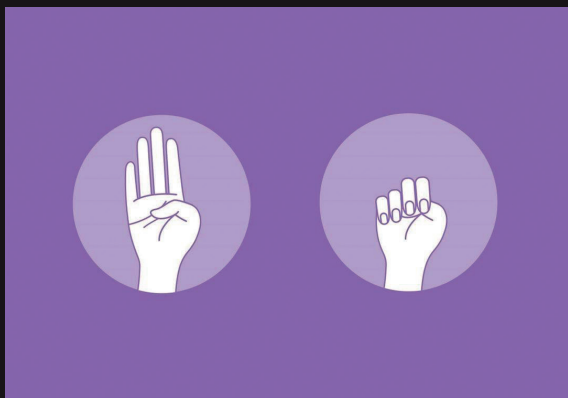




Poznáte toto gesto? Ak nie, zapamätajte si ho. Veríme, že sa s ním nikdy nebudete musieť stretnúť, ale štatistiky, žiaľ, hovoria smutnou rečou. Takže je lepšie ho poznať. Gesto, ktoré signalizuje (predovšetkým) domáce násilie. Môže pomôcť vám alebo niekomu okolo vás.

**Nesprávajme sa ľahostajne.
Nebud'me ticho.
Naša ľahostajnosť a ticho
otvárajú cestu násiliu.**



**SKUTOK
SA
STAL
ALE...**

**NÁSILIE SA
DÁ ZASTAVIŤ!**

Násilie páchané na ženách je každý rodovo podmienený násilný čin, ktorý vedie alebo by mohol viesť k fyzickej, sexuálnej alebo duševnej ujme alebo utrpeniu žien, vrátane vyhrožovania sa takýmito činmi, zastrašovania alebo úmyselného obmedzovania slobody vo verejnom či súkromnom živote.

*Deklarácia OSN o odstránení násillia
páchaného na ženách, 1993*



**ALTERNATIVE
TO VIOLENCE**

Infoleták je súčasťou projektu *Zastaviť cyklus násillia*, ktorý bol podporený Nórskom prostredníctvom Nórskeho grantu. Spolufinancované zo štátneho rozpočtu Slovenskej republiky.

NIE, VY NIE STE NA VINE!

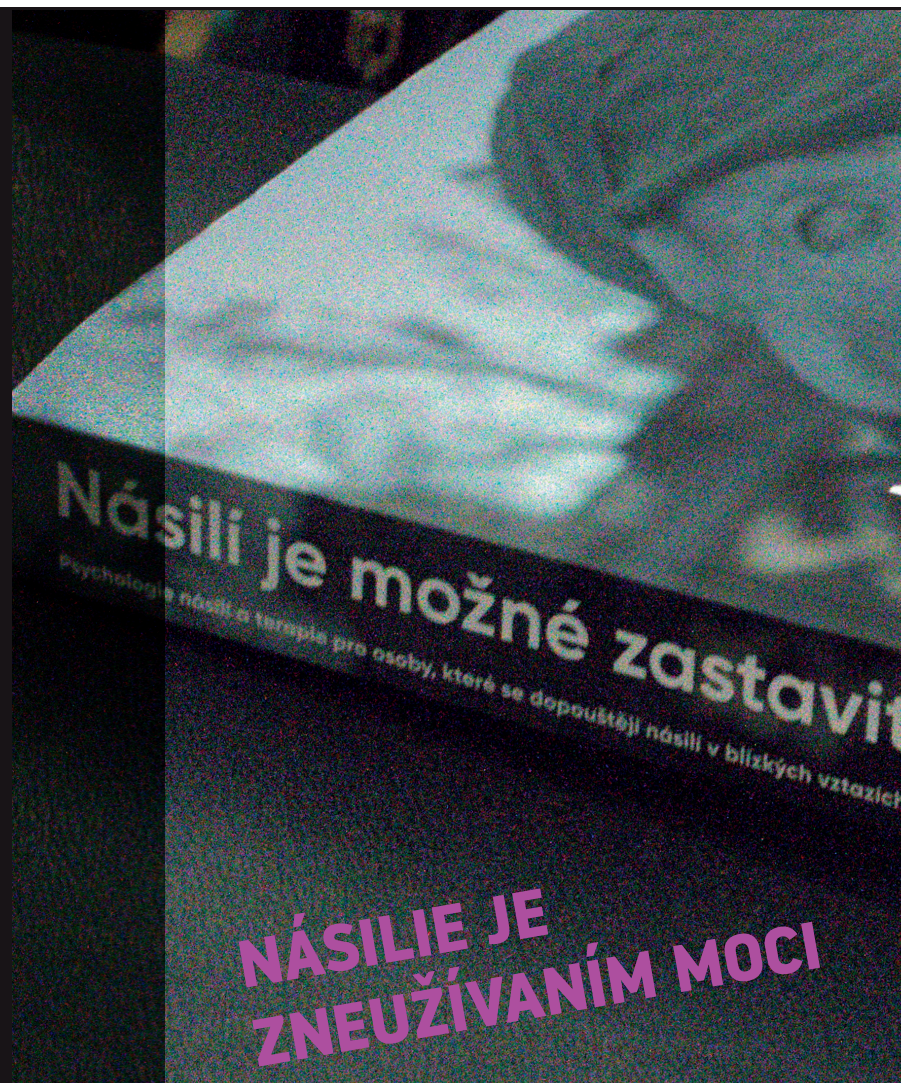
Pre násilie neexistuje žiaden dôvod a nič ho nemôže ospravedlniť.

Násilie nie je náhodné „pošmyknutie“ ani vystupňovaná hádka, násilie je zneužitie prevahy a sily.

Násilie nikdy neprestane samo.

Násilie je trestný čin. Volajte políciu na čísla 158 alebo 112.

Polícia môže vstúpiť do bytu, ak sú ohrozené životy a zdravie, hrozí závažná škoda a vec neznesie odklad. Súhlas násilníka so vstupom do bytu nie je potrebný.



NÁSILIE JE ZNEUŽÍVANÍM MOCI

Násilím je každá forma ubližovania, prejavu nadvlády, vyhrážania sa, zneužívania moci, fyzického, psychického a sexuálneho nátlaku.

Násilie nie je konflikt. V konflikte sa stretnú rovnocenné strany, kým násilie znamená, že jedna strana zneužíva svoju prevahu moci.

Násilie nepozná hranice, vyskytuje sa vo všetkých sociálnych, politických, ekonomických, kultúrnych a náboženských vrstvách a skupinách.

NENECHAJME TO NA DEŤOCH

Zážitok násillia, ktorému je vystavená matka, je pre dieťa traumou, akoby ho zažívalo samo. Jeho mozog sa prispôsobí na prežitie v ohrozujúcom alebo nepredvídateľnom svete, utlmí sa vnímanie zlých, ale aj dobrých emócií. Dieťa je trvale pripravené na prípadné ohrozenie, je neisté, nerozvíja dobré sociálne zručnosti a vzťahy, môže reagovať utiahnutím alebo agresiou, čo vedie k poruchám duševného vývoja, problémom s učením, sústredením, prijímaním potravy a ku najrôznejším telesným ochoreniam. Ak nedostane včas odbornú pomoc, následky takéto detstva si nesie do dospelosti.

Lenka Patyiová, sociálna pracovníčka, Aliancia žien Slovenska

S deťmi je o potrebné o násillí veku primerane hovoriť. Často sa o násillí a o tom, čo sa vo vzťahu deje, mlčí. Matky sa snažia v dobrej viere svoje deti ochrániť, ale takto to zväčša nefunguje. Deti násillie vnímajú, či už ho vidia a počujú priamo, alebo vnímajú jeho dôsledky – v zmysle, aké napätie či dokonca násillie je prítomné, ako napr. otec o všetkom rozhoduje a ako sa mama všetkému prispôbuje.

Juraj Zajac, psychológ, Aliancia žien Slovenska

Násillie má vážne ekonomické dôsledky a zvyšuje riziko horšieho psychického i fyzického zdravia jednotlivcov i spoločnosti. Politicky a politici by mali vedieť, že ak chceme ako spoločnosť niečo ušetriť, sú prevencia a kvalita pomoci pre ľudí ohrozených násillím, zásadné. Najdrahšie je nerobiť nič.

Barbora Jakobsen, klinická psychologička, Alternatíva k násilliu (Nórsko).

Nebojte sa. Nenechajte sa zastrašiť a neostávajúte samy. Vždy existuje možnosť. Neváhajte kontaktovať ktorúkoľvek organizáciu; oni už vedia kam vás nasmerovať.

Tatiana Korgová, sociálna poradkyňa, Aliancia žien Slovenska

Z celospoločenského meradla je najväčšou prekážkou fakt, že ľudia ženám neveria, pretože to, čo zažívajú, je naozaj ťažko predstaviteľné.

Katarína Farkašová, riaditeľka, Aliancia žien Slovenska

