

# 1

## Porada 1

**Skorzystaj z porady, zanim złożysz wniosek. Informacje na temat najbliższych poradni znajdziesz na odwrocie.**

### O co mogę wnioskować?

- o zakaz zbliżania się (np. do siebie, mieszkania, miejsca pracy, przedszkola lub innych miejsc, w których regularnie przebywasz)
- o zakaz kontaktowania się (osobiście, telefonicznie, przez SMS, e-mail lub listownie)
- o zakaz wchodzenia (np. do mieszkania, domu lub innych miejsc, w których regularnie przebywasz)
- o przekazanie mieszkania

### Kto może złożyć wniosek?

- ty jako poszkodowany/poszkodowana
- wybrany przez ciebie adwokat

Pomoc znajdziesz pod numerem telefonu alarmowego dla kobiet lub w poradni dla kobiet.

### Czy ponoszę jakieś koszty?

Mogą powstać koszty adwokackie i sądowe. Wysokość kwoty zależy od konkretnego przypadku. Jeżeli nie osiągasz własnych dochodów lub są one niewielkie, złóż wniosek o częściowe lub całkowite zwolnienie z konieczności ponoszenia kosztów sądowych lub rozłożenie na raty.

# 2

## Porada 2

**Złóż wniosek jak najszybciej.**

W postępowaniu w trybie przyspieszonym ważne jest, aby złożyć wniosek zaraz po zajściu zdarzeniu (najlepiej w ciągu 14 dni), w przeciwnym razie sprawa przestaje mieć pilny charakter. Jeżeli policja wydała sprawcy nakaz natychmiastowego opuszczenia mieszkania oraz zakaz powrotu do niego przez określony przepisami czas, najlepiej zrobić to w ciągu pierwszych dni.

### Co powinien zawierać wniosek?

Opisz dokładnie, co się wydarzyło i dlaczego się boisz. To bardzo ważne dla sądu. Jeżeli problem dotyczy dzieci, również o tym poinformuj. Jeżeli został wydany nakaz opuszczenia mieszkania, napisz o tym. Wymień także przypadki naruszenia nietykalności cielesnej, które miały miejsce wcześniej niż 14 dni temu. Przygotuj się na to, że wszystko będzie trzeba jeszcze raz opowiedzieć przed sądem. Składając wniosek o postępowanie w trybie przyspieszonym, musisz zapewnić, że wszystkie informacje są prawdziwe (zapewnienie z mocą przyrzeczenia). Zastanów się wcześniej dokładnie, o co chcesz wnioskować, np. w jakim dokładnie miejscu chcesz korzystać z ochrony i czego konkretnie ma zaniechać strona przeciwna.

### Gdzie złożyć wniosek?

W punkcie składania wniosków prawnych sądu rejonowego, w rejonie którego:

- popełniono czyn lub
- znajduje się wspólne mieszkanie lub
- zamieszkuje strona przeciwna.

# 3

## Porada 3

**Rodzonych i wspólnych dzieci nie chroni ustawa o ochronie przed przemocą.**

Jeżeli twoje dzieci potrzebują ochrony, zwróć się do Urzędu do spraw młodzieży lub poradni.

# 4

## Porada 4

**Zabierz wszystkie niezbędne dokumenty:**

- dowód osobisty
- umowę najmu (lub wpis do księgi wieczystej w przypadku wniosku o przydział mieszkania)
- adres dręczyciela, aby sąd mógł przesyłać mu pocztę (np. adres jego przyjaciela, rodziców lub pracodawcy)
- dowody uprawdopodobniające twoje zeznanie np. listy, SMS-y, zwolnienia lekarskie, zdjęcia obrażeń, pisemne zeznania świadków, numery zdarzeń nadane przez policję (uzyskasz je u referenta ds. przemocy domowej na swoim posterunku policji)
- adres właściwego komisariatu

Jeżeli chcesz złożyć wniosek o częściowe lub całkowite zwolnienie z konieczności ponoszenia kosztów sądowych lub rozłożenie na raty, potrzebujesz zaświadczeń o:

- dochodach
- zasiłku rodzinnym
- emeryturze

- czynszu, ubezpieczeniach, opłatach, kredytach
- zasiłku dla bezrobotnych (Arbeitslosengeld II)

### Ważna informacja

**dla wnioskodawcy, które dotychczas nie składały doniesienia:**

sąd informuje policję o nakazie ochrony, a ta musi sprawdzić, czy popełniono czyn karalny. Ma wówczas obowiązek wszczęć dochodzenie. Możliwe, że policja wezwie Cię, a później także podejrzanego na przesłuchanie.

### W jaki sposób dowiem się o wyniku postępowania?

Zapytaj w miejscu złożenia wniosku, w jaki sposób dowiedzieć się o postanowieniu sądu.

Czasami warto poczekać, ponieważ może zająć konieczność składania dodatkowych wyjaśnień. Można też zadzwonić w umówionym terminie. Postanowienie otrzymasz również pocztą, jednak może to potrwać trochę dłużej. Możesz je także odebrać osobiście.

### Od kiedy obowiązuje nakaz ochrony?

Sąd może postanowić, że nakaz ochrony obowiązuje od razu. Jak tylko sprawca otrzyma nakaz, naruszenia można ścigać karnie.

### Jak długo obowiązuje postanowienie?

Z reguły do 6 miesięcy

## 5 Porada 5

### Wystąp o przedłużenie nakazu ochrony, zanim upłynie termin.

Jeżeli nękanie nadal będzie trwać, możesz złożyć wniosek o przedłużenie nakazu ochrony. W tym celu musisz wyjaśnić sądowi, dlaczego w dalszym ciągu potrzebujesz ochrony.

#### Czy odbędzie się rozprawa sądowa?

Z reguły podczas rozprawy sąd chce wysłuchać obu stron, aby sprawdzić, czy nakaz ochrony rzeczywiście jest konieczny. Na rozprawie powinno się opowiedzieć wszystko, co wyjaśnia sytuację zagrożenia. Mogą także wypowiadać się świadkowie. Także podejrzany może wnioskować o przeprowadzenie rozprawy ustnej.

Jeżeli chcesz osobnego przesłuchania, możesz o nie wnioskować, jednak musisz to dobrze uzasadnić. Możesz także poprosić o specjalną ochronę podczas przesłuchania, jeżeli są ku temu powody.

## 6 Porada 6

### Na rozprawie mogą ci towarzyszyć inne osoby.

To znaczy, że nie ma publiczności. Jeżeli jednak chcesz, aby towarzyszył ci doradca lub osoba zaufana,

możesz zapytać sąd o pozwolenie. Jeżeli chcesz, aby obecni byli świadkowie, sąd rodzinny ich wezwie.

## 7 Porada 7

### Dobrze przygotuj się do rozprawy głównej.

Zasięgnij informacji u adwokata lub pod numerem telefonu alarmowego dla kobiet / w poradni dla kobiet.

#### Co zrobić w przypadku naruszenia nakazu ochrony?

- Naruszenie to czyn karalny. Masz prawo wezwać policję i złożyć doniesienie. Ważne, aby zawsze mieć przy sobie kopię nakazu ochrony.
- W punkcie składania wniosków prawnych sądu rejonowego możesz także wnioskować o grzywnę za naruszenie porządku lub areszt za zakłócenie porządku. Złożenie takiego wniosku może wymagać opłaty i skutkować rozprawą sądową.

#### Poradę adwokacką uzyskasz u:

adwokata. Wiąże się to z kosztami honorarium. Jeżeli nie osiągasz własnych dochodów lub są one niewielkie, w punkcie składania wniosków prawnych możesz wnioskować o bezpłatne doradztwo prawne.

## 8 Porada 8

### Skorzystaj z fachowej porady także w przypadku naruszenia nakazu ochrony.

### Bezpłatne doradztwo i pomoc przy składaniu wniosków zgodnie z ustawą o ochronie przed przemocą uzyskasz w:

[www.frauenberatung-sh.de](http://www.frauenberatung-sh.de)  
[www.frauenhaeuser-sh.de](http://www.frauenhaeuser-sh.de)

**KIK**  
netzwerk  
bei häuslicher gewalt



Gestaltung: freistil-kiel.de Foto: roboriginal@fotolia.de

Czujesz się zagrożona?  
Ktoś cię prześladowuje?  
Doznałaś przemocy?

**Praktyczne porady**  
dotyczące wniosków zgodnie  
z ustawą o ochronie przed przemocą