisy Gewaltschutzgesetz (Ustawa o ochronie przed przemocą) nie dotyczą jednak dzieci. W tym przypadku obowiązują normy ochronne prawa o stosunkach między rodzicami i dzieckiem.

Aby zaoszczędzić Twoim dzieciom dalszych doświadczeń związanych z przemocą, możesz złożyć w sądzie rejonowym wniosek o powierzenie wyłącznego prawa do opieki nad dziećmi lub przynajmniej prawa do określania miejsca pobytu.

W tym celu warto skorzystać z pomocy adwokata i/lub pomocy właściwego dla Ciebie urzędu ds. dzieci i młodzieży. Jeśli masz niskie dochody, możesz się ubiegać we właściwym sądzie rejonowym o zwolnienie z kosztów postępowania.

Nawet jeśli zostanie Ci przyznane wyłączne prawo do opieki nad dziećmi, ojciec dzieci zasadniczo nadal będzie mieć prawo do kontaktu z dziećmi.

Jeśli nie uda się osiągnąć polubownego rozwiązania sporu między Tobą a ojcem dzieci, o zakresie i wykonywaniu prawa do kontaktu z dziećmi zdecyduje sąd rejonowy.

## Wyprowadzka z mieszkania - dokąd?

Jeśli - podobnie jak wiele innych ofiar przemocy domowej - nie zechcesz pozostać w Twoim użytkowanym dotychczas wspólnie mieszkaniu i nie będziesz mogła znaleźć zakwaterowania u krewnych lub znajomych, istnieje możliwość skorzystania z pomocy schroniska dla kobiet.

W powiecie Steinfurt możesz się zwrócić do Frauenhaus Rheine (Schronisko dla Kobiet w Rheine).

Jego adres jest tajny ze względu na ochronę mieszkanek.

### Frauenhaus Rheine

(Schronisko dla Kobiet w Rheine), telefon: 05971/12793

Telefon pozostaje do dyspozycji przez całą dobę.

Podczas rozmowy telefonicznej można wyjaśnić od razu ważne kwestie, np. jakie dokumenty należy koniecznie przynieść ze sobą przy przyjęciu do schroniska.

Schronisko dla kobiet to nie zakład opieki. Mieszkające tam kobiety same decydują o swoim życiu i swojej codziennej rutynie.

Ty i Twoje dzieci znajdziecie tam

- **zakwaterowanie i ochronę,**
- **bezpłatną poradę oraz**
- **pomoc i wsparcie.**

W ramach fachowej i indywidualnej porady zostaniesz poinformowana m.in. o wymienionych powyżej kwestiach prawnych.

Pomoc i wsparcie mają ułatwić Ci zaplanowanie Twojego dalszego życia, np. znalezienie nowego mieszkania, innego przedszkola czy innej szkoły dla Twoich dzieci.

Na poniższych stronach internetowych znajdziesz dalsze placówki oferujące pomoc i wsparcie oraz **wolne miejsca w schroniskach dla kobiet:**

[www.frauen-info-netz.de/](http://www.frauen-info-netz.de/)

[www.frauenhauskoordinierung.de/hilfe-bei-gewalt](http://www.frauenhauskoordinierung.de/hilfe-bei-gewalt)

[www.odabs.org/nordrhein-westfalen/liste.html](http://www.odabs.org/nordrhein-westfalen/liste.html)

[www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/gleichstellung/frauen-vor-gewalt-schuetzen](http://www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/gleichstellung/frauen-vor-gewalt-schuetzen)

## Jaka pomoc jest dostępna dla kobiet?

### TELEFON POMOCY GEWALT GEGEN FRAUEN (PRZEMOC WOBEC KOBIEC)

Telefon pomocy „Gewalt gegen Frauen” („Przemoc wobec kobiet”)  
udziela porad pod numerem telefonu

**08000 116 016** oraz w Internecie pod **www.hilfetelefon.de**

na temat wszelkich form przemocy - całodobowo i bezpłatnie.

Porady są udzielane anonimowo, poufnie, bez barier i w 18 językach,  
w języku migowym i w łatwym języku.

Na życzenie panie udzielające porad skierują Cię do lokalnej placówki wsparcia.

Znajomi, krewni i specjaliści mogą również skontaktować się z telefonem pomocy  
„Gewalt gegen Frauen” („Przemoc wobec kobiet”).

 **TELEFON POMOCY**  
**PRZEMOC WOBEC KOBIEC**

**08000 116 016**

## Poradnia dla kobiet

### Poradnia dla kobiet ze zintegrowaną poradnią specjalistyczną przeciwko przemocy seksualnej stowarzyszenia Diakonie West e.V.

#### Oferujemy Ci:

- informacje i uświadomienie
- poradę
- interwencję kryzysową i stabilizację
- towarzyszenie np. w sądzie, na policji, w urzędzie ds. dzieci i młodzieży
- skierowanie do innych grup zawodowych, np. terapeutów, lekarzy, adwokatów

Porady są udzielane dobrowolnie, poufnie, bezpłatnie i na życzenie anonimowo. Ty i Twoje dzieci macie prawo do życia bez przemocy!

#### Frauenberatungsstelle (Poradnia dla kobiet)

-głównie przemoc domowa i przemoc w związkach- Tutaj otrzymasz poradę np. w zakresie:

- wszelkich form przemocy domowej lub przemocy w związkach
- ogólnych środków ochrony przed przemocą, np. wniosków z Gewaltschutzgesetz (Ustawa o ochronie przed przemocą), szukania ochrony w schronisku dla kobiet lub sporządzenia planu bezpieczeństwa i planu awaryjnego
- procesów decyzyjnych, takich jak rozważania nad rozstaniem
- wypracowania nowych pozbawionych przemocy perspektyw życiowych
- zbliżających się rozpraw sądowych lub rozmów z rodzicami

Münstermuer 3  
48431 Rheine  
tel.: 05971 800 73 70

e-mail: frauenberatungsstelle@diakonie-west.de  
Internet: [www.diakonie-west.de/hilfe-beratung/hilfe-bei-gewalt-gegen-frauen](http://www.diakonie-west.de/hilfe-beratung/hilfe-bei-gewalt-gegen-frauen)

#### Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt

#### (Poradnia specjalistyczna przeciwko przemocy seksualnej)

-głównie przemoc seksualna-  
Tutaj otrzymasz poradę np. w zakresie:

- zgwałcenia/molestowania seksualnego lub usiłowania napaści
- także przemocy seksualnej doświadczonej w dalszej przeszłości
- molestowania seksualnego w życiu codziennym lub w miejscu pracy
- wykorzystywania seksualnego
- rozważań dotyczących złożenia zawiadomienia o przestępstwie
- zbliżających się rozpraw sądowych

Münsterstr. 48  
48431 Rheine  
tel.: 05971 800 92 92

e-mail: frauenberatungsstelle@diakonie-west.de  
Internet: [www.diakonie-west.de/hilfe-beratung/hilfe-bei-gewalt-gegen-frauen](http://www.diakonie-west.de/hilfe-beratung/hilfe-bei-gewalt-gegen-frauen)



## Dalsze wsparcie

### **Trauma-Ambulanz für Erwachsene (Poradnia urazowa dla dorosłych)**

Pomoc dla ofiar

Oferta obejmuje: porady i informacje, pomoc w radzeniu sobie z uczuciami przeżywanymi jako przytłaczające, pomoc w przywróceniu bezpieczeństwa i zdolności do kontroli itd.

Trauma-Ambulanz für Erwachsene am UKM – Universitätsklinikum Münster  
(Poradnia urazowa dla dorosłych przy Klinice Uniwersyteckiej w Münster)  
tel.: 0251/ 83-51888 lub 0251/83-57815 e-mail: pppambulanz@ukmuenster.de  
web.ukm.de/index.php?id=psychosomatik\_traumaambulanz

### **Gewaltopferambulanz (Poradnia dla ofiar przemocy)**

Niebiurokratyczna pomoc dla osób, które stały się ofiarami przemocy:

- kompetentne porady udzielane przez specjalnie wyszkolonych lekarzy
- dokumentacja obrażeń nadająca się do wykorzystania w sądzie
- zabezpieczenie śladów i materiału dowodowego

Przekazywane informacje są traktowane poufnie. Pracownicy są zobowiązani do zachowania tajemnicy. W razie potrzeby (np. w przypadku późniejszej rozprawy sądowej) na podstawie uzyskanych wyników badań mogą zostać sporządzone ekspertyzy z zakresu medycyny sądowej w celu interpretacji obrażeń.

**Gewaltopferambulanz** am Institut für Rechtsmedizin des Universitätsklinikums Münster (UKM) (**Poradnia dla ofiar przemocy** przy Instytucie Medycyny Sądowej Kliniki Uniwersyteckiej w Münster) tel.: 0251 / 83 5 51 60  
web.ukm.de/index.php?id=rechtsmedizinengewaltopferambulanz (uwaga: bez „z” na końcu)

### **ASS (Anonimowe Zabezpieczenie Śladów)**

Jako ofiara przestępstwa seksualnego możesz otrzymać w poniższych klinikach pomoc medyczną i anonimowo zlecić zabezpieczenie i udokumentowanie śladów przestępstwa w sposób umożliwiający późniejsze wykorzystanie ich w sądzie:

#### **Maria-Josef Hospital – Greven (Szpital Marii i Józefa w Greven)**

Centralna Izba Przyjęć, Lindenstraße 29, 48268 Greven, tel.: 02571 / 502-0  
Brak ASS na miejscu - bezpłatny przejazd w towarzystwie do Franziskus-Hospital, Münster (Szpital Franciszka w Münster)

#### **Klinikum Rheine (Klinika w Rheine) – Mathias-Spital Rheine (Szpital Macieja w Rheine)**

Klinika dla kobiet, Frankenburgstraße 31, 48431 Rheine, tel.: 05971 / 42-0  
ASS możliwe bezpośrednio na miejscu

#### **Klinikum Ibbenbüren (Klinika w Ibbenbüren)**

Große Straße 41, 49477 Ibbenbüren, tel.: 05451 / 52-0  
Brak ASS na miejscu, bezpłatny przejazd karetką do Mathias-Spital, Rheine (Szpital Macieja w Rheine)

## Jaka pomoc jest dostępna dla dzieci?

Często dzieci i młodzież są również dotknięte przemocą domową lub doświadczają, jak ich matka jest maltretowana, poniżana lub zastraszana. Może to być dla nich traumatyczne przeżycie. Często sami czują się odpowiedzialni i/lub mają poczucie winy. Dzieci i młodzież, które były świadkami przemocy, potrzebują porady i wsparcia. Konieczna jest profesjonalna pomoc wykraczająca poza rodzinę. Dzieci i młodzież mogą uzyskać szczególne wsparcie i poradę m.in. w

### **urzędach ds. dzieci i młodzieży w powiecie Steinfurt i w Deutscher Kinderschutzbund (Niemiecka Liga Ochrony Dzieci) w Rheine.**

Dzieci i młodzież mogą także bezpłatnie dzwonić z telefonów stacjonarnych i komórkowych w całym kraju na

### **telefon zaufania dla dzieci i młodzieży Deutscher Kinderschutzbund (Niemiecka Liga Ochrony Dzieci).**

„Numer na smutek”,

telefon: 08 00 / 1 11 03 33 lub 116111

Od poniedziałku do piątku w godzinach 14.00-20.00 jest tam dostępna osoba kontaktowa.

Wybrany numer nie pojawi się na billingu dla numeru telefonu.

Możliwa jest również porada internetowa ([www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)).

**Trauma-Ambulanz für Kinder und Jugendliche**  
der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin am UKM  
**(Poradnia urazowa dla dzieci i młodzieży**  
Kliniki Medycyny Dziecięcej i Młodzieżowej  
przy Klinice Uniwersyteckiej w Münster)

tel.: 0251/ 83-56440 (sekretariat)

tel.: 0251/ 83 56418 (oddział, czynny całodobowo)

e-mail: [sekretariat-czerny@ukmuenster.de](mailto:sekretariat-czerny@ukmuenster.de)

[web.ukm.de/index.php?id=11725](http://web.ukm.de/index.php?id=11725)

## Jaka pomoc jest dostępna dla chłopców i mężczyzn?

Porady w zakresie sytuacji kryzysowych i przemocy - mężczyźni doradzają mężczyznom

### **Echte Männer reden.** (Prawdziwi mężczyźni rozmawiają.)

Mężczyźni otrzymują poradę od mężczyzn

Porady w zakresie przemocy to oferta dla chłopców i mężczyzn, którzy dopuścili się przemocy lub boją się, że mogą się jej dopuścić, i chcą zmienić swoje zachowanie.

Celem porad jest wzięcie pełnej odpowiedzialności za popełnione przestępstwo - za własne czyny. Tylko w ten sposób mężczyźni mogą się dowiedzieć, za ile cierpienia, strachu i krzywdy są odpowiedzialni. Ta świadomość, która dla większości mężczyzn jest przerażająca i wstydliva, jest najważniejszą podstawą do wyrwania się z tego kręgu.

Caritasverband Tecklenburger Land e.V.  
(Stowarzyszenie Caritas Tecklenburger Land)  
Klosterstr. 19  
49477 Ibbenbüren

**Markus Temmen**  
tel.: 0171 3010652  
e-mail:  
gewaltberatung@caritas-ibbenbueren.de  
[www.echte-maenner-reden.de](http://www.echte-maenner-reden.de)

### **Täterarbeit Chance e.V.** (Praca ze sprawcą stowarzyszenie Chance e.V.)

Stowarzyszenie Chance e.V. oferuje w powiecie Steinfurt porady dla sprawców przemocy. Wspólnie wypracowywane są tutaj przyczyny zachowań przemocowych i alternatywy dla nich. Celem porad jest życie bez przemocy oraz pozabawione przemocy radzenie sobie ze sytuacjami konfliktowymi i kryzysowymi. Oferowane są porady indywidualne i grupowe. Porady są udzielane przy Steinstr. 13 w Steinfurt-Burgsteinfurt.

**Lothar Bardenhorst**  
tel.: 0251 620 88 25  
tel. kom.: 01515 5985193  
fax: 0251 620 88 49  
l.bardenhorst@chance-muenster.de

**Peter Runtenberg**  
tel.: 0251 620 88 26,  
tel. kom.: 01525 108 26 41  
fax: 0251 620 88 49  
p.runtenberg@chance-muenster.de  
[www.chance-muenster.de/taeterarbeit.html](http://www.chance-muenster.de/taeterarbeit.html)

### **Dalsze linki do punktów pomocy i poradni:**

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

[www.maennerberatungsnetz.de/beratung/](http://www.maennerberatungsnetz.de/beratung/)

[www.maennergewaltschutz.de/maennerschutz-und-beratung/maennerschutzeinrichtungen/](http://www.maennergewaltschutz.de/maennerschutz-und-beratung/maennerschutzeinrichtungen/)

## Bezpieczeństwo przede wszystkim - co robić?

Już przy pierwszych oznakach przemocy domowej powinnaś pomyśleć o Twoim własnym bezpieczeństwie i podjąć środki dla Twojej ochrony i dla ochrony Twoich dzieci. Możesz poszukać schronienia z Twoimi dziećmi i odejść, także wtedy, gdy sprawcy przysługuje prawo do opieki nad dziećmi lub Twój status pobytowy jest uzależniony od wspólnego prowadzenia życia ze sprawcą.

Uczyrń wszystko, co zwiększy Twoje osobiste poczucie bezpieczeństwa.

- **Nie pozwól na izolację,**  
utrzymuj kontakty z Twoimi sąsiadami i poproś znajomych i krewnych, aby regularnie do Ciebie zaglądali!
- **Zaufaj Twojemu lekarzowi rodzinemu**  
i uzyskaj od niego zaświadczenie o doznanych obrażeniach!
- **Skontaktuj się z Gawaltopferambulanz (Poradnia dla ofiar przemocy)**  
i uzyskaj dokumentację Twoich obrażeń, która posłuży jako dowód w sądzie!
- **Zapisz numer alarmowy policji 110**  
i numery telefonów zaufanych osób w Twoim telefonie i/lub na Twojej komórce!
- **Opuść mieszkanie z Twoimi dziećmi,**  
jeśli będziesz się obawiać aktów przemocy lub będziesz się czuć zagrożona!
- **Skopiuj ważne dla Ciebie dokumenty**  
(patrz również lista kontrolna na następnej stronie) i zdeponuj kopie u zaufanej osoby!
- **Skontaktuj się z poradnią,**  
tam uzyskasz poradę, pomoc i wsparcie.

## Wyprowadzka z mieszkania - co jest potrzebne?

Opuszczając wspólne mieszkanie, zabierz ze sobą m.in. wymienione poniżej dokumenty i przedmioty; Twoje dokumenty osobiste w oryginale, dokumenty wspólne jako kopie.

### Lista kontrolna:

- ✓ klucze (np. do mieszkania, samochodu, miejsca pracy, skrytek, ...)
- ✓ gotówka, dokumenty rachunku bankowego, karta debetowa, książeczki oszczędnościowe, ...
- ✓ dowód osobisty i dokumenty tożsamości dzieci
- ✓ karty ubezpieczenia zdrowotnego
- ✓ akt małżeństwa i akty urodzenia
- ✓ umowa najmu, umowy ubezpieczenia
- ✓ umowa o pracę, świadectwa, karta podatku od wynagrodzeń, legitymacja ubezpieczenia społecznego
- ✓ decyzje urzędu pracy, urzędu spraw socjalnych, urzędu ds. dzieci i młodzieży, urzędu ds. cudzoziemców, ...
- ✓ decyzje sądowe, np. dotyczące zarządzeń ochronnych
- ✓ „Dokumentacja dotycząca interwencji policji w przypadku przemocy domowej” (jeśli została sporządzona z poprzednich zdarzeń)
- ✓ niezbędne leki, zaświadczenia lekarskie
- ✓ przedmioty użytku osobistego
- ✓ przybory szkolne i zabawki dla dzieci
- ✓ odzież dla Ciebie i Twoich dzieci

## Jaka pomoc finansowa jest dostępna?

- ✓ dokumentacja zniszczeń i/lub obrażeń na komórce

Jeśli po akcie przemocy domowej rozstałaś się ze sprawcą, może to doprowadzić do tego, że będziesz tymczasowo zależna od pomocy finansowej ze strony państwa. Możliwe są np. świadczenia z Sozialgesetzbuch II – SGB II (Kodeks socjalny II),

Unterhaltsvorschussgesetz – UVG (Ustawa o zaliczkach alimentacyjnych) oraz Opferentschädigungsgesetz – OEG (Ustawa o odszkodowaniach dla ofiar przestępstw z użyciem przemocy).

### Świadczenia z Sozialgesetzbuch II - SGB II (Kodeks socjalny II)

Jeśli nie możesz zapewnić „niezbędnego utrzymania” sobie i Twoim dzieciom z własnych dochodów, majątku lub z pomocą innych osób, masz prawo do Arbeitslosengeld II (zasiłek dla bezrobotnych II) / Sozialgeld (zasiłek socjalny).

Termin „niezbędne utrzymanie” obejmuje potrzeby w zakresie wyżywienia, ubrania i zakwaterowania. Ponadto, pod pewnymi warunkami, można się ubiegać o jednorazowe zasiłki, np. na przedmioty gospodarstwa domowego i inne artykuły codziennego użytku.

Gdy pojawi się u Ciebie trudna sytuacja finansowa, np. z powodu utraty dochodu, powinnaś niezwłocznie złożyć osobiście wniosek w Jobcenter w Twoim miejscu zamieszkania. Do tego celu niezbędne będzie udokumentowanie Twoich dochodów i majątku za pomocą odpowiednich dokumentów (patrz lista kontrolna). Twój Jobcenter poinformuje Cię, jakie inne dokumenty są wymagane.

W przypadku spełnienia wymogów Arbeitslosengeld II (zasiłek dla bezrobotnych II) / Sozialgeld (zasiłek socjalny) będzie mógł zostać przyznany od miesiąca, w którym został złożony wniosek.

### Świadczenia z Unterhaltsvorschussgesetz - UVG (Ustawa o zaliczkach alimentacyjnych)

Jeśli sprawca nie będzie się wywiązywać ze swojego obowiązku alimentacyjnego wobec mieszkających z Tobą wspólnych dzieci, możesz się ubiegać dla Twoich dzieci o świadczenia z Unterhaltsvorschussgesetz – UVG (Ustawa o zaliczkach alimentacyjnych).

Wszystkie dzieci do ukończenia osiemnastego roku życia, które mieszkają z samotnym rodzicem, mają prawo do świadczeń z Unterhaltsvorschussgesetz – UVG (Ustawa o zaliczkach alimentacyjnych).

Wniosek możesz złożyć we właściwym urzędzie ds. dzieci i młodzieży.

## Świadczenia z Opferentschädigungsgesetz - OEG (Ustawa o odszkodowaniach dla ofiar przestępstw z użyciem przemocy)

Jeśli sprawca wyrządził Ci uszczerbek na zdrowiu w wyniku aktu przemocy (umyślnej, bezprawnej czynnej napaści), zasadniczo przysługuje Ci prawo do zaopatrzenia w ramach Opferentschädigungsgesetz – OEG (Ustawa o odszkodowaniach dla ofiar przestępstw z użyciem przemocy).

To prawo przysługuje także osobom, które doznały uszczerbku na zdrowiu podczas zgodnej z prawem obrony przed umyślną napaścią na Ciebie.

Mogą to być np. Twoje dzieci, znajomi lub sąsiedzi, którzy chcieli Ci pomóc lub pomogli.

Stosowny wniosek możesz złożyć do Landschaftsverband Westfalen-Lippe (Versorgungsamt Westfalen (Urząd ds. Zaopatrzenia Westfalen), Von-Vincke-Str. 23-25, 48143 Münster.

W złożeniu wniosku pomoże Ci m.in. Twoja kasa chorych, pełnomocnik ds. ochrony ofiar na policji lub pracownicy „Weißer Ring” („Biały Pierścień”).

## Adresy i numery telefonów

(w kolejności alfabetycznej)

### **Amtsgericht Ibbenbüren (Sąd Rejonowy w Ibbenbüren)**

telefon: 0 5451 / 92 60  
 fax: 0 5451 / 92 61 00  
 właściwy dla miast i gmin  
 Hörstel, Hopsten, Ibbenbüren, Mettingen,  
 Recke, Saerbeck

### **Amtsgericht Rheine (Sąd Rejonowy w Rheine)**

telefon: 0 59 71 / 4 00 50  
 fax: 0 59 71 / 40 05 20  
 właściwy dla miast i gmin  
 Emsdetten, Neuenkirchen, Rheine

### **Amtsgericht Steinfurt (Sąd Rejonowy w Steinfurt)**

telefon: 0 25 51 / 6 60  
 fax: 0 25 51 / 6 61 55  
 właściwy dla miast i gmin  
 Altenberge, Greven, Horstmar, Laer,  
 Metelen, Nordwalde, Ochtrup, Steinfurt,  
 Wettringen

### **Amtsgericht Tecklenburg (Sąd Rejonowy w Tecklenburg)**

telefon: 0 54 82 / 6 70  
 fax: 0 54 82 / 6 71 2  
 właściwy dla miast i gmin  
 Ladbergen, Lengerich, Lienen, Lotte,  
 Tecklenburg, Westerkappeln

### **Amt für Soziales, Gesundheit und Pflege des Kreises Steinfurt, Sozialpsychiatrischer Dienst (Urząd do Spraw Socjalnych, Zdrowia i Opieki powiatu Steinfurt, Służba Socjalno-Psychiatryczna)**

**Oddział Steinfurt**  
 telefon: 0 2551 / 69 28 30

**Oddział Tecklenburg**  
 telefon: 0 2551 / 69 35 60  
 0 2551 / 69 35 70

**Oddział Rheine**  
 telefon: 0 2551 / 69 40 27  
 0 2551 / 69 40 25

### **Anonyme Spurensicherung ASS (Anonimowe Zabezpieczanie Śladów)**

Universitätsklinikum Münster  
 (Klinika Uniwersytecka w Münster)  
 Institut für Rechtsmedizin  
 (Instytut Medycyny Sądowej)  
 Röntgenstr. 23  
 48149 Münster  
 telefon: 0 251 / 835 51 51

### **Maria-Josef Hospital Greven (Szpital Marii i Józefa w Greven)**

Centralna Izba Przyjęć  
 Lindenstr. 29  
 48268 Greven  
 telefon: 0 2571 / 50 20

### **Klinikum Rheine, Mathias Spital Rheine (Klinika w Rheine, Szpital Macieja w Rheine)**

Frauenklinik (Klinika dla kobiet)  
 Frankenburgstr. 31  
 48431 Rheine  
 telefon: 0 5971 / 420

### **Klinikum Ibbenbüren (Klinika w Ibbenbüren)**

Große Str. 41  
 49477 Ibbenbüren  
 telefon: 0 5451 / 520

### **Ärztliche Kinderschutzambulanz des Deutschen Roten Kreuzes (Poradnia lekarska ds. ochrony dzieci Niemieckiego Czerwonego Krzyża)**

Melchersstr. 55  
 48149 Münster  
 telefon: 0 251 / 41 85 40  
 fax: 0 251 / 41 85 426

### **Porady dla chłopców i mężczyzn Caritasverband Tecklenburger Land e.V. (Stowarzyszenie Caritas Tecklenburger Land)**

Klosterstr. 19  
 49477 Ibbenbüren  
 telefon: 0 171 / 301 06 52



**Poradnia dla rodziców, młodzieży i dzieci  
Caritasverband (Stowarzyszenie Caritas)**

Bachstr. 15, **48282 Emsdetten**  
telefon: 0 25 72 / 157 39

Kirchstr. 5, **48268 Greven**  
telefon: 0 25 72 / 157 39

Klosterstr. 19 **49477 Ibbenbüren**  
telefon: 0 54 81 / 305 42 41

Lingener Str. 13, **48429 Rheine**  
telefon: 0 59 71 / 86 20

**Poradnia dla rodziców,  
dzieci i młodzieży Diakonisches Werk**

Stettiner Str. 25, **49525 Lengerich**  
telefon: 0 54 81 / 305 42 40  
fax: 0 54 81 / 305 42 41

Wasserstr. 32, **48565 Steinfurt**  
telefon: 0 25 51 / 8637-0  
fax: 0 25 51 / 8637-111

**Porady w zakresie separacji i rozwodu**

**Dla miast i gmin Ladbergen, Saerbeck,  
Hörstel, Hopsten, Recke i Mettingen:**

Kreisel e. V.  
Schulstr. 11a, 49477 Ibbenbüren,  
telefon: 02572 / 882 60

**Dla miast i gmin Westerkappeln, Lotte,  
Tecklenburg, Lengerich i Lienen:**

Beratungszentrum Diakonie  
(Ośrodek Doradczy Diakonia)  
Stettiner Str. 25, 49525 Lengerich  
telefon: 05481 / 305 42 66

**Dla miast i gmin Altenberge,  
Nordwalde i Steinfurt-Borghorst:**

Caritasverband Steinfurt  
(Stowarzyszenie Caritas Steinfurt)  
Kirchplatz 8, 48565 Steinfurt  
telefon: 02552 / 702 4914

**Dla miast i gmin Ochtrup,  
Steinfurt-Burgsteinfurt, Metelen,  
Horstmar i Laer:**

Kirchplatz 8, 48565 Steinfurt  
telefon: 02552 / 702 4914

**Dla miast i gmin Wettringen i  
Neuenkirchen oraz Rheine:**

Lingener Str. 11, 48429 Rheine  
telefon: 05971 / 8 62 13 15

**Dla miasta Emsdetten:**

Caritasverband Emsdetten-Greven  
(Stowarzyszenie Caritas Emsdetten-Greven)  
Bachstr. 15, 48282 Emsdetten  
telefon: 02572 / 157-0

**Kreisel e. V.**

Friedrichstr. 1-2, 48282 Emsdetten  
telefon: 02572 / 882 60

**Dla miasta Greven:**

Caritasverband Emsdetten-Greven  
(Stowarzyszenie Caritas Emsdetten-Greven)  
Kirchstr. 5, 48268 Greven  
telefon: 02571 / 800 90

**Dla miasta Ibbenbüren:**

Caritasverband Ibbenbüren  
(Stowarzyszenie Caritas Ibbenbüren)  
Klosterstr. 19, 49477 Ibbenbüren  
telefon: 0 54 81 / 500 20

**Deutscher Kinderschutzbund  
(Niemiecka Liga Ochrony Dzieci)**

An der Stadtmauer 9, 48431 Rheine  
telefon: 0 59 71 / 91 43 90  
fax: 0 59 71 / 91 439 33

**Ehe-, Familien- und  
Lebensberatungsstelle im Bistum  
Münster (Poradnia ds. małżeństwa,  
rodziny i życia w Diecezji Münster)**

**48282 Emsdetten**, Kirchstr. 18  
telefon: 02572 / 9419019

**48268 Greven**, Münsterstr. 35  
telefon: 02571 / 98 65 81

**49477 Ibbenbüren**, Klosterstr. 19  
telefon: 0 54 81 / 5002 53

**48565 Steinfurt**, Europaring 1  
telefon: 0 25 51 / 86 44 46

**48429 Rheine** Herrenschieberstr. 17  
telefon: 0 59 71 / 9 68 90

**Poradnia dla kobiet ze zintegrowaną poradnią specjalistyczną przeciwko przemocy seksualnej stowarzyszenia Diakonie West e.V.**

Frauenberatungsstelle  
(Poradnia dla kobiet)  
Münstermuer 3,  
48431 Rheine  
telefon: 0 59 71 / 800 73 70  
frauenberatungsstelle@diakonie-west.de

**Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt (Poradnia specjalistyczna przeciwko przemocy seksualnej)**

Münsterstr. 48,  
48431 Rheine  
telefon: 05971 / 800 92 92  
fachberatung-gewalt@diakonie-west.de

**Frauenhaus Rheine (Schronisko dla kobiet w Rheine)**

telefon: 05971 / 1 27 93  
(przejęcia przez całą dobę, porady po telefonicznym uzgodnieniu terminu)

**Gewaltopferambulanz (Poradnia dla ofiar przemocy)**

UKM - Universitätsklinikum Münster  
(Klinika Uniwersytecka w Münster),  
Röntgenstraße 23,  
48149 Münster  
telefon: 0251 / 83 5 51 51

**Telefon pomocy „Gewalt gegen Frauen” („Przemoc wobec kobiet”)**

telefon: 08000 116 016  
i w Internecie na stronie  
www.hilfetelefon.de

**Telefon pomocy „Gewalt an Männern“ („Przemoc wobec mężczyzn”)**

telefon: 0800 1 239 900  
i w Internecie na stronie www.  
maennerhilfetelefon.de

**Jobcenter**

Prosimy o kontakt z Jobcenter przy urzędzie miasta lub gminy właściwym dla Twojego miejsca zamieszkania.

**Jugendamt der Stadt Emsdetten (Urząd ds. dzieci i młodzieży miasta Emsdetten)**

Am Markt 1, 48282 Emsdetten  
telefon: 02572 / 92 23 16

**Jugendamt der Stadt Greven (Urząd ds. dzieci i młodzieży miasta Greven)**

Rathausstr. 21  
48268 Greven  
telefon: 02571 / 92 00

**Jugendamt der Stadt Ibbenbüren (Urząd ds. dzieci i młodzieży miasta Ibbenbüren)**

Alte Münsterstr. 16  
49477 Ibbenbüren  
telefon: 05451 / 93 15 29  
05451 / 93 16 25

**Jugendamt der Stadt Rheine (Urząd ds. dzieci i młodzieży miasta Rheine)**

Klosterstr. 14  
48431 Rheine  
telefon: 05971 / 93 95 11

**Jugendamt des Kreises Steinfurt (Urząd ds. dzieci i młodzieży powiatu Steinfurt)**

Oddział Steinfurt  
Tecklenburger Str. 10  
48565 Steinfurt  
telefon: 02551 / 69 23 05

**Jugendamt des Kreises Steinfurt (Urząd ds. dzieci i młodzieży powiatu Steinfurt)**

Oddział Tecklenburg  
Landrat-Schultz-Str. 1  
49545 Tecklenburg  
telefon: 02551 / 69 32 22

**Nummer gegen Kummer (Numer na smutek)**

Telefon dla dzieci i młodzieży  
telefon: 116 111  
Telefon dla rodziców  
telefon: 0800 / 11 105 50

**Pełnomocnik ds. ochrony ofiar Powiatowego Urzędu Policji w Steinfurt**

Hansaallee 10  
48429 Rheine  
telefon: 05971 / 9 38 59 14  
05971 / 9 38 59 17




Pomoc dostępna przez całą dobę

A series of diagonal bars in red and yellow, arranged in a descending staircase pattern from the top left towards the bottom left of the page.

Policja  
**telefon alarmowy 110**

Frauenhaus Rheine  
(Schronisko dla kobiet w Rheine)  
**0 59 71 / 1 27 93**

A single decorative diagonal bar in red and yellow, positioned to the left of the text.

Telefon pomocy  
**"Gewalt gegen Frauen"**  
(„Przemoc wobec kobiet”)  
**08000 – 116 016**  
**[www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de)**