

- ➔ Βγάλε φωτογραφίες από τα τραύματά σου, όπου να αναγράφεται η ημερομηνία λήψης τους.
- ➔ Κράτησε μηνύματα από απειλητικά τηλεφωνήματα, σημειώματα.
- ➔ Αν έχεις ζητήσει εισαγγελική παραγγελία ή έχεις καλέσει το «100» ζήτησε αντίγραφο δελτίου συμβάντος, όπου έχει καταχωρηθεί η εισαγγελική παραγγελία από το οικείο Αστυνομικό Τμήμα ή ζήτησε στοιχεία από το Τμήμα της Άμεσου Δράσεως, που καταχώρησε την κλήση σου. Ώσπου να εκδοθεί η απόφαση, η επιμέλεια ανήκει και στους δυο συζύγους.
- ➔ Αν υπάρχει σωματική ή σεξουαλική κακοποίηση του παιδιού, θα πρέπει να τον καταγγείλεις άμεσα, απευθυνόμενη μόνη σου ή με δικηγόρο στον Εισαγγελέα Ανηλίκων.
- ➔ Μπορείς να ζητήσεις την επιμέλεια των παιδιών σου και τη μετοίκηση του συζύγου από τη συζυγική κατοικία, ακόμα και στην περίπτωση που ανήκει κατά κυριότητα στο σύζυγο, με την υποβολή αίτησης στην αρμόδια δικαστική αρχή.
- ➔ Δικαιούσαι να ζητήσεις διατροφή για σένα και τα παιδιά σου.
- ➔ Αν ο σύζυγος δεν τηρήσει την οποιαδήποτε δικαστική απόφαση, διαπράττεται ποινικό αδίκημα και τιμωρείται με ποινή φυλάκισης

- Πηγές:** 1. Ευρωπαϊκό Δίκτυο κατά της Βίας (2013). *Οδηγός "Απόδρασης" από μια Βίαση Σχέση*. Αθήνα: Εκδόσεις Σοκόλη-Κουλεδάκη
2. Σουλή, Σ. (2010). *Αθέατη Βία. Η αγάπη δεν πρέπει να πονάει*. Αθήνα: Εκδόσεις Ψυχογιός
3. <http://womensos.gr>



Ευρωπαϊκό  
Κοινωνικό Ταμείο

ΠΡΑΞΗ

«Λειτουργία Δομών και Υπηρεσιών της Τοπικής Αυτοδιοίκησης προς όφελος των γυναικών και για την καταπολέμηση της βίας- Λειτουργία Ξενώνα Φιλοξενίας στο Δήμο Ηρακλείου»  
ΟΠΣ «5000767» στο Ε.Π. «ΚΡΗΤΗ» 2014-2020

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΔΗΜΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΚΡΗΤΗΣ  
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ  
«ΞΕΝΩΝΑΣ ΦΙΛΟΞΕΝΙΑΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ»

### Τι είναι Βία μεταξύ Ερωτικών Συντρόφων (ΒΕΣ):

Η βία μεταξύ ερωτικών συντρόφων δεν είναι μια διαφωνία ή ένας τσακωμός.

Είναι κακοποίηση και μπορεί να συμβεί σε οποιαδήποτε γυναίκα!!!!

Μοναδικός στόχος του ατόμου που κακοποιεί τη σύζυγο/σύντροφό του, είναι να αποκτήσει τον **πλήρη έλεγχο** της ζωής της και για να το επιτύχει αυτό καταφεύγει κατ' επανάληψη σε διάφορες μεθόδους και συμπεριφορές:

- ➔ πρόκληση σωματικού τραύματος
- ➔ ψυχολογική βία
- ➔ σεξουαλική βία
- ➔ κοινωνική απομόνωση
- ➔ έλεγχος των οικονομικών
- ➔ εκφοβισμός μέσω στενής παρακολούθησης

### Σχέδιο Ασφαλούς Απόδρασης

**Όταν βρίσκεσαι σε μια σχέση κακοποίησης και χρειάζεται να αποδράσεις άμεσα υπάρχουν πράγματα που μπορείς να σκεφτείς και να κάνεις, τα οποία θα αυξήσουν την ασφάλεια σου:**

- ➔ Ο σύντροφος να μην καταλάβει ότι σχεδιάζεις να φύγεις.
- ➔ Να είναι όσο πιο προσεκτική και μυστική γίνεται η προετοιμασία «απόδρασης».
- ➔ Να έχεις σκεφτεί την κατάλληλη στιγμή φυγής, καθώς και με τι μέσο θα φύγεις.
- ➔ Να έχεις μαζί σου κάποια χρήματα, τουλάχιστον για τον πρώτο καιρό και σε περίπτωση που κατέχετε κοινούς τραπεζικούς λογαριασμούς, να πάρεις τα χρήματα, γιατί μόλις φύγεις θα το κάνει εκείνος.
- ➔ Καλό θα ήταν να έχει ενημερωθεί ένα άτομο εμπιστοσύνης για την ενέργειά σου

αυτή και να βεβαιωθείς, ότι δε θα το πει στο σύντροφό σου.

- ➔ Να έχεις προμηθευτεί αριθμό κινητού τηλεφώνου, που δε γνωρίζει, ώστε να ελαχιστοποιήσεις την πιθανότητα να σε βρει.
- ➔ Απομνημόνευσε σημαντικούς αριθμούς τηλεφώνων αλλά και τηλεφωνικούς αριθμούς άμεσης δράσης (του/της δικηγόρου σου, της Άμεσης Δράσης «100», της Γραμμής SOS 15900).
- ➔ Επινόησε μια συνθηματική λέξη ή φράση από κοινού με το παιδί σου, τους συγγενείς, τους φίλους ή τους γείτονες, που θα σηματοδοτεί πως επείγει να καλέσουν τις αστυνομικές αρχές.
- ➔ Εάν δεν έχεις επικοινωνήσει με κάποιο Ξενώνα Φιλοξενίας Γυναικών για τη φιλοξενία σου μαζί με τα παιδιά σου, καλό θα είναι να έχεις εξασφαλίσει τη διαμονή σου σε μέρος που δε γνωρίζει ο σύντροφος και δε θα σε ψάξει αμέσως.
- ➔ Να έχεις προμηθευτεί τηλέφωνα και διευθύνσεις συγγενών και φίλων.
- ➔ Να έχεις φτιάξει βαλίτσα απόδρασης η οποία θα περιέχει τα απαραίτητα:
  - ρούχα, που δε θα αντιληφθεί ο σύντροφος ότι λείπουν
  - πρωτότυπα, εάν είναι δυνατόν, ή αντίγραφα βασικών εγγράφων

#### **Τι χρειάζεται να πάρεις μαζί σου φεύγοντας από το σπίτι:**

- ➔ Ταυτότητα
- ➔ Βιβλιάριο ασθενοείας
- ➔ Βιβλιάρια τραπέζης
- ➔ Αντίγραφα φορολογικών δηλώσεων
- ➔ Πιστοποιητικά δικά σου και των παιδιών (π.χ. γέννησης)
- ➔ Δίπλωμα οδήγησης
- ➔ ΑΜΚΑ
- ➔ Διαβατήριο
- ➔ Αντικλείδια σπιτιού-αυτοκινήτου
- ➔ Πιστωτικές κάρτες
- ➔ και κάθε ενοχοποιητικό έγγραφο, που αποδεικνύει την κακοποίηση

#### **Εάν πάρεις τα παιδιά μαζί σου καλό θα είναι:**

- ➔ Να φύγεις τη στιγμή, που ξέρεις ότι ο σύντροφος δε θα σε ψάξει αμέσως.
- ➔ Να έχεις συμβουλευτεί νομικό για τις ενέργειες που πρέπει να έχεις κάνει ή πρέπει να κάνεις έχοντας μαζί σου τα παιδιά, ώστε να μην κατηγορηθείς για εγκατάλειψη συζυγικής στέγης και αρπαγή παιδιών.
- ➔ Να φροντίσεις και τη δική τους βαλίτσα με λίγα ρούχα, σχολικά έγγραφα.

#### **Αν επιθυμείς να κάνεις μήνυση:**

- ➔ Θα απευθυνθείς στην αστυνομία, όπου θα καταθέσεις μήνυση και στη συνέχεια θα εξεταστείς από Ιατροδικαστή.
- ➔ Ζήτησε να καταγραφεί η κακοποίησή σου στο βιβλίο συμβάντων και πάρε αντίγραφο.
- ➔ Σε περίπτωση που μεταβείς στο Νοσοκομείο για περίθαλψη θα χρειαστεί να ζητήσεις να καταγραφεί η κακοποίησή σου στο βιβλίο συμβάντων του Νοσοκομείου και θα ζητήσεις αντίγραφο. Επίσης θα ζητήσεις πιστοποιητικό ιατρικής γνωμάτευσης ή νοσηλείας προκειμένου να τα προσκομίσεις στο δικαστήριο.
- ➔ Ακόμα και αν φέρεις ελαφριά τραύματα και επιθυμείς να καταθέσεις μήνυση, κάν'το άμεσα, προκειμένου να εξεταστείς από Ιατροδικαστή δημόσιου Νοσοκομείου και να πάρεις αντίγραφο της εξέτασης, προτού επουλωθούν τα τραύματά σου.

#### **Αν δεν επιθυμείς να κάνεις μήνυση:**

- ➔ Ακόμα και αν δεν θέλεις να κάνεις μήνυση, καλό θα είναι να εξεταστείς από ιατρό σε δημόσιο Νοσοκομείο. Θα καταγραφείς ως περιστατικό και αν χρειαστείς αποδεικτικό στοιχείο σε ένα μελλοντικό δικαστήριο, θα ζητήσεις από τη γραμματεία του Νοσοκομείου την ιατρική γνωμάτευση, που θα πιστοποιεί τις σωματικές σου βλάβες.
- ➔ Μπορείς να ζητήσεις να λάβεις εισαγγελική παραγγελία από τον/την εισαγγελέα της περιοχής σου, προκειμένου να την προσκομίσεις στο Αστυνομικό Τμήμα του τόπου κατοικίας του δράστη, από όπου θα τον καλέσουν για συστάσεις.
- ➔ Να έχεις υπόψη σου ότι η εισαγγελική παραγγελία έχει βραχυπρόθεσμα αποτελέσματα και μόνο σε εκείνους τους άνδρες, που φοβούνται υπερβολικά το νόμο.
- ➔ Επίσης, να έχεις υπόψη σου ότι ο σύντροφος δεν είναι υποχρεωμένος να εμφανιστεί στην Αστυνομία. Αν κατά το διάστημα αυτό τα σημάδια της κακοποίησης έχουν εξαφανιστεί δε θα έχεις αποδείξεις στο δικαστήριο για άσκηση σωματικής βίας, ιδίως αν δε φέρεις σοβαρά τραύματα.

#### **Τι χρειάζεται να γνωρίζεις όσον αφορά στη διεκδίκηση επιμέλειας των παιδιών:**

- ➔ Είναι σημαντικό να συλλέξεις στοιχεία που αποδεικνύουν την κακοποιητική συμπεριφορά.
- ➔ Ακόμα και αν δεν είσαι έτοιμη να κάνεις μήνυση εις βάρος του, επιδίωξε, αν έχεις σωματικές βλάβες, να λάβεις ιατρική γνωμάτευση από κάποιο δημόσιο Νοσοκομείο.