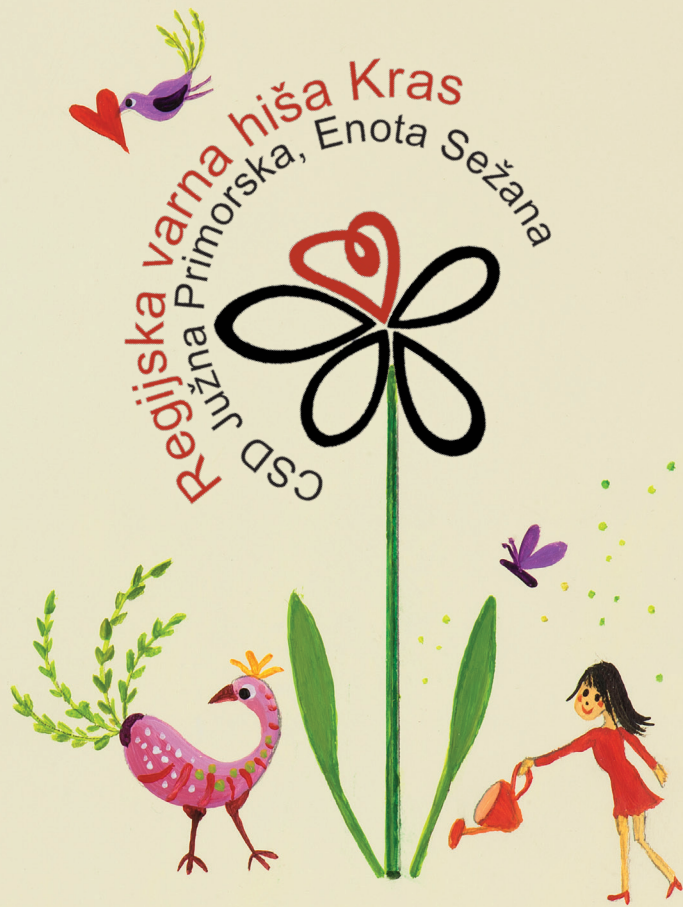






Knjižnici na pot

»Vsak izmed nas se enkrat znajde na križišču življenja, ko ne ve, kam bi šel naprej, kako bi nadaljeval, ali bi sploh nadaljeval.« Tako se začne ena od zgodb iz knjižnice, ki je pred vami. V njej so zbrane izkušnje žensk, ki so bile žrtve nasilja v družini in so poiskale pomoč v Regijski varni hiši Kras, programu Centra za socialno delo Sežana.

Vsaka zgodba je zgodba zase, hkrati različna in svoja, pa vendar podobna drugim zgodbam, ki jih je zaznamovalo nasilje v družini. Največkrat je povzročitelj nasilja partner, za katerega so ženske v začetku partnerske zveze verjele, da je njihova prava ljubezen. Prva dejanja nasilja, ki so jih zbolela in ponižala, so pogosto oparivčevala s povzročiteljevo utrujenostjo, jezo, ... Čeprav je za nasilje vedno odgovoren tisti, ki nasilje povzroča, so postopoma začele verjeti, da so krive same, ker se niso dovolj potrudile, ker niso dovolj dobre, pozorne, ... In vendar se je, ne glede na to, kaj so storile, nasilje ponavljalo in stopnjevalo. Povzročitelj nasilja jih je želel z nasilnim vedenjem nadzirati, podrediti in ponižati. Ženske so o nasilju svojih partnerjev, včasih svojih staršev ali odraslih otrok, težko spregovorile. Mislile so, da ne morejo povedati nikomur, da jih ne bi nihče razumel, da ne more biti bolje, Počutile so se same in osramočene. Tiste, ki so imele otroke, so pogosto razmišljale, da morajo vse potrpeti in zaradi otrok ohraniti družino.

Toda prav otroci so najbolj nemočne žrtve nasilja v družini, ki hudo trpijo, tudi kadar nasilje ni neposredno usmerjeno v njih. Želijo si in imajo pravico živeti varno in brez strahu! To pripovedujejo zbrane slike otrok, ki so, skupaj z mamami, našli začasen dom v varni hiši.

Čeprav življenje v skupnosti varne hiše ni vedno enostavno, pa nudi varnost in možnost, da ženske in otroci ponovno najdejo ljubezen do samih sebe, mir, moč, dostojanstvo, smeh, upanje. Morda se na prvi pogled zdi, da so v knjižnici zbrane zgodbe bolečine, žalosti in strahu. In vendar so to zgodbe, ki govorijo o odločitvi za življenje, pogumu, vztrajanju, Zgodbe niso lektorirane, saj smo želeli ohraniti njihovo pristnost in edinstvenost. Poskrbeli smo le, da smo ohranili anonimnost.

Knjižico posvečamo vsem ženskam, ki so se odločile, da odidejo iz nasilnega odnosa in zaživijo svoje življenje. Same ali skupaj z otroki. Hvala, ker ste bile pripravljene spregovoriti! Zase! Za otroke! Za vse tiste, ki še živijo v nasilju in morda ne vedo kako naprej!

S knjižico se zahvaljujemo tudi vsem, ki so pripomogli k vzpostavitvi programa Regijske varne hiše Kras in vsem, ki še danes program sooblikujejo in podpirajo.

Le skupaj lahko ustavimo nasilje.

Regijska varna hiša Kras





Vse se je začelo z odvzemom pravice do komunikacije in do lastnega mnenja



Na začetku se mi je zdelo, da je on tisti pravi, moški s širokim pogledom na svet, pripravljen na kompromise, dokler niso zrušena njegova moralna načela, z nadpovprečno visokim IQ, skladnega telesa, lepega obraza,...

Dnevi so minevali in vse manj je bilo dolgih večernih pogovorov s smehom, ki pripelje do solz, počasi so se ti večeri spreminjali v večere s solzami,...

Morala sem se obnašati, kakor je zahteval on. Prepričeval me je, da je to edina prava pot v življenju in da mi nihče ne bo tako pomagal kot on, predvsem v najtežjih trenutkih. Vsakršna komunikacija z mojimi ali njegovimi moškimi prijatelji mi je bila prepovedana. V njegovi družbi nisem smela izraziti svojega mnenja, zmeraj je rekel: »Varujem te pred vsemi pokvarjenimi in hudobnimi ljudmi, nimajo se kaj pogovarjati s tabo.«

Dokler sem se držala njegovih življenjskih pravil, ki so bila z vsakim dnem bolj zahtevna in po mojem skromnem mnenju vsak dan bolj neumna, je bilo vse v redu, jaz pa sem izgubljala samo sebe.

Nehala sem se smejati, zaprla sem se vase. Jutra zame niso imela več smisla, s prebujanjem sem pravzaprav odšla v temačne in depresivne »sanje«. Postala sem nekdo drug, obraz v ogledalu mi je kazal popolno tujko. Šlo je za moje življenje, moje že davno porušeno psihično stanje...

Tako ni moglo iti več naprej. Korak za korakom je prihajalo nazaj vse izgubljeno in uničeno. Nisem več molčala, povedala sem mu, kar sem mislila in obnašala sem se tako, kakor sem mislila, da je normalno, ne pa tako, kot je bilo od mene pričakovano.

Prepiri, psihično in fizično nasilje so se stopnjevali, klical me je neštetokrat na dan. Vsak pogovor z njim me je pripeljal v stanje, ko nisem več mogla normalno funkcionirati, vse, kar sem lahko počela, je bilo sedeti na kavču in jokati.

Vsakokrat sem se morala jaz opravičiti, ne glede na to, kdo je bil odgovoren za posamična dejanja in obljubiti, da česa takega ne bom več ponovila,.... To sem storila, da me je nehal mučiti,....

To nisem bila jaz,.... hotel me je za vsako ceno spremeniti in imeti samo za sebe. Verjel je, da strah dela čudeže in da bom ostala z njim.

Vendar je prav ta strah pospešil mojo odločitev, da ga zapustim. Dan, ko sem mu rekla, da ga zapuščam, ker ne želim več biti z njim, sem morala preživeti v poslušanju njegovih psov, v zmerjanju, poslušala sem grožnje, da me bo ubil, še prej pa popolnoma uničil življenje. Med svojim govorjenjem me je klofotal, butnil me je z glavo v zid,....

Pomiril se je šele naslednji dan, popolnoma obrnil ploščo, opravičeval se je, moledoval, naj ostanem z njim. Ko je videl, da sem neomajna v svoji odločitvi, da ga zapustim, mi je ponovno pričel groziti, tokrat tudi s tem, da mu moram vrniti denar, dolg, ki ga seveda ni bilo. Zahteval je, da mu denar osebno prinesem, če želim živeti. Uporabil je vsa mogoča sredstva, da bi bila z njim, vsakokrat sem morala biti prijazna z njim, ga objemati in poljubljati, da se je umiril,....

Nekega dne sem odšla brez pozdrava. Imela sem izbiro. Da sem njegova. In da sem njegova. Ta izbira ni več moja.

Tak moški se nikoli ne bo spremenil, pripravljen je na vse, da dobi, kar želi. Je jagnje, dokler se v njem ne prebudi volk.





Drobci



Poslušam.
 Mirno dihanje mojega otroka. Spi ob meni.
 Jaz še ne morem.
 Preden je zaspal, me je objel in ko sem mu vrnila objem, sva se oba zasmejala.
 Na varnem sva.
 Mama je zbrala pogum in naredila prvi korak.
 Pogum se meša s strahom.
 Korakov je še mnogo. Majhni so.
 Včasih je težko.
 In bo še.
 Bo pa drugače.
 Tokrat grem samo naprej. Telo se je umirilo, občutki so se izostrili.
 Jutri je nov dan. Komaj čakam.
 Nov dan novih možnosti. Novih srečnih nasmehov mojega otroka.



Zaupanje



Zaupanje ... dobiš ga počasi in s časom.
 Lepo je, če druga stran to spoštuje in vrača z isto mero.
 Kaj pa takrat, ko se zaupanje zapravi? Tako težko ga je dobiti, a tako lahko izgubiti in takrat je zelo malo možnosti, da se povrne.
 Ko te enkrat prizadenejo in izdajo ... težava ni to preboleti, težava je kako zaupanje spet povrniti. Tisti, ki te enkrat razočara, te bo najverjetneje spet ... zato previdno in modro izbiraj, s kom se boš družila in pazi na svoje srce, ker ni vsakdo vreden, da mu srce daš.





Mlada mamica



V življenju mnogo je poti. Ena od mojih mnogih je bila tudi pot v varno hišo Kras. Ko se spomnim prvega dne, imam v sebi tisoč vprašanj in odgovorov.

Zbudilo me je julijsko jutro in bila sem pred veliko odločitvijo.

Vendar je bila moja odločitev jasna. Pot proti cilju ... težka ... in misel le ena.

Rešiti sem želela sebe in tisto, kar nosim pod svojim srčkom. Ta misel me je pripeljala tja, kjer sem doživela nadvse lep, topel in varen sprejem.

Tistega dne je moje življenje dobilo nov začetek, kot že prej velikokrat, a sedaj s to razliko, da sem bila v pričakovanju malega bitjeca, ki mi je že takrat pomenilo vse na svetu.

Tako sem preživljala dneve in noči v prelepi varni hiši Kras ter do poroda doživljala lepe, manj lepe in posebne trenutke.

V bistvu sem bila prvič v tako veliki skupnosti izven družinskega kroga. Zame je bila to velika šola in nova izkušnja. Odštevala sem dneve.

Pa je le prišel dan poroda. Ne morem opisati te sreče, ko so mi mojo največjo srečo položili na prsi in vsej tej sreči je bila priča moja prijateljica, ki mi je 100% stala ob strani z vsem srcem in bitjem in poskrbela za vse potrebno in še več.

Takrat sem se resnično počutila sama na svetu, čeprav sem okrog sebe imela prijatelje, znance in strokovno socialno osebje.

Nikoli ne bom pozabila podpore iz strani varne hiše Kras, prijateljev, ... To zelo spoštujem in bom hvaležna do konca življenja in še naprej.

Po odpustu iz porodnišnice sva doživela prelep sprejem in veliko veselje s strani uporabnic in naših zlatih socialnih delavk. Rada bi povedala da ste čudovite in spoštovanja vredne osebe, ki znate prisluhniti, ... in v pravem trenutku priskočiti na pomoč. Veliko časa smo preživeli skupaj in čisto vsak pogovor, objem (za katerega sem jaz malo zaprta) in vaše besede so mi pomagale, da sem lahko šla naprej in bilo mi je veliko lažje, "dobila sem novo moč.

...dnevi in noči so bežali...

Sin je postal že pravi korenjak. Vmes sva imela tudi razne dojenčkove zaplete, a ni bilo večjih težav. Tako sem spet ponosna začela odštevati dneve, ko je upihnil prvo svečko na torti, prav v varni hiši Kras. Veliko časa nama ni uspelo najti svojega koticika. Prišel pa je tisti usodni dan, ko sva se tudi mi dva poslovila in odšla v svoje stanovanje.

Še enkrat se vam zahvaljujem, da ste nama omogočili bivanje v varni hiši dokler je bilo potrebno, da sva lahko mirno zapustila najin začasni domek.

Zaključila bi s to mislijo in željo: želim vam še veliko uspehov in lepih trenutkov varni hiši!

Tudi novim uporabnicam želim, da bi se počutile varno in prijetno v prelepi hiši.

Vsaka skupnost ima svoje prednosti in slabosti ter težave, a zna biti tudi lepa. In seveda bi se rada še posebej zahvalila Centru za socialno delo in strokovni delavki, katera mi je v moji nesreči in obupu pomagala, da najdem svoj mir in novo moč in upanje.

In ... še ...enkrat hvala vsem za vse!!!!

Rada vas imam!





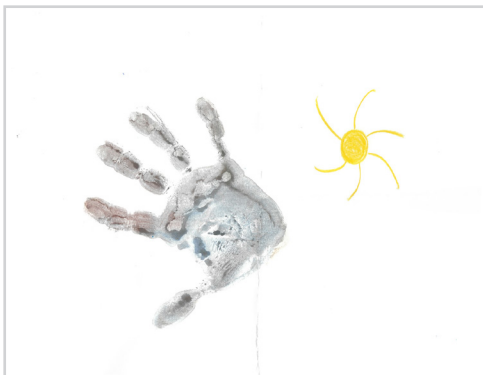
Bivanje v varni hiši Kras



Sama sem prišla v varno hišo Kras v zelo slabem psihofizičnem stanju. Vsa v stresu, prestrašena, nezaupljiva, potrebna vsakršne pomoči in pozornosti.

A, hkrati vesela, da sem še živa.

Neizmerno pa sem bila srečna, da sem se lahko zvečer ulegla v posteljo in brez skrbi zaspala. Človek, ki od strahu ne upa zaspati, je za vsak varen trenutek spanca posebej hvaležen tistemu, ki mu to omogoči. Hvala vam.



Sreča



Kaj je sreča?

Za nekatere je to denar, za druge je to hiša. Zame je sreča nasmehek na licih mojih otrok. Do denarja in hiše ni tako težko priti, do nasmeha na licu je težje, vendar je vredno vsake minute mojega truda! Ob tem pa bi se rada zahvalila vsem, ki so mi pomagali na tej trnovi poti.

Zahvala naj velja za delavke na Centru za socialno delo in za delavke v varni hiši. Pomembno vlogo pa so imele moje souporabnice, brez katerih ne bi zmogla. Prvič sem imela prijateljice zaradi same sebe in ni ga denarja, da bi ga zamenjala za tisti lep občutek. Občutek, ki ti daje:

- da si cenjena,
- da si spoštovana,
- da si na pravi poti,
- da ti bo uspelo,
- da nisi sama.

In kaj rabimo za tak uspeh?

- voljo,
- moč,
- vztrajnost,
- odprtost,
- iskrenost.

Za konec še moja želja: da bi se čim več žensk in mater odločilo za takšen korak, ker enkrat mora biti konec trpljenja.



Ko si na križišču življenja ...



Vsak izmed nas se enkrat znajde na križišču življenja, ko ne ve, kam bi šel naprej, kako bi nadaljeval, ali bi sploh nadaljeval.

Tudi sama sem se znašla v podobni situaciji. Zmedena, prestrašena, polna bolečine in z negotovo prihodnostjo pred seboj. Na videz idealno življenje se je čez noč porušilo in pristala sem na samem dnu.

Vse, kar sem si želela, je bilo dostojno življenje zame in za svoje tri otroke. Vendar dejstvo, da sem pristala v varni hiši, je bilo zame, kot za izobraženo žensko, ponižujoče in je v meni ubilo še tisti kanček samozavesti, ki sem jo imela.

Nov kraj, novi ljudje, prilagajanje na življenje v skupnosti, cel kup težav in urejanja papirjev ter menjava šole za otroke, je bilo zame zelo izčrpajoče. Prišli so trenutki, ko sem mislila, da ne bom zmogla vsega tega. Prišli so trenutki, ko sem se zrušila, ko sem si želela, da bi se vrnila v svoje prejšnje življenje, saj so bile spremembe tako močne, da so rušile mojo osebnost z vseh strani.

Vendar volja do življenja in upanje v boljšo in lepšo prihodnost ter vera, da si tudi jaz zaslužim dostojno življenje, me je poganjala naprej. Vztrajala sem, ne glede na to, kako boleče je bilo. Želela sem več od življenja kot pa zmerjanje, bolečino, udarce, klofute,... Želela sem srečo, radost, ljubezen,... in okolje, primerno za vzgojo mojih treh sončkov. Ljubezen do njih me je in me še vedno poganja naprej, da jim zagotovim drugačno življenje, kot sem ga imela sama. Kajti vsak izmed nas si zasluži le najboljše. Vsak izmed nas si zasluži, da ravnajo z njim kot s človekom.

V hiši sem spoznala čudovite osebe in od vsake sem se nekaj naučila. Nisem se vedno z vsemi razumela, a so mi ti odnosi tako z uporabnicami kot s socialnimi delavkami pomagali, da sem osebno zrastle in se utrdila kot osebnost.

Popolnoma sem spremenila sebe, postala mama svojim otrokom, dobila službo in po enem letu iskanja, prišla končno da svojega stanovanja.

Moj nasvet je, da vztrajajte! Nikar ne obupajte! Četudi bo še tako hudo, gre za vašo prihodnost, kajti mi sami kreiramo naše življenje. Od nas je odvisno kako bomo živeli. Spremembe so boleče, a še kako potrebne za našo preobrazbo.





Ljubim življenje



Moja prva izkušnja v varni hiši je bila, da sem končno na lep način povedala, kaj me moti in se tako naučila bolje komunicirati. Vsak četrtek mi je bil zelo pomemben zaradi skupine za ženske. Neverjetno koliko stvari sem se naučila.

Sedaj odhajam, ... vem da prehitro, vendar nisem ženska, ki bi živela v skupnosti. Poskušala sem se prilagoditi, ampak mi še ne gre od rok, zato se spet umikam, ker sem tega navajena in naučena.

Hvala za vsa jutra, polna pozitivne in ljubezni, za vsak neprespan večer, sprehod, sladoled, smeh, ...

Dajem vam obljubo, da bodo moje punce zrastle v osebe, ki bodo ljubile svoje življenje in ne bodo nikoli obupale.



Pogum



Stara sem 54 let, poročena sem bila 34 let. Celotno življenje sem trpela v upanju, da bo nekoč boljše. Ko so otroci odrasli in odšli na svoje, je postalo neznosno.

Ko sedaj pogledam nazaj, je bilo kot najhujša nočna mora. Preživela sem srčno kap in po tej izkušnji doжела, da če želim živeti, moram proč. Tako se je začelo moje potovanje za svobodo.

Drage moje ženske, samo korajžno naprej in nikar se ne ozirajte nazaj. Začnite živeti, saj ste tega vsekakor vredne.

V varni hiši ste dobrodošle, zaposlene vas cenijo, vas spoštujejo in vam prisluhnejo.

V tej hiši sem se počutila svobodno in dobrodošlo vseh osem mesecev bivanja. Bila sem deležna lepih besed in objemov. Tudi moja skupina souporabnic je bila enkratna. Skupaj smo ena drugi jokale na ramenih, se skupaj veselile, smejale, zabavale, Še sedaj, po mojem odhodu, se slišimo, obiskujemo in spominjamo najlepših trenutkov v varni hiši.

Bodite ponosne nase in pogumno naprej!



Prebujanje ...



Prestopila sem mejo. Končno!

Bila sem čisto na dnu. S partnerjem sva začela najino zgodbo pri sedemnajstih letih. Hitro sva dobila otroke in kot vsaka punca, sem sanjara o popolni družini.

Začne se dogajati ... pa ne verjameš, ne dojameš, si zatiskaš oči in misliš, da narobe razumeš, pa mu je žal, ker te menda ljubi ... bedarija!

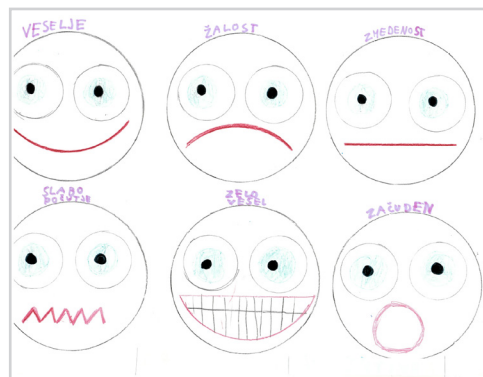
Če ljubiš žensko in otroke, jih ne pretepaš, jim ne odvzameš vseh prijateljev in sorodnikov, jih ne zmerjaš z grdimi besedami in kriviš za vsako stvar. Zadnjih nekaj mesecev je bilo moje življenje takšno. On pa je začel jemati drogo in padal je vse globlje.

Po petnajstih letih najinega zakona, sem ga skupaj s svojimi štirimi otroki zapustila.

Še sedaj ne morem verjeti, da smo se morali boriti za življenje. Bilo je kot v grozljivki. Zjutraj nam je uspelo zbežati iz hiše in tako smo za seboj pustili vse, kar smo v življenju imeli. Hvala bogu ... tudi njega. Sem jokala? Ja. Dva meseca sem potrebovala, da sem si razjasnila, da nisem bila kriva jaz. Da sem vredna mirnega in srečnega življenja.

Roko na srce – to mi ne bi uspelo brez vas, sostanovalk in delavk v varni hiši. Tisti sestanki za ženske te prebudijo, čeprav ti je hudo, ko obujaš spomine, se potem zaveš, da so te potegnili na vrh, da si to prebolela in postala bolj optimistična in samozavestna. Slišiš zgodbe ostalih uporabnic in spoznaš, da nisi sama in da si storila pravi korak.

Danes spimo v varni hiši zadnjič – smo žalostni, ker vas bomo pogrešali. Veselim pa se, da sem se opogumila in sem pripravljena svojim otrokom vrniti njihovo otroštvo.





Ko je gosenica mislila, da je njene poti konec, se je spremenila v metulja!



Dejstvo je, da smo vse, ki se znajdemo tukaj, v varni hiši, strašansko nezadovoljne s sistemom, ki umika žrtev in otroke, medtem ko povzročitelj »mirno« živi svoje življenje z eno samo spremembo, brez nas. Pa vendar, našle smo mir, drugačno sobivanje – boljše - in predvsem svobodo. Pot do konca je trnova, a nešteto krat lažja kot vsak dan prebit doma v strahu: »Kaj bo?«. Preden se oglasite na telefon povzročitelju, se samo vprašajte: »Ali ima kaj za povedati, kar bi spremenilo vse kar mi je storil?« in ob tem imejte v mislih, kako dober manipulator v osnovi je, da ste prestajale, kar ste.

Vedite, da se nasilje le stopnjuje, da s tem, ko niste več tam, imate vsaj 50% možnosti preživetja, nazaj doma pa 0%.

Ni več pomembno, kaj on dela, misli, želi, ... Pomembne naj postanejo le tri črke: JAZ! Pomembno je najti sebe, pravo sebe. To lahko stori vsaka sama. Spreminjati se moramo sami. Naporno, a vredno truda.

Jaz spreminjam sebe (ne drugih)! Sprejemam odgovornost za to kar delam!

Jaz vem kaj hočem!

Nenazadnje, je izbira moja.

Lahko se vrnem tudi sem v varno hišo čez nekaj let in preberem ta zapis in zabijam glavo v steno ob branju, izbira je moja!

Srečno in obilo poguma, zdrave pameti in novih korakov!

Ponovno v varni hiši Kras



Znašla sem se pred težkimi odločitvami in najboljša je bila ta, da se vrnem v varno hišo in najdem svoj mir.

Bilo mi je lepo in bilo mi je težko. A brez vas, drage moje strokovne delavke, bi mi bilo veliko težje. Zahvaljujem se tudi uporabnicam, vsaki posebej in vsem skupaj za vse, kar ste storile za naju s sinčkom.

Seveda skupnost ni lahka, ampak sem se veliko naučila.

Vsem ženskam, ki bodo bivale v varni hiši, želim, da bi jim bilo prijetno in da bi od tu odšle v eno samo srečo in veselje.





Moja zgodba



Začelo se je leta 2011. Prišla sem v majhno vas, kjer sem si uredila službo in začela delati.

Tukaj sem ga na žalost in na srečo spoznala. Zaljubila sem se v hipu in to tako močno, kot se prej v nobenega nisem. Sam bog ve, kaj sem na njemu videla, razen tega, da je bil lep. Zelo hitro sem zanosila, saj sva si otroka oba želela, ker sva si bila usojena.

Sledili so meseci ljubosumja, pretirane kontrole nad tem kaj delam, obsojanja, da se preveč redim, ... a vse je bilo dokaj blago, v primerjavi s tem, kar je sledilo po porodu.

Prihajal je domov pijan, me zmerjal, da sem debela, kljub temu pa zahteval spolne odnose, ki si jih nisem želela Za otroka sem skrbela sama.

Ko sem ponovno začela delati, se je začelo ljubosumje, agresija, upravljanje z mojim denarjem, prepoved druženja s prijateljicami, zanemarjanje, ... Nič nisem bila vredna, nič nisem naredila prav.

Po pogovoru s prijateljico, kateri sem zaupala svojo zgodbo, sem se obrnila po pomoč na Center za socialno delo. Takrat sem sprejela odločitev, da se z otrokom umaknem iz nasilja. Vedela sem, da ni več poti nazaj, a vseeno me je bilo strah.

Ko sva bila z otrokom na varnem, sem bila zaradi vsega dogajanja čisto na tleh, a vendar sem našla moč, da se borim naprej. Po štirinajstih dneh bivanja v kriznem centru sem se zlomila in vse povedala zaposlenim – tudi tisto, kar si prej nisem upala.

Sledilo je obdobje, ki sem ga preživel v varni hiši.

Dobila sem objeme, ki te vzpodbudijo, ko izgubiš upanje. Spodbu-

do, sprejemanje mene take kot sem – vključno z napakami in vrlinami, tolažbo v hudih trenutkih, pogovor, ... dobila sem moč, da verjamem vase in da vem, da zmorem vse. Kljub težkim trenutkom, je ta varna hiša varen dom, kamor se vrneš in te vedno nekdo pričaka, ... nikoli nisi sama, vedno se najde nekdo, ki je tam, zate.

Splačalo se je! Zaradi vseh, ki sem jih spoznala in da sem na koncu pristala tam, kjer je moje mesto. Doma, med mojimi ljudmi, med tistimi, ki sem jih zapustila, takrat, ko sem odšla k njemu. Prekinila sem stike z vsemi – hvala bogu, je tega sedaj konec.

Zdaj sem končno srečna, umirjena, živim življenje, ki sem ga toliko let pogrešala.

Vsem ženskam, ki se znajdete v stiski, želim, da bi se našle, da bi zaživele življenje, kot si ga želite. Vse se da rešiti, če se le hoče.





Varno, daleč od doma



V varni hiši Kras sem bivala s svojimi tremi otroki. Počutili smo se dobro, varno in nasmejjano vsak dan.

Pred tem sem se leta in leta borila, iskala rešitve in lepe besede zase in za svojo družino. Težko je bilo, saj sem se morala kot tujka najprej naučiti jezika, trdo delati in poskrbeti za vse ostale stvari. Nisem vedela kaj bo z mano in mojimi otroki.

Življenje je v naših rokah, življenje pride in gre, zato se moramo boriti,

Moram povedati, da se je življenje za nas štiri spremenilo, ko smo se preselili daleč stran od našega doma, v varno hišo Kras. Preživljamo čudovite dneve, učimo se marsikaj in tukaj dobimo pomoč, katero potrebujemo. Življenje v skupnosti nam je lepo, saj sem spoznala ženske, katere so mi prirasle k srcu, otroci pa imajo nove prijatelje, sproščeno družbo. Skrb za otroke je v skupnosti vzajemna, zaupamo si.

Vam povem, da bo zame in za moje tri otroke zelo težek dan, ko se bom morala posloviti od vas. Pogrešala bom pogovore zjutraj in zvečer, ... a je čas za novo življenje, ki mora biti prijetno in varno.

Nostalgija



Za menoj je eno zelo težko obdobje in velika izkušnja.

Ljudje pozabljamo, kaj so drugi storili za nas, spomnimo se le tisto, kar smo mi storili za njih. In to ni prav. Težko se postaviš v čevlje drugega in gledaš z njegovimi očmi.

Pogrešam vas in to zelo. Veliko lepega ste storile za nas in to spoštujem. Kadar je bilo res napeto vzdušje, ste me pustile pri miru. Ne vem, kako bi se vse skupaj izšlo, če ne bi imela prav vas.

Vesela sem, da smo delili skupne trenutke, da ste mi stale ob strani in me podpirale.

Resnično pogrešam vaše pogovore, ... sedaj se šele zavedam, koliko je bilo to vredno.

Hvala vam za vse.



Začetek konca



Lahko bi rekla, da sem po enem letu prišla na cilj, tako se vidi »navezen«. Ampak ni tako.

Mnogo prej, zelo dolgo, več kot deset let sem se spreminjala in začela poslušati mojo dušo in moj bit, kaj je sploh dobro zame, zakaj sem sama sebi zoprna, česa ne maram, s čim nisem zadovoljna pri sebi... to je ogromno in trdo delo na sebi, da sebe nekako očistiš vseh stvari, ki te motijo – najprej pri sebi.

Ta preobrazba traja celo življenje, vsak dan se trudim, da dam vse najboljše iz sebe. Ni lahko, je pa vredno.

Po tej poti sem spoznala, da živim že celo življenje v nasilju in kar je najhujše, dovolila sem, da moj otrok živi v istem okolju.

Lahko rečem, da tisti dan, ko sem odšla, sem se na novo rodila in moje največje zadoščenje in moč za naprej je bila hčerina ljubezen in občutek imeti sebe.

Na tej poti ostaneš sam, mogoče na začetku je hudo, ampak kar je pravo in pristno, to vedno ostane, drugo gre.... To je resnica... In resnica je ena in moje rojstvo je prav to: govorim na glas mojo resnico, imam sebe in mojo ljubo hčer, ker mi vsak dan da jasno potrditev, da delam prav. Imam cel svet...

Skoraj po tridesetih letih skupnega življenja, sem ločena, dobila sem stanovanje, ampak... to je začetek konca! Začetek mojega življenja na novo... novo rojstvo... to staro je ostalo z njim v hiši...

Drage moje, življenje je lepo, vsak dih, vsak korak, vsak nov dan, nova moč, dež, ko pada, sneg... življenje... ljubite ga in ljubite same sebe, tukaj je začetek, ki te lahko popelje v resnično življenje.

Hvala hiši, da sploh je, da se lahko nasilju umaknemo in gradimo sebe v najboljše osebe... s pomočjo vseh, ki so v hiši, vsaka od nas je majhen delček, ki gradi mozaik.

Otroški vtis



Lepo smo se imeli.

Veseli smo zato, ker ste dale vse, kar ste lahko.

Lepo nam je pa tudi bilo, kadar ste se z nami igrale in zabavale.





Pomoč obstaja

Pomoč v primerih nasilja v družini nudijo policija, centri za socialno delo in nevladne organizacije.

Na varno se lahko umaknete v krizne centre za žrtve nasilja, nadaljno pomoč pa lahko poiščete tudi v varnih hišah.

Predstavitev

Regijska varna hiša Kras je program Centra za socialno delo Sežana. Namenjena je ženskam z ali brez otrok, ki se morajo zaradi nasilja (psihično, fizično, spolno, ekonomsko ...) umakniti od doma. V varni hiši se lahko biva največ leto dni.

Sprejem

Ženska, ki potrebuje umik v varno hišo, pokliče v varno hišo in se dogovori za uvodni razgovor.

Lahko pa se zgleda tudi na pristojnem centru za socialno delo. Pomoč v obliki informiranja in svetovanja dobijo tudi ženske, ki se še niso odločile za umik iz nasilja.

Življenje v varni hiši

Bivanje v varni hiši je prostovoljno. Upoštevati je treba le pravila, ki omogočajo prijetno skupno bivanje. Ženska z otroki ima svojo sobo, drugi prostori so skupni. Sama poskrbi za gospodinjstvo. Svetovalke v varni hiši nudijo informacije, psihosocialno oporo, spremljanje pri različnih postopkih v inštitucijah ...

Varnost

Zaradi varnosti je zelo pomembno, da je lokacija varne hiše tajna. V hiši se zato ne sprejema obiskov. Prav tako v hiši ni dovoljeno uživanje alkohola, pepovedanih drog in nepredpisanih zdravil. Domačih živali ni možno sprejeti.

Prispevek za bivanje

Cena bivanja je enotna za vse uporabnice.

Mesečni znesek znaša 30% denarne socialne pomoči za žensko, 10% za prvega otroka, ter 5% za drugega in vsakega nadaljnjega otroka. V primeru hude finančne stiske se plačilo bivanja ureja v okviru finančnih zmožnosti.

Kontakti

Regijska varna hiša Kras
tel.: 070 754 530, tel./fax: 05 6202 442
e-naslov: vhkras@gmail.com
spletni naslov: www.vhkras.si



Zahvala financerjem

Regijske varne hiše Kras ne bi bilo brez finančne pomoči



REPUBLIKA SLOVENIJA
**MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI**

Občin: Ankaran, Cerknica, Divača, Hrpelje – Kozina, Ilirska Bistrica, Izola, Komen, Koper, Miren – Kostanjevica, Piran, Pivka, Postojna, Sežana.

Najlepša hvala tudi občini Loška dolina, ter vsem podjetjem in posameznikom, ki s svojimi donacijami in prispevki omogočajo, da je varna hiša prijeten dom.

Vaše prispevke lahko nakažete na:
TRR 01100-6030305733 00 2000
Pripis »Donacija za VH«

Center za socialno delo Sežana, Kosovelova 4b
6210 Sežana
Tel: 05 969 4020, fax: 05 969 4021
e-naslov: gpcsd.sezan@gov.si

Založnik: Regijska varna hiša Kras, CSD Sežana, 2017
Oblikovanje: Andreja Gregorič, univ. dipl. oblikovalka viz. kom.
Tisk: Tiskarna Mljač
Naklada: 500 izvodov