



GHID DE ORIENTARE ÎN CAZ DE

VIOLENȚĂ ÎN FAMILIE

AI DREPTUL SĂ TRĂIEȘTI ÎN SIGURANȚĂ!

EȘTI SUPUSĂ UNUI ABUZ?

- Te critică, umilește sau țipă la tine?
- Te simți speriată sau tensionată în prezența lui?
- Te urmărește/supraveghează ca să știe unde mergi și ce faci?
- A fost violent fizic cu tine sau cu copiii?
- Te-a amenințat că te va omorî, că se va sinucide sau că îi va omorî pe ceilalți?
- Te amenință că îți va lua copiii sau că le va face rău?
- Te împiedică să te vezi cu familia, colegii sau prietenii?
- Te forțează la acțiuni sexuale nedorite?
- Îți limitează accesul la bani, telefon?
- Te face să te simți izolată?
- Te învinuiește pentru comportamentul lui abuziv?



Dacă ai răspuns DA la cel puțin una din întrebările de mai sus, s-ar putea să te confrunți cu o formă de violență în familie. Am pregătit această broșură pentru TINE, pentru a-ți oferi informații utile despre cine te poate ajuta să te protejezi.

Dacă cunoști o persoană care se află într-o situație similară, oferă-i această broșură.

Spune-i că nu este singură!
Întreab-o dacă are nevoie de ajutor!



CE ESTE VIOLENȚA ÎN FAMILIE?

Violența în familie este orice acțiune care îți pune viața în pericol, prin care partenerul, soțul sau concubinul te poate înjosi sau lovi și prin care încearcă să îți controleze viața, îți urmărește fiecare pas, fără a-ți asculta părerea, nevoile și dorințele.



Violența i se poate întâmpla oricui, indiferent de limba vorbită, vârstă, bunăstarea materială, etnie sau religie. Cel mai mult au de suferit femeile, tinere sau în vârstă, căsătorite sau aflate într-o relație, cu copii sau fără, care au un loc de muncă sau sunt casnice. Copiii, persoanele în vârstă sau alți membri ai familiei pot fi și ei victime ale violenței în familie.

Este important să știi că:



Violența în familie este o infracțiune și se pedepsește prin lege



Ai dreptul să trăiești în liniște și siguranță în propria casă



Agresorul este singurul vinovat de violența în familie



Bătaia nu este o dovadă că te iubește, așa cum nici tradițiile sau consumul de alcool nu îți dau dreptul să fie violent



Violența în familie nu se oprește de la sine, de aceea este bine să ceri ajutor specializat

VIOLENȚA POATE AVEA MAI MULTE FORME

Violența fizică – te îmbrânțește, pălmuește, lovește cu/de obiecte, lovește cu picioarele sau cu pumnul, trage de păr, izbește de pereți sau de mobilă, sugrumă etc.

Violența psihologică – îți impune voința și controlul asupra ta, te umilește și te înjură, îți critică părerile sau sentimentele, te persecută, te amenință cu bătaia, te amenință că o să ia copiii, folosește copiii pentru a te face să te simți vinovată, distruge demonstrativ obiecte, te izolează forțat de prieteni, familie, copii și serviciu, te amenință că se va sinucide dacă îl părăsești, te intimidează, inclusiv prin utilizarea tehnologiei informaționale și/sau a comunicațiilor electronice, te amenință cu răspândirea, fără consimțământul tău, a informației despre viața ta intimă sau de familie, îți interzice să te realizezi profesional ori să urmezi un program de studii, te deposedează de actele de identitate etc.

Violența sexuală – te obligă la relații sexuale sau atingeri nedorite, continuă actul sexual chiar dacă i-ai cerut să se oprească, te obligă să întreții relații sexuale neprotejate sau umilitoare.

Violența economică – te controlează cum folosești bunurile comune, îți ia banii, te lipsește de hrană, medicamente sau alte obiecte personale, te oprește să faci studii sau să lucrezi etc.

Violența spirituală – nu îți permite să respecti anumite tradiții sau obiceiuri, să mergi la biserică sau să vorbești în limba maternă etc.

ÎN URMA ACȚIUNILOR VIOLENTE REPETATE, TE POȚI SIMȚI:

- Izolată;
- Neajutorată;
- Pasivă;
- Incapabilă de a lua decizii și de a cere ajutor;
- Incapabilă de a-ți schimba viața.

Multe femei se împacă cu violența în familie de dragul copiilor, se sacrifică pentru a le oferi o casă și o familie completă. Din păcate, puține femei înțeleg că violența are urmări negative și asupra copiilor, le afectează comportamentul, sănătatea fizică și mentală.



Nimeni nu are dreptul să te rănească fizic sau emoțional!



Meriți să fii tratată cu respect!



Copiii tăi merită o viață fericită, în siguranță și în pace!



Ai dreptul să ceri și să primești protecție și sprijin!

DECIZIA ÎȚI APARTINE!

AI DREPTUL SĂ TRĂIEȘTI ÎN SIGURANȚĂ!



08008 0000

CERE AJUTOR SPECIALIZAT LA LINIA VERDE DE
CONSILIERE A CENTRULUI DE DREPT AL FEMEILOR

UNDE CERI AJUTOR ÎN CAZ DE URGENȚĂ SAU CRIZĂ?



Dacă ești supusă violenței în familie, sună la numărul gratuit de telefon **112**. Când suni la serviciul **112** spune adresa unde te afli, că ești supusă violenței și ai nevoie de ajutorul poliției pentru a fi protejată. Sună tot la **112** dacă ai nevoie de îngrijire medicală.

- Sună la poliție de fiecare dată când ești supusă violenței.
- Depune o plângere la poliție în care descrii cum a avut loc violența și cere ca aceasta să fie înregistrată. Păstrează numărul de înregistrare.
- Ai dreptul să ceri de la poliție să elibereze un document care se numește **ordin de restricție de urgență**. Prin acest act, agresorul este obligat să plece, chiar în acel moment, din casa voastră și nu va avea voie să se apropie de tine și nici să te contacteze la telefon. Astfel, atât tu, cât și alți membri ai familiei veți fi în siguranță. **Ordinul de restricție de urgență** se eliberează pentru o perioadă de până la 10 zile.
- Sună la **112** dacă agresorul încalcă **ordinul de restricție de urgență**. Pentru încălcarea ordinului de restricție, agresorul poate fi pedepsit cu muncă neremunerată în folosul comunității sau chiar arest contravențional.
- Cere emiterea unei **ordonanțe de protecție** în instanța de judecată. Ordonanța de protecție obligă agresorul să nu să se apropie de locuința ta.

CE ESTE ORDONANȚA DE PROTECȚIE?

Este un set de măsuri de protecție împotriva acțiunilor violente ale agresorului. Ordonanța de protecție este aplicată de către instanța de judecată **în decurs de 24 de ore de la primirea cererii**. Ordonanța de protecție este eliberată pe un termen de **până la 3 luni** și poate fi prelungită dacă tu sau copiii tăi sunteți încă în pericol.

CUM TE AJUTĂ ORDONANȚA DE PROTECȚIE?

Prin ordonanța emisă, instanța poate dispune una sau mai multe dintre măsurile de mai jos:

- Obligă agresorul să părăsească locuința comună, chiar dacă el sau rudele lui sunt proprietarii casei/apartamentului și să stea departe de locul în care te afli tu și copiii tăi;
- Interzice agresorului să ia legătura cu tine (prin telefon, rețelele sociale);
- Interzice agresorului să se apropie de anumite locuri în care te afli (locul tău de muncă sau studii etc.);
- Interzice agresorului să păstreze sau să poarte armă;
- Obligă agresorul să contribuie la întreținerea copiilor voștri comuni;
- Poate stabili un regim temporar de vizitare a copiilor minori comuni;
- Limitează dreptul agresorului în privința proprietății voastre comune.

Prin ordonanță, instanța va obliga agresorul să poarte o brățară electronică, prin care acesta va fi monitorizat non-stop să nu încalce măsurile de protecție impuse.

CUM POȚI OBȚINE ORDONANȚA DE PROTECȚIE?

Ordonanța de protecție poate fi cerută personal, printr-o **cerere** pe care o depui la **judecătoria** din raza teritorială a locului în care te afli (la locul de trai, de tratament sau de plasament). În decurs de câteva ore, vei fi contactată de un angajat al judecătoriei, care îți va comunica ora și locul când va avea loc ședința de judecată.

Dacă, din cauza stării de sănătate, a vârstei sau altor motive întemeiate, nu poți merge personal în instanța de judecată, ai dreptul să rogi polițistul sau asistentul social să depună în locul tău cererea pentru eliberarea ordonanței de protecție.

În cazul copiilor, cererea privind aplicarea măsurilor de protecție poate fi trimisă instanței de judecată de către:



Unul dintre
părinți



Tutore
sau curator



Autoritatea
tutelară

Dacă ai nevoie de ajutor pentru a obține ordonanța de protecție, sună la linia gratuită de consiliere a Centrului de Drept al Femeilor **0 8008 0000**. Poți suna și la Oficiul Teritorial al Consiliului Național pentru Asistență Juridică Garantată de Stat (CNAJGS) din regiunea în care locuiești și vei primi un avocat plătit de stat.

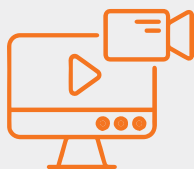
CE DREPTURI SPECIALE AI ÎN PROCESUL DE OBTINERE A ORDONANȚEI DE PROTECTIE?



Dacă nu ai un avocat, instanța va asigura prezența unui avocat gratuit de stat, care te va însoți în ședința de judecată



La ședința de judecată poți fi însoțită de o persoană de încredere, aleasă de tine, care să îți ofere sprijin moral și care are obligația de confidențialitate



Dacă instanța este dotată cu mijloace tehnice de audiere, se poate dispune audierea ta prin intermediul videoconferinței



Audierea presupusului agresor poate avea loc în absența ta, dacă soliciți prin cerere acest lucru

CE FACI DACĂ AGRESORUL ÎNCALCĂ ORDONANȚA DE PROTECȚIE?



SUNĂ IMEDIAT LA 112 și comunică data, ora, ce anume a încălcat și solicită să fie luate măsuri

Încălcarea ordonanței de protecție este o infracțiune și se pedepsește cu muncă neremunerată în folosul comunității de la 160-200 ore sau cu închisoarea de până la 4 ani.

Violența în familie îți poate cauza suferințe fizice, psihice și daune materiale. Dacă ai fost supusă violenței în familie, îi poți cere agresorului să îți repare prejudiciul moral, biologic sau patrimonial cauzat de acțiunile lui violente.



Prejudiciul moral presupune orice suferință fizică sau psihică care ți-a fost cauzată în urma violenței fizice, psihologice, sexuale, economice sau spirituale și care ți-a afectat calitatea vieții.



Dacă în urma violenței la care ai fost supusă, corpul tău a rămas desfigurat (lipsește o anumită parte a corpului sau organ), atunci ți-a fost adus un **prejudiciu biologic**.



Prejudiciul patrimonial include toate cheltuielile pe care le-ai suportat sau urmează să le suporteți pentru tratamentul medical sau pentru a restabili bunurile distruse în urma actului de violență.



CENTRUL DE DREPT AL FEMEILOR TE POATE AJUTA

Dacă ai decis că e timpul să faci o schimbare, că nu mai suporti violența în familie și ești pregătită să oprești abuzul, echipa noastră îți poate oferi mai multe tipuri de servicii.

INFORMARE JURIDICĂ DESPRE:

- formele de protecție în cazurile de violență în familie;
- cum se sancționează sau este pedepsită violența în familie;
- cum și unde să te adresezi pentru a înregistra cazul de violență în familie;
- procedura de constatare legală a formelor de violență în familie (în special: fizică, psihologică, economică);
- ce poți face dacă ești urmărită, persecutată, amenințată de partenerul intim sau alte persoane care acționează în interesul agresorului;
- cum poți solicita repararea prejudiciului cauzat în urma violenței la care ai fost expusă;
- care este procedura de divorț în cazul în care partenerul nu îți exprimă acordul pentru divorț sau partajul proprietății comune;
- pregătirea unui plan de siguranță cu pașii pe care îi poți urma astfel încât să depășești criza de violență;
- altă informație de ordin juridic sau social legată de situația de criză în care te afli.

ASISTENȚĂ JURIDICĂ:

- întocmirea cererii pentru eliberarea ordonanței de protecție și pregătirea dosarului;
- întocmirea cererii privind desfacerea căsătoriei, stabilirea domiciliului copiilor minori sau alte acțiuni în instanța de judecată și pregătirea dosarului, sau alte acțiuni civile conexe la acestea;
- întocmirea cererii privind repararea prejudiciului moral, biologic, patrimonial;
- întocmirea sesizărilor sau plângerilor cu privire la comiterea actelor de violență;
- susținere și consiliere juridică pe durata examinării cazului;
- reprezentarea intereselor în instanță și în organele de drept pe cauzele de violență în familie sau violență sexuală.

ASISTENȚĂ PSIHOLAGICĂ:

- consiliere psihologică de scurtă și de lungă durată;
- evaluare psihologică pentru a constata prezența sindromului posttraumatic și gradul lui.

ASISTENȚĂ SOCIALĂ:

- identificarea unui adăpost temporar;
- facilitarea accesului la ajutor social/ ajutor material;
- acoperirea necesităților primare (intervenție în situație de criză);
- colaborare cu alte instituții, specialiști din rețeaua de servicii pentru soluționarea cazului;
- suport în vederea soluționării dificultăților ce implică copiii.

ASISTENȚĂ ÎN PROCESUL DE ABILITARE ECONOMICĂ:

- consiliere vocațională;
- facilitarea accesului la oportunități generatoare de venit;
- asistență și mentorat în procesul de abilitare economică;
- suport în căutarea unui loc de muncă;
- implicarea în activități de terapie ocupațională.



ÎȚI RECOMANDĂM SĂ SUNI LA
LINIA VERDE DE CONSILIERE
A VICTIMELOR VIOLENȚEI



pentru a beneficia de toate serviciile
oferite de Centrul de Drept al Femeilor

Toate serviciile noastre sunt **GRATUITE!**

CE SPECIALIȘTI TE POT AJUTA?

Dacă treci printr-o situație de violență în familie este important să știi că sunt mai mulți specialiști care au obligația să îți ofere ajutor.



POLIȚISTUL te poate ajuta dacă suni la 112 și raportezi cazul de violență în familie. El va veni la fața locului, va analiza situația și, dacă este nevoie, va elibera ordinul de restricție de urgență. Polițistul este obligat să ia toate măsurile ca tu și copiii tăi să fiți în siguranță și protejați.



ASISTENTUL SOCIAL va discuta cu tine pentru a înțelege ce nevoi ai și ce specialist te mai poate ajuta. Poate fi vorba despre ajutorul și susținerea psihologului, de servicii medicale, expertiză medico-legală sau asistență juridică. În caz de necesitate, asistentul social te va ajuta să găsești un adăpost temporar.



LUCRĂTORUL MEDICAL te va consulta și îți va oferi asistența necesară. Totodată, el îți va oferi informația utilă așa încât să înțelegi ce pași ai de făcut în continuare. Este posibil să te îndrume inclusiv către un medic legist.



MEDICUL LEGIST va efectua examenul medico-legal (adică îți va verifica corpul pentru a vedea urmele lăsate de actele de violență fizică și sexuală) și va elibera un raport de expertiză medico-legală. Raportul te va ajuta să demonstrezi că actul de violență a avut loc.

Examenul medico-legal trebuie să se întâmple cât mai curând posibil pentru a nu se pierde urmele violenței fizice și sexuale.

Expertiza medico-legală este gratuită dacă este cerută de poliție, instanțele de judecată sau procuratură.

Ai dreptul să faci expertiza medico-legală și din proprie inițiativă. Pentru eliberarea raportului de expertiză extrajudiciară vei avea nevoie de un act de identitate și va fi necesar să plătești pentru acest serviciu.



ATENȚIE!

În cazurile de violență cu grad înalt de risc, când viața și sănătatea ta sunt în pericol, atât lucrătorul medical, cât și medicul legist sunt obligați să informeze imediat poliția, chiar și fără acordul tău. Obligația de informare a poliției este valabilă pentru toate cazurile de abuz, violență sau neglijare față de copii.

CUM POȚI BENEFICIA DE ASISTENȚĂ JURIDICĂ GARANTATĂ DE STAT?

Asistența juridică garantată de stat este un serviciu GRATUIT prin care primești consultația și asistența juridică a unui avocat care este plătit de stat.

Pentru a beneficia de această asistență, trebuie să completezi cererea de acordare a asistenței juridice calificate și să o depui personal la Consiliul Național pentru Asistența Juridică Garantată de Stat (CNAJGS). Modelul cererii de acordare a asistenței juridice calificate îl poți găsi la sediul Oficiilor Teritoriale ale CNAJGS sau îl poți descărca de pe pagina de internet www.cnajgs.md, la rubrica Formulare.

Datele de contact ale Oficiilor Teritoriale ale CNAJGS

Oficiul Teritorial CHIȘINĂU	str. Alecu Russo nr. 1 bl. 1A, MD 2068 tel: (022) 496 953, 496 339, 310 065 e-mail: ot_chisinau@cnajgs.md
Oficiul Teritorial BĂLȚI	str. Mihai Sadoveanu nr. 2 tel: (0231) 61 316, 22 811, 068 551 122 e-mail: ot_balti@cnajgs.md
Oficiul Teritorial CAHUL	str. Independenței nr. 6 tel: (0299) 20 413, 20 763, (0299) 324 033 e-mail: ot_cahul@cnajgs.md
Oficiul Teritorial COMRAT	str. Șevcenco nr. 31/A tel: (0298) 28 853, (030) 555 695 e-mail: ot_comrat@cnajgs.md

După ce ai depus cererea, în termen de 3 zile, Coordonatorul Oficiului Teritorial al CNAJGS va numi un avocat plătit de stat care te va ajuta. Când se analizează cererea privind aplicarea ordonanței de protecție, judecătorul, în mod obligatoriu, cere oficiului teritorial al CNAJGS să îți desemneze un avocat care îți va apăra interesele.

CENTRE DE ZI ȘI ADĂPOST TEMPORAR

Dacă viața ta și a copiilor se află în pericol, sună la Poliție – **112**. Te poți adresa și la centrele care oferă protecție și adăpost temporar. Aici poți obține sprijin, informații și o serie de servicii.

Date de contact ale instituțiilor și organizațiilor de suport

Denumirea instituției/ organizației	Date de contact	Servicii oferite
Instituții și organizații de suport cu acoperire națională		
Poliția	112	<ul style="list-style-type: none">servicii de prevenire și intervenție în cazurile de violență în familie
Serviciul Medical de Urgență/Ambulanța	112	<ul style="list-style-type: none">servicii medicale de urgență
Telefonul de încredere pentru femei și fete	0 8008 8008	<ul style="list-style-type: none">gratuit, regim 24/24, 7/7 consiliere psihologică de criză, consiliere juridică
Centrul Internațional pentru Protecția și Promovarea Drepturilor Femeii „La Strada”	022 234 906 office@lastrada.md	<ul style="list-style-type: none">asistență psihologicăasistență juridică
Centrul de Drept al Femeilor (CDF)	Linia verde: 0 8008 0000 068 855 050 office@cdf.md	<ul style="list-style-type: none">asistență juridicăasistență psihologicăasistență socialăabilitare economică
Centrul Național de Prevenire a Abuzului față de Copii (CNPAC)	022 758 806 079 525 248 office@cnpac.org.md	<ul style="list-style-type: none">asistență psihosocială a copilului și familieiconsiliere psihologică și psihoterapie
Centrul de Reabilitare a victimelor torturii „Memoria”	022 273 222 079 704 809 rctv@memoria.md	<ul style="list-style-type: none">asistență juridicăasistență psihologicăasistență medicală
Centrul de Asistență și Protecție a Victimelor și Potențialelor Victime ale Traficului de Ființe Umane (CAP)	022 927 174 shelter_team@cap.md	<ul style="list-style-type: none">plasament temporarasistență socialăasistență psihologicăasistență juridică

Asociația împotriva violenței în familie „Casa Mărioarei”	022 725 861 cmarioarei@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> • plasament temporar • consiliere psihologică • asistență socială
---	-------------------------------------	---

Organizații de suport cu acoperire regională/raională

Centrul de Justiție Familială Chișinău	060 859 988 cjfp@igp.gov.md	<ul style="list-style-type: none"> • asistență medicală urgentă • consiliere psihologică în situații de criză • asistență juridică și socială
---	--------------------------------	--

Centrul maternal de plasament pentru cuplul mamă-copil, Chișinău	067 100 144 022 922 555 centrumaternal@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> • plasament temporar • asistență psihologică • asistență socială
---	--	--

Centrul maternal „Sfânta Maria”, Chișinău	022 664 337 022 766 688 022 766 733	<ul style="list-style-type: none"> • plasament temporar • asistență psihologică • asistență socială
--	---	--

Misiunea socială „Diaconia” Centrul maternal „În brațele mamei”, Chișinău	022 463 228 office@diaconia.md	<ul style="list-style-type: none"> • prevenirea separării cuplului mamă-copil
---	-----------------------------------	--

Centrul de ajutor social al femeii și familiei „Stimul”, Ocnia	Telefonul de încredere: 0 8000 0112 060 165 416 office@stimulmd.org	<ul style="list-style-type: none"> • sprijin psihosocial și juridic • asistență socială
---	--	---

Centru de Resurse pentru Tineri și Femei „Dacia”, Soroca	0230 23 619 crt.dacia@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> • asistență socială • consiliere psihologică • consiliere juridică
---	------------------------------------	--

„Onoarea și Dreptul Femeilor Contemporane”, Bălți	079 055 616 aoodfcbalti@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> • prevenirea situațiilor de criză • dezvoltarea posibilităților economice
--	--------------------------------------	--

„Centrul de Criză Familială” SOTIS, Bălți	0231 92 541 ccf.sotis@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> • adăpost temporar • asistență socială • consiliere psihologică
--	------------------------------------	---

Centrul de Plasament Temporar și Reabilitare pentru Copii, Bălți	0231 71 003 cptrcopii@yandex.com	<ul style="list-style-type: none"> • consiliere psihologică • asistență socială
---	-------------------------------------	---

Centrul de Asistență și Consiliere a Victimelor Violenței în Familie „Ariadna”, Drochia	0252 20 308 079 000 118 cm_ariadna@yahoo.com	<ul style="list-style-type: none"> • adăpost temporar • asistență socială • consiliere psihologică • asistență juridică
--	--	---

Centrul Maternal „Pro-Femina”, Hâncești	0269 23 364 profemina.2009@mail.ru	<ul style="list-style-type: none"> • adăpost temporar • asistență socială • consiliere psihologică • consiliere juridică
Centrul de Asistență Socială a Familiei și Copilului „, Credo”, Ungheni	0236 23 115 0236 28 897 central.credo@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> • servicii de asistență și reabilitare psiho-socială • asigurarea plasamentului protejat
Centrul de plasament pentru persoane adulte și vârstnice din s. Sculeni, Ungheni	0236 63 394 0236 63 291	<ul style="list-style-type: none"> • asistență socială, psihologică și medicală • îngrijiri medicale, recuperare, activități terapeutice
Centru Maternal „Pro Familia”, Căușeni	0243 26 975 0243 26 835 0243 26 721 profamilia2006@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> • adăpost temporar • asistență socială • consiliere psihologică • consiliere juridică
Centru Maternal, Cahul	0299 44 080 centru-maternal.cahul@mail.ru	<ul style="list-style-type: none"> • adăpost temporar • asistență socială • consiliere psihologică • consiliere juridică
Centrul Maternal „Speranța”, Dondușeni	069 098 880 hope.donduseni@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> • adăpost temporar • asistență socială • asistență economică • asistență psihologică
Centrul regional pentru reabilitarea victimelor violenței în familie, s. Chirsova, Comrat	067 555 299 centrul.reabilitarea.victimelor@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> • adăpost temporar • asistență juridică • asistență psihologică
„Centrul Psiho-Social”, Vulcănești	068 238 386 n.mocan@mail.ru	<ul style="list-style-type: none"> • consiliere psihologică • asistență socială
„Interacțiune”, Tiraspol	Linia gratuită: 0 8009 9800 0533 89 977 interaction2002@mail.ru	<ul style="list-style-type: none"> • consiliere juridică • consiliere psihologică
Centrul pentru inovații sociale și juridice „Женские инициативы”, Tiraspol	0533 52 764 jenskieinitsiativi@mail.ru	<ul style="list-style-type: none"> • consiliere juridică • consiliere psihologică • asistență socială • abilitare economică
Centrul pentru dezvoltarea și susținerea inițiativelor civice „РЕЗОНАНС”, Tiraspol	0533 44 411 civicinitiatives@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> • adăpost temporar • consiliere juridică • consiliere psihologică • asistență socială • abilitare economică

GHIDUL TĂU DE SIGURANȚĂ PERSONALĂ

SIGURANȚA ta și a copiilor tăi este esențială. Fii prudentă cu privire la locul unde îți păstrezi **actele de identitate** sau **bunurile personale**. Este important ca și locuința ta să fie sigură. În caz contrar, solicită un adăpost temporar.

Mai jos sunt prezentate câteva măsuri de siguranță pe care să le adopți:

- Dacă agresorul devine violent, te amenință cu moartea sau cu violența fizică, are o armă de foc sau te amenință cu un obiect periculos, evită contactul direct cu el, nu îl confrunți în această stare.
- Evită să te afli cu agresorul lângă un geam sau spațiu deschis de la etaj.
- Evită să te afli cu agresorul în spații izolate: ascensor, baie, automobil, de unde nu poți pleca ușor și unde nu poți cere ajutor.
- Dacă ești în pericol să fii agresată de către partenerul de viață, solicită la 112 un ordin de restricție de urgență, prin care agresorul să fie îndepărtat din casă. Evită să acționezi de față cu agresorul atunci când ceri ajutor sau apelezi la 112.
- Ai dreptul să alegi să rămâi în locuința comună, iar agresorul va fi obligat să plece. Totuși, dacă nu te simți pe deplin în siguranță, ai dreptul să soliciți un adăpost unde vei beneficia de protecție suplimentară.



- Păstrează actele de identitate personale și ale copiilor într-un loc sigur, la care ai acces direct și rapid doar tu. Când locuința ta nu este sigură, analizează bine unde le poți păstra.
- Evită să fii izolată, pentru siguranța ta fizică și psihică, este important să menții legătura cu persoanele apropiate.
- Este important să ai o persoană de încredere (prietenă, părinte, rudă) care știi că te va susține. Păstrează legătura cu ea și stabiliți împreună un plan pentru situațiile când tu nu îi scrii sau nu răspunzi la mesaje. Conveniți ce va face ea, dacă pierde legătura cu tine. Stabiliți un semnal secret de alarmă (cuvânt, mesaj, gest etc.) prin care să o anunți că ești în pericol și nu poți suna la **112**.
- Dacă decizi să-l părăsești pe agresor, pentru siguranța ta, plecarea trebuie pregătită astfel încât să nu dai de înțeles că vrei să pleci. Pregătește-ți bagajul cu haine atunci când agresorul lipsește. Este bine să fii însoțită de o persoană de încredere, care ar putea să te ajute.
- Bagajul pe care îl vei lua cu tine trebuie să includă: actele de identitate, telefonul mobil, încărcătorul, o cartelă de telefon. Este bine să ai la tine o sumă de bani care îți poate acoperi cheltuielile de bază pentru prima perioadă.
- Schimbă parolele la adresele de e-mail personale, la conturile din rețelele de socializare, conturile bancare, dacă există presupunerea că agresorul le-ar putea sparge și gestiona fraudulos.
- Stochează fotografiile și filmulețele personale pe un server sigur la care ai acces doar tu.
- Păstrează dovada comunicării online cu agresorul, și prezintă-o poliției sau avocatului.
- Dacă consideri că agresorul ar fi putut instala un sistem de monitorizare electronică a telefonului sau calculatorului tău, apelează la un specialist IT pentru a le verifica și dezinstala.
- Renunță la telefonul sau calculatorul vechi, dacă sistemele de monitorizare electronică ale acestora nu pot fi dezinstalate.



Această broșură a fost realizată grație suportului poporului american prin intermediul Agenției Statelor Unite pentru Dezvoltare Internațională (USAID). Conținutul acestei broșuri este responsabilitatea Centrului de Drept al Femeilor și nu reflectă neapărat opinia USAID sau a Guvernului Statelor Unite ale Americii.

**NOI OFERIM INFORMARE, SPRIJIN, ASISTENȚĂ JURIDICĂ,
SOCIALĂ, PSIHOLOGICĂ ȘI ABILITARE ECONOMICĂ**

**Toate serviciile noastre sunt
GRATUITE și CONFIDENȚIALE!**

**LINIA VERDE
DE CONSILIERE A
CENTRULUI DE DREPT
AL FEMEILOR**



0800 80000

**Program: Luni-Vineri
08:30 – 17:30**

Date de contact:

Mobil: +373 68 855 050

E-mail: office@cdf.md

Web: www.cdf.md

