

# Réttur þinn

Mikilvægar upplýsingar  
fyrir erlendar konur  
á Íslandi

# Twoje prawa

ważne informacje dla  
cudzoziemek na Islandii



Íslenka



Polska

## Réttur þinn

Mikilvægar upplýsingar fyrir erlendar konur á Íslandi

Bæklingur þessi er útgefinn af Jafnréttisstofu og styrktur af Progress áætlun Evrópusambandsins og Próunarsjóði innflytjendamála. Hann er ætlaður erlendum konum á Íslandi og öðrum sem vilja fræðast um jafnrétti á Íslandi, réttindi og skyldur. Texti bæklingans er unninn af Stígamótum í samvinnu við Jafnréttisstofu, Mannréttindaskrifstofu Íslands, félags- og tryggingamálaráðuneytið, Útlendingastofnun, Samtök kvenna af erlendum uppruna, lögregluna á Höfuðborgarsvæðinu, Reykjavíkurborg, Kvennaathvarfið og Fjölmenningssetur.

  
Jafnréttisstofa



FÉLAGS- OG  
TRYGGINGAMÁLARÁÐUNEYTIÐ



© Jafnréttisstofa

Borgum við Norðurlóð - 600 Akureyri  
Sími: 460 6200 - Fax: 460 6201  
Netfang: jafnretti@jafnretti.is - Vefslóð: www.jafnretti.is

Reykjavík 2011

Hönnun/prentun: Oddi, umhverfsvottuð prentsmiðja



ISBN 978-9935-428-01-1 pr. útg. ísl-pólska  
ISBN 978-9935-428-07-3 rafr. útg. ísl-pólska

## Twoje prawa

ważne informacje dla cudzoziemek na Islandii

Broszura jest wydana przez Centrum ds. Równości Płci, współfinansowana z Programu Progress Unii Europejskiej. Skierowana jest ona do cudzoziemek na Islandii oraz innych, którzy chcą zdobyć informacje o równości praw na Islandii, prawach i obowiązkach. Treść broszury została opracowana przez Centrum Stígamót we współpracy z Centrum ds. Równości Płci, Ministerstwa ds. Socjalnych i Ubezpieczeń, Urzędu Imigracyjnego, Stowarzyszenia Kobiet Obcego Pochodzenia na Islandii, policji stołecznej, Miasta Reykjavik, Schroniska dla Kobiet oraz Centrum Kultury i Informacji.

## Inngangur

Í þessum bæklingi er að finna ýmsar gagnlegar upplýsingar varðandi íslenskt réttarkerfi og íslenskt samfélag. Upplýsingar um jafnan rétt og jafna stöðu kynja, dvalarleyfi, skilnaði, forsjármál, umgengnisréttarmál, fjármál, ofbeldi í nánnum samböndum og hótanir. Hér er einnig að finna vísan í frekari upplýsingar um aðstoð, til dæmis heimilisföng, símanúmer og heimasíður ýmissa stofnana og samtaka.

## Jafnrétti kynja – jafnrétti allra

Allir einstaklingar á Íslandi hafa sömu réttindi og bera sömu skyldur samkvæmt lögum. Það gildir óháð kyni, litarhætti, kynþætti, þjóðerni, uppruna, trúarbrögðum, lífsskoðunum, efnahag, ætterni, kynhneigð, fötlun og stöðu að öðru leyti. Í því felst réttur til að ráða yfir lífi sínu og líkama, til að afla sér tekna og skylda til að sjá fyrir fjölskyldu sinni, annast börn sín og taka þátt í samfélaginu.

Karlar og konur eru jafningjar, líka í hjónabandi.

## Fjármál

Allir einstaklingar eldri en 18 ára eru fjárráða. Það þýðir að þú átt að ráða yfir þínum tekjum og eignum, getur átt bankareikning á þínu nafni sem þú ræður yfir og aðrir hafa ekki aðgang að. Þú ræður í hvaða banka þú átt reikning.

Ekki skrifa undir nein gögn án þess að hafa fengið kynningu á innihaldi þeirra frá hlutlausum aðila og þú vitir hvaða skuldbindingar felast í undirskriftinni.

## Wstęp

Broszura zawiera różne ważne informacje na temat islandzkiego systemu sprawiedliwości oraz islandzkiego społeczeństwa. Informacje dotyczą równości praw i płci, pozwolenia na pobyt, rozwodów, kwestii władzy rodzicielskiej, prawa do kontaktów, finansów, przemocy w bliskich związkach i gróźb. Można tu również znaleźć odnośniki do dodatkowych informacji o pomocy, na przykład adresy, numery telefonów i adresy stron internetowych różnych centrów i stowarzyszeń.

## Równość płci – równość wszystkich

Wszystkie osoby na Islandii zgodnie z prawem mają te same prawa i obowiązki. Jest to niezależne od płci, koloru skóry, rasy, narodowości, pochodzenia, wiary, poglądów na życie, statusu materialnego, dziedzictwa, orientacji seksualnej, niepełnosprawności i różnic innego rodzaju. Zawiera się w tym prawo do decydowania o swoim życiu i ciele, do uzyskiwania wynagrodzenia za pracę, obowiązek zajmowania się swoją rodziną, opiekowania się dziećmi i brania udziału w życiu społecznym.

Mężczyźni i kobiety są równi, również w małżeństwie.

## Finanse

Wszystkie osoby powyżej 18 roku życia ponoszą odpowiedzialność finansową. Oznacza to, że to ty zarządzasz swoimi zarobkami i majątkiem, możesz posiadać konto bankowe na swoje nazwisko, o którym ty decydujesz, a inni nie mają do niego dostępu. Ty decydujesz o tym, w jakim banku masz konto.

Nie podpisuj się pod żadnym dokumentem bez wcześniejszego przedstawienia jego zawartości przez bezstronną osobę. Będziesz wtedy wiedzieć, z jakimi zobowiązaniami wiąże się jego podpisanie.

Samkvæmt lögum eru launin þín lögð inn á þinn eigin bankareikning og þú átt að fá launaseðil í hvert skipti sem þú færð útborgað. Þú borgar skatta af launinum þínum og færð persónuafslátt á móti.

### Hjónaband

Hjón taka bæði ákvarðanir varðandi málefni fjölskyldunnar og hvorugt ræður yfir hinu. Þau eru framfærsluskyld við hvort annað, það þýðir að báðir aðilar eiga að leggja fram peninga til heimilisins og annars sameiginlegs kostnaðar. Ef annað hvort hjóna á ekki peninga í sérþarfir eins og lyf, snyrtivörur, föt eða annað, á hitt að leggja fram fé til þess. Framlag til heimilis þarf ekki að vera peningar, vinna á heimili eða annar stuðningur við fjölskyldu er það líka. Það hjóna sem getur lagt fram fé, skal leggja fram hæfilega fjárhæð fyrir heimilishaldi, þörfum barna og sérþörfum, miðað við getu og aðstæður.

Bæði karlar og konur hafa rétt á að velja sér maka og ráða því maka-vali sínu. Enginn er skyldugur til að ganga í hjónaband. Einnig er leyfilegt að búa saman án þess að ganga í hjónaband. Samkynhneigðir hafa sama rétt til að ganga í hjónaband og gagnkynhneigðir.

Það er refsivert samkvæmt íslenskum lögum að neyða einhvern, hvort sem er karl eða konu, til að ganga í hjónaband. Ef þú hefur verið neydd/ur til að ganga í hjónaband eða ert að reyna að losna úr nauðungarhjónabandi, getur þú fengið ráðgjöf og aðstoð hjá Kvænnaathvarfinu ([www.kvennaathvarf.is](http://www.kvennaathvarf.is)), Kvænnaáðgjöf-inni ([www.kvænnaadgjofin.is](http://www.kvænnaadgjofin.is)), Fjölmenningssetri ([www.mcc.is](http://www.mcc.is)) og félagsþjónustu í þínu sveitarfélagi. Sama gildir ef þú ert beitt ofbeldi af maka þínum/sambýlismanni/kærasta. Sjá nánar kaflann um ofbeldi.

Zgodnie z prawem twoje zarobki są przelewane na twoje własne konto bankowe i za każdym razem powinnaś otrzymywać odcinki wypłat, które są ci wypłacane. Od swoich zarobków płacisz podatki i otrzymujesz w zamian ulgi podatkowe.

### Małżeństwo

Małżonkowie oboje podejmują decyzje w sprawach rodzinnych i żadne z nich nie rządzi drugim. Oboje mają wobec siebie zobowiązania, co oznacza, że oboje powinni przekazywać pieniądze na gospodarstwo domowe i inne wspólne wydatki. Jeżeli któryś z małżonków nie ma pieniędzy na własne potrzeby takie jak lekarstwa, kosmetyki, odzież lub inne, drugi powinien przekazać środki na te cele. Wkład w gospodarstwo domowe nie musi być pieniężny, są nim też praca w domu lub inna pomoc. Ten z małżonków, który jest w stanie przekazywać pieniądze, powinien dostarczać odpowiednią sumę na utrzymanie domu, potrzeby dzieci i potrzeby specjalne, zgodnie z możliwościami i sytuacją.

Tak mężczyźni, jak i kobiety mają prawo do samodzielnego wyboru partnera i decydują o swoim wyborze. Nikt nie jest zobowiązany do zawarcia małżeństwa. Dozwolone jest również mieszkanie razem bez zawierania małżeństwa. Homoseksualiści mają takie samo prawo do zawierania małżeństwa jak heteroseksualiści.

Zgodnie z islandzkim prawem karalne jest zmuszanie kogoś do zawarcia małżeństwa, niezależnie czy jest to mężczyzna czy kobieta. Jeżeli zostałaś/eś zmuszona/y do zawarcia małżeństwa i próbujesz uwolnić się od małżeństwa z przymusu, możesz otrzymać porady i pomoc w Schronisku dla Kobiet ([www.kvennaathvarf.is](http://www.kvennaathvarf.is)), Poradni dla Kobiet ([www.kvænnaadgjofin.is](http://www.kvænnaadgjofin.is)), Centrum Kultury i Informacji ([www.mcc.is](http://www.mcc.is)) oraz w centrum pomocy społecznej w twojej gminie. To samo dotyczy, jeżeli doświadczasz przemocy ze strony męża/partnera/narzeczonego. Zobacz dokładniejsze informacje w rozdziale o przemocy.

### Sambúð

Þegar fólk er í sambúð, þá á það hvort um sig þær eignir sem það er skráð fyrir og sameiginlegar eignir skiptast milli þeirra við slit sambúðar. Ef annar aðilinn er skráður eigandi allra eigna getur hinn gert kröfu um hlutdeild í eignamyndun á sambúðartímanum, sem þýðir að þá er metið hversu mikið hvort þeirra hefur lagt til við að mynda þær eignir sem eru til staðar við sambúðarlök. Ef framlagið hefur verið jafnt þá er líklegt að dómari úrskurði um að eignir skiptist jafnt á milli aðila. Annars skiptast eignir hlutfallslega milli aðila og byggir dómari þá úrskurð sinn á mati á þeim eignum sem aðilar áttu við upphaf sambúðar og tekjum aðila og eignamyndun á sambúðartímanum. Ef annar sambúðarmaka fellur frá þá á hinn ekki erfðarétt eftir hann.

Ef fólk í sambúð á barn eða börn saman þá er sameiginleg forsjá meginreglan við slit sambúðar eins og við hjónaskilnað. Ef ekki er samkomulag um forsjá, þarf að leita til dómstóla. Sjá nánar kaflann um forsjá.

### Getnaðarvarnir og þungun

Ef þú átt von á barni þá ferðu í mæðraskoðun á næstu heilsugæslustöð eða heilbrigðisstofnun þar sem þú býrð, þá fyrstu venjulega í kringum 13. viku meðgöngutímans, þér að kostnaðarlausu.

Ef þú verður ófrísk og vilt ekki eignast barn getur þú óskað eftir fóstureyðingu. Ef félagslegar eða læknisfræðilegar ástæður eru fyrir hendi er slík ósk samþykkt. Læknir framkvæmir fóstureyðingu á sjúkrahúsi. Konur sem vilja fóstureyðingu þurfa að ræða það við lækni og félagsráðgjafa, fylla út umsókn og fara í lækniaskoðun. Það kostar ekki neitt ef þú ert skráð í íslenska heilbrigðiskerfið (það gerist eftir 6 mánuði með lögheimili á Íslandi eða ef þú ert EES borgari og hefur lagt fram gilt vottorð frá þínu heimalandi, t.d. E-104). Fóstureyðing skal framkvæmd eins fljótt og hægt er, í síðasta lagi á 10.-12. viku meðgöngutímans.

### Konkubinat

Jeżeli osoby żyją w konkubinacie, wtedy ich własnością są dobra na nich zapisane wcześniej, a dobra wspólne dzielone są pomiędzy nich po zerwaniu konkubinatu. Jeżeli jedna osoba jest zapisana, jako właściciel wszystkich dóbr, druga osoba może wnieść sprawę o rozdział majątku powstałego w czasie trwania konkubinatu. Oznacza to, że oszacowane zostanie, jaki był wkład każdej z osób w uzyskiwaniu dóbr, które pozyskane zostały przed zakończeniem konkubinatu. Jeżeli wkład był równy, wtedy najprawdopodobniej sędzia zdecyduje o równym podziale dóbr pomiędzy osoby. W innym wypadku dobra dzielone są proporcjonalnie pomiędzy osoby, a sędzia opiera swoją decyzję na podstawie tych dóbr, które osoby posiadały na początku konkubinatu oraz na podstawie zarobków osób oraz stanu majątku w czasie trwania konkubinatu. Jeżeli jeden z konkubentów umrze, wtedy drugi nie posiada po nim prawa do dziedziczenia.

Jeżeli osoby w konkubinacie posiadają dziecko lub dzieci regułą jest wspólna władza rodzicielska przy zerwaniu konkubinatu, tak samo jak przy rozwodzie. Jeżeli nie ma porozumienia, co do władzy rodzicielskiej, trzeba zwrócić się do sądu. Zobacz dokładne informacje w rozdziale o władzy rodzicielskiej.

### Antykoncepcja i ciąża

Jeżeli spodziewasz się dziecka, udajesz się do poradni dla kobiet w ciąży w najbliższej przychodni lub placówce zdrowia tam gdzie mieszkasz, po raz pierwszy około 13 tygodnia ciąży. Wizyta jest nieodpłatna.

Jeżeli jesteś w ciąży, a nie chcesz mieć dziecka, możesz ubiegać się o aborcję. Jeżeli istnieją powody społeczne lub zdrowotne, taka prośba jest spełniana. Lekarz przeprowadza zabieg aborcji w szpitalu. Kobiety, które chcą dokonać aborcji muszą omówić to z lekarzem i pracownikiem socjalnym, wypełnić podanie i przejść badania lekarskie. Jest to bezpłatne, jeżeli jest się wpisanym w islandzkim systemie zdrowotnym (następuje to po 6 miesiącach zameldowania na Islandii lub jeżeli pochodzisz z kraju UE i przedstawiłaś ważne zaświadczenie ze swojego kraju np. E-104). Aborcję należy przeprowadzić tak szybko jak to możliwe, najpóźniej w 10-12 tygodniu ciąży.

Þú ræður sjálf yfir líkama þínum. Þess vegna ræður þú hvenær eða hvort þú vilt eignast barn, eða hvort þú vilt nota getnaðarvarnir til að forðast þungun. Þú getur fengið upplýsingar um getnaðarvarnir hjá þínum heimilislækni eða heilsugæslustöð.

Á meðgöngu getur ofbeldi sem er til staðar í sambandi magnast. Einnig kemur það fyrir að karlar byrja að beita ofbeldi þegar konan á von á barni. Þú getur leitað ráða og aðstoðar vegna ofbeldis hjá ljósmóður, hjúkrunarfræðingi eða lækni í mæðraskoðun.

### Ofbeldi í nánnum samböndum

Ofbeldi er refsivert, sama hver beitir því og hver verður fyrir því.

Öllum er skylt að láta vita í síma 112 ef grunur leikur á að barn sé beitt líkamlegu, andlegu eða kynferðisofbeldi.

Nauðgun og kynferðisleg misbeiting í hjónabandi, sambúð eða ást-sambandi er refsiverð. Maki þinn á ekki rétt á kynmökum hvenær og hvernig sem stendur á, heldur aðeins ef þú vilt það líka.

Ef þú býrð við ofbeldi getur þú leitað til Kvænnaathvarfsins (sími 561-1205) eða lögreglu (sími 112). Það er mikilvægt að kalla á lögreglu og fara á Slysadeild eða til læknis þar sem öll tilvik eru skráð og það getur meðal annars skipt máli varðandi framlengingu dvalarleyfis eftir skilnað. Sjá kaflann um dvalarleyfi.

Kvænnaathvarfið er opið allan sólarhringinn og þar geturðu búið tímabundið ein eða ásamt börnum. Það er ekki skilyrði að þú hafir orðið fyrir líkamlegu ofbeldi, þú getur líka leitað til Kvænnaathvarfsins ef þú hefur orðið fyrir andlegu ofbeldi eða hótunum um ofbeldi. Í Kvænnaathvarfinu er boðið upp á viðtöl og þar færðu aðstoð við að leita til lögreglu, læknis og félagsþjónustu. Dvöl fyrir

Ty decydujesz o swoim ciele. Dlatego ty decydujesz, kiedy i czy chcesz mieć dziecko, lub czy chcesz stosować antykoncepcję, aby uniknąć ciąży. Informacje o antykoncepcji możesz otrzymać u swojego lekarza rodzinnego lub w przychodni.

Jeżeli w związku ma miejsce przemoc, w czasie ciąży może się ona nasilić. Zdarza się również, że mężczyźni zaczynają stosować przemoc, kiedy kobieta spodziewa się dziecka. Porady i pomocy z powodu przemocy możesz szukać u położnej, pielęgniarki lub lekarza podczas wizyt w poradni dla kobiet w ciąży.

### Przemoc w bliskich związkach

Przemoc jest karalna, bez względu na to, kto ją stosuje i kto jej doświadcza.

Jeżeli są podstawy sądzić, że dziecko podlega przemocy fizycznej, psychicznej lub seksualnej każdy ma obowiązek poinformować o tym pod numerem telefonu 112.

Gwałt i wykorzystywanie seksualne w małżeństwie, konkubinacie lub związku jest karalne. Twój partner nie ma prawa do stosunków seksualnych, kiedy i niezależnie od okoliczności, jedynie wtedy, kiedy ty też tego chcesz.

Jeżeli doświadczasz przemocy możesz zwrócić się do Schroniska dla Kobiet (tel. 561 1205) lub policji (tel.112). Ważne jest, aby wezwać policję i udać się na Izbę przyjęć lub do lekarza, gdzie wszystkie przypadki są rejestrowane. Może to mieć między innymi znaczenie przy przedłużaniu pozwolenia na pobyt po rozwodzie. Zobacz rozdział o pozwoleniu na pobyt.

Schronisko dla Kobiet jest otwarte całą dobę, możesz tam czasowo zamieszkać sama lub z dziećmi. Niekoniecznie musisz doświadczać przemocy fizycznej, pomocy w Schronisku dla Kobiet możesz również szukać, jeżeli doświadczasz przemocy psychicznej lub gróźb o przemocy. W Schronisku dla Kobiet przeprowadzana jest rozmowa

börn er ókeypis en þær konur sem geta borgað greiða smávægilega fjárhæð. Fengin er aðstoð túlks ef þess þarf.

### Neyðarmóttaka vegna nauðgana

Á Íslandi eru starfræktar tvær neyðarmóttökur vegna nauðgunar fyrir fólk sem orðið hefur fyrir nauðgun, tilraun til nauðgunar eða annars kynferðisofbeldis. Önnur er í Reykjavík, á bráðadeild Landspítala háskólasjúkrahúss í Fossvogi og hin á slysadeild Fjórðungssjúkrahússins á Akureyri. Best er að hringja fyrst og biðja um þjónustu hjá neyðarmóttökunum.

## Hótanir

Ofbeldismenn beita oft hótunum til að kúga. Dæmi um hótanir, sem ofbeldismaður beitir gjarnan konu sína af erlendum uppruna, er að hann geti með einu símtali látið vísa konunni úr landi, ýmist með því að gefa lögreglu eða Útlendingastofnun rangar upplýsingar eða af því að hann eigi vini innan lögreglunnar eða hjá Útlendingastofnun. Önnur algeng hótun er að maðurinn fái forsjá barns þeirra eða barna vegna þess að konan sé af erlendum uppruna eða hann muni segja yfirvöldum að hún sé óháf móðir.

Það þarf ekki að óttast hótanir eins og þessar. Hvort sem um er að ræða rétt til dvalar á Íslandi, hvort foreldra skuli fara með forsjá barna eða eitthvað allt annað sem opinberum aðilum ber að ákvarða, fara þeir eftir lögum, skoða aðstæður og atvik hvers máls fyrir sig og byggja ákvörðun sína á þeim. Niðurstaðan fer því aldrei eftir vilja eða orðum eins einstaklings.

Að taka af þér vegabréfið þitt eða önnur skilríki til þess að hefta ferðafrelsi þitt eða svo þú getir ekki gert grein fyrir þér, er refsivert.

i można otrzymać pomoc w kontaktowaniu się z policją, lekarzem i pomocą społeczną. Pobyt dziecka jest darmowy, a te kobiety, które są w stanie zapłacić, opłacają niewielką opłatę. W razie potrzeby możliwa jest pomoc tłumacza.

### Centrum Interwencji Kryzysowej ds. Gwałtu (Neyðarmóttaka vegna nauðgana)

Na Islandii funkcjonują dwa centra kryzysowe ds. gwałtu dla osób pokrzywdzonych przez gwałt, próbę gwałtu lub przemoc seksualną innego rodzaju. Jedno z nich znajduje się w Reykjavíku na izbie przyjęć Krajowego Szpitala Uniwersyteckiego na Fossvogur, a drugie na izbie przyjęć Szpitala Rejonowego w Akureyri (Fjórðungssjúkrahús). Najlepiej jest najpierw zadzwonić i poprosić o pomoc z centrum interwencji kryzysowej.

## Groźby

Osoby stosujące przemoc używają często gróźb, aby tyranizować. Przykładem groźby, którą mężczyzna używający przemocy wobec kobiety obcego pochodzenia jest, że może on jednym telefonem deportować ją z kraju, lub podać policji albo Urzędowi Imigracyjnemu fałszywe informacje lub, że ma znajomych w policji albo Urzędzie Imigracyjnym. Inną powszechną groźbą jest, że mężczyzna uzyska pełną władzę rodzicielską nad ich dzieckiem lub dziećmi, ponieważ kobieta jest obcego pochodzenia lub powie, że jest ona złą matką.

Nie trzeba obawiać się takich gróźb. W sprawach o pozwolenie na pobyt, władzę rodzicielską nad dzieckiem lub inne, w których decyzję podejmuje władza, kierują się one zawsze przepisami prawa. Analizują indywidualnie sytuacje oraz zdarzenia i na tej podstawie budują swoje postanowienie. Wola lub słowa jednej osoby nie mają wpływu na wynik.

Zabranie ci paszportu lub innego dokumentu, aby ograniczyć możliwość podróżowania albo abyś nie mogła się wylegitymować jest karalne.

### Skilnaður

Þú getur fengið skilnað hvort sem maki þinn vill hann eða ekki. Oftast er fyrst gefið leyfi til skilnaðar að borði og sæng og síðan er hægt að fá lögskilnað eftir eitt ár eða sex mánuði ef hjón eru samála um að sækja um lögskilnað þá. Hægt er að sækja um lögskilnað strax ef maki þinn hefur haldið fram hjá þér eða beitt þig eða börn sem búa á heimilinu líkamlegu ofbeldi eða kynferðisofbeldi.

#### a) Sáttavottorð

Ef hjón fara með forsjá barna undir 18 ára aldri þarf að leita sátta hjá presti, eða forstöðumanni löggilts trúfélags ef hjón tilheyra slíkum félögum hér á landi. Ef hjón eru í sitt hvoru trúfélaginu eða ef annað þeirra eða bæði eru ekki í trúfélagi er leitað sátta hjá sýslumanni eða dómara eftir því hvar skilnaðarmálið er til meðferðar. Sáttavottorð mega ekki vera eldri en sex mánaða þegar sótt er um skilnað. Ef hjón eiga engin börn, eða ef börnin eru orðin eldri en 18 ára, þarf ekki sáttavottorð. Í sáttavottorði kemur fram að prestur eða forstöðumaður hafi reynt að sætta hjón en ekki tekist.

#### b) Skilnaðarleyfi útgefið af sýslumanni

Þú sækir um skilnað hjá sýslumanni í því umdæmi sem þú býrð. Til að sýslumaður geti gefið út leyfi til skilnaðar að borði og sæng þurfa hjón að gera skriflegt samkomulag um skiptingu eigna og skulda. Samkvæmt lögum skiptast eignir jafnt milli hjóna við skilnað, nema séreignir (til dæmis vegna kaupmála), en hvort um sig ber ábyrgð á sínum skuldum. Það þýðir að þú tekur bara þær skuldir sem þú ert ábyrg fyrir, til dæmis helming skuldar vegna yfirdráttar á sameiginlegum reikningi, eða helming skuldar vegna sameiginlegs greiðslukorts.

Ef ekki er samkomulag um forsjá, þarf að leggja fram staðfestingu á því að annað hvort hjóna hafi höfðað forsjármál fyrir dómi til að sýslumaður geti gefið út leyfi til skilnaðar að borði og sæng. Nánari upplýsingar er að finna á: [www.syslumenn.is](http://www.syslumenn.is).

### Rozwód

Rozwód uzyskać możesz, kiedy chcesz, bez względu na to czy chce tego twój mąż. Najczęściej najpierw przyznawane jest pozwolenie na separację, a potem możliwy jest rozwód prawny po roku lub po pół roku, jeżeli małżonkowie wspólnie zgadzają się na rozwód prawny. Możliwe jest również natychmiastowe ubieganie się o rozwód prawny, jeżeli małżonek dopuścił się zdrady, stosuje wobec ciebie lub dzieci mieszkających w waszym domu przemoc fizyczną lub seksualną.

#### a) Zaświadczenie pojednania (Sáttavottorð)

Jeżeli małżonkowie starają się o władzę rodzicielską nad dzieckiem poniżej 18 roku życia, muszą zwrócić się o pojednanie do księdza, lub opiekuna legalnej wspólnoty religijnej, jeżeli małżonkowie należą do takiej wspólnoty w kraju. Jeżeli każde z małżonków należy do innej wiary lub kiedy jedno z nich albo oboje są niewierzący, pojednanie mogą uzyskać u naczelnika okręgu lub sędziego w zależności, gdzie sprawa rozwodowa ma się odbyć. Zaświadczenie pojednania nie może być starsze niż 6 miesięcy, w dniu ubiegania się o rozwód. Jeżeli małżonkowie nie mają dzieci lub mają one więcej niż 18 lat, zaświadczenie o pojednaniu nie jest potrzebne. W zaświadczeniu tym ksiądz lub opiekun oświadcza, że dokonano próby pojednania, ale do niego nie doszło.

#### b) Pozwolenie na rozwód wydawane przez naczelnika okręgu (sýslumaður)

O rozwód ubiegasz się u naczelnika okręgu w miejscu zamieszkania. Aby naczelnik mógł wydać pozwolenie na separację, małżonkowie muszą zawrzeć pisemną umowę o podziale dóbr i zobowiązań finansowych. Zgodnie z prawem dobra dzielone są po równo pomiędzy małżonków, poza dobrami prywatnymi (na przykład zawartymi w intercyzie) i każde z nich ponosi odpowiedzialność za swoje długi. Oznacza to, że ponosisz odpowiedzialność jedynie za swoje długi, na przykład połowę długu spowodowanego przez debet na wspólnym koncie, lub połowę długu za wspólną kartę kredytową.

Jeżeli nie ma sprawy o władzę rodzicielską, przedstawić należy potwierdzenie, że jedno z małżonków wniosło sprawę do sądu o wła-

### c) Skilnaður fyrir dómi

Ef annað hjóna mætir ekki til sýslumanns eða neitar að skilja þá þarf að ganga frá málinu fyrir dómstólum. Æskilegra er að ráða lögmann til að flytja málið fyrir dómi (þú mátt flytja málið sjálf). Þá þarf fyrst að liggja fyrir eignaskiptasamningur eða úrskurður héraðsdóms um opinber skipti<sup>1</sup> á búinu, og sér þá skiptastjóri um skiptingu eigna og skulda, ákvörðun lífeyris og svo framvegis. Til að ganga megi frá skilnaði fyrir dómi, þarf að liggja fyrir að búið hafi verið tekið til opinberra skipta. Ef ekki er samkomulag um forsjá barna má reka skilnaðarmálið og forsjármálið sameiginlega.

## Forsjá barna

### Hvað er forsjá?

Ef þú átt börn berðu ábyrgð á velferð þeirra og hefur skyldur gagnvart þeim. Til dæmis ber þér að vernda þau gegn andlegu og líkamlegu ofbeldi. Forsjá þýðir að þú þarft að sjá fyrir öllum þörfum barnsins og taka ákvarðanir eins og hvar barnið á að búa, í hvaða skóla það á að ganga, hvort það lærir á hljóðfæri eða stundar íþróttir svo eitthvað sé nefnt. Forsjánni fylgir að þú þarft að mæta á foreldrafundi í leikskóla og skóla barnsins og þar sem barnið stundar íþróttir, tónlistarnám og svo framvegis. Hjón og sambúðarfólk hafa sameiginlega forsjá<sup>2</sup> og er það einnig meginreglan við skilnað eða sambúðarslit.

### Forsjármál útkljáð fyrir dómi

Meginreglan við skilnað er sameiginleg forsjá. Ef samkomulag næst ekki um forsjá barns verður að höfða dómsmál. Æskilegt er að fá lögmann til að reka málið og flytja það, þó þú megir flytja málið sjálf.

1 Opinber skipti = dómari ákveður að skiptaráðandi skipti bú, til dæmis við skilnað, eða dánarbúi.

2 Sameiginleg forsjá felur í sér rétt og skyldu fyrir báða foreldra til að taka ákvarðanir um persónuleg málefni barns og annast umönnun þess. Barnið á þó aðeins lögheimili hjá öðru foreldrinu. Ef forsjá er sameiginleg þarf samþykki þess foreldris sem barnið á ekki lögheimili hjá, ef fara á með barnið úr landi.

dzę rodzicielską, aby naczelnik okręgu mógł wystawić pozwolenie na separację. Bliższe informacje można znaleźć na: [www.syslumenn.is](http://www.syslumenn.is).

### c) Rozwód sądowy

Jeżeli jedno z małżonków nie zgłosi się do naczelnika okręgu lub odmawia rozwodu, sprawa musi być podana do sądu. Pożądane jest zatrudnienie adwokata, aby występował przed sądem (możesz występować w sprawie sama). Najpierw trzeba przedstawić porozumienie o podziale dóbr lub decyzję sądową o publicznym podziale<sup>1</sup> majątku. Wtedy komornik zajmuje się podziałem dóbr i długów, decyduje o alimentach itp. Żeby złożyć sprawę o rozwód sądowy, należy przedstawić potwierdzenie zgłoszenia sprawy o podział publiczny. Jeżeli nie ma porozumienia o władzę rodzicielską nad dziećmi, zgłosić można równocześnie sprawę rozwodową i o władzę rodzicielską.

## Władza rodzicielska nad dzieckiem (Forsjá barna)

### Kto posiada władzę rodzicielską?

Jeżeli masz dzieci, ponosisz odpowiedzialność za ich bezpieczeństwo i masz względem nich zobowiązania. Na przykład musisz bronić je przed przemocą psychiczną i fizyczną. Władza rodzicielska oznacza, że musisz zaspokoić wszystkie potrzeby dziecka i podejmować decyzje takie jak: gdzie ma mieszkać, do jakiej szkoły chodzić, czy będzie się uczyć gry na instrumencie, lub uprawiać sporty itp. Władza rodzicielska jest związana z uczęszczaniem na wywiadówki do przedszkola i szkoły dziecka oraz tam gdzie dziecko chodzi na zajęcia sportowe, muzyczne itp. Małżonkowie i konkubenci mają wspólną władzę rodzicielską<sup>2</sup> i jest to regulą przy rozwodach i zerwaniu konkubinatu.

### Sprawy władzy rodzicielskiej orzekane przez sąd

Główną zasadą przy rozwodach jest wspólna władza rodzicielska. Jeżeli nie dojdzie do porozumienia o opiekę nad dzieckiem trzeba

1 Podział publiczny= decyzją sądu komornik dokonuje podziału majątku, na przykład przy rozwodach lub spadku.

2 Wspólna władza rodzicielska niesie ze sobą prawa i zobowiązania dla obojga rodziców do podejmowania decyzji o prywatnych sprawach dziecka i zapewnieniu mu bezpieczeństwa. Dziecko ma jednak adres zamieszkania u jednego z rodziców. Jeżeli władza rodzicielska jest wspólna potrzebna jest zgodna na wyjazd z kraju od rodzica, u którego dziecko nie jest zameldowane.

Dómari ákveður hvort foreldra skuli hafa forsjána út frá því sem er best fyrir barnið. Til dæmis skoðar dómari tengsl barnsins við hvort foreldra um sig, hvort foreldra hefur séð meira um daglega umönnun barnsins, hvort foreldra er líklegra að virða rétt barnsins til umgengni við hitt foreldrið og fleira.

### Gjafsókn

Ef deilur vegna skilnaðar eða forsjár barna verða ekki leystar öðru vísi en með dómi er rétt að kanna möguleika á gjafsókn í málinu. Í gjafsókn felst að kostnaður aðila í dómsmáli er greiddur úr ríkissjóði, að hluta eða öllu leyti. Gjafsókn nær þó aldrei til þess kostnaðar sem sá sem tapar málinu getur þurft að bera þegar hann er dæmdur til að greiða málskostnað gagnaðilans. Bæði sá sem höfðar mál og sá sem er stefnt geta sótt um gjafsókn (venjulega sér lögmaður hvors aðila um umsókn til gjafsóknarnefndar). Nánari upplýsingar er að finna á: [www.mcc.is](http://www.mcc.is).

### Umgengnisréttur

Barn á rétt á umgengni við báða foreldra sína þó þeir búi ekki saman. Best er fyrir barnið að foreldrar geri samkomulag um umgengni, það þýðir að þau ákveða saman hve oft og hve lengi barnið dvelji hjá því foreldri sem það býr ekki hjá. Ef ekki næst samkomulag um umgengni er hægt að óska eftir úrskurði sýslumanns.

Algengt er að sýslumaður úrskurði að foreldrið sem barnið býr ekki hjá eða forsjárlausu foreldrið skuli hafa umgengnisrétt við barn sitt aðra hverja helgi, hluta af sumarleyfi og að hluta yfir stórhátíðir og frídaga. Sýslumaður getur þó ákveðið að umgengnisrétturinn skuli vera meiri eða minni eftir aðstæðum í hverju tilfalli.

złożyć sprawę do sądu. Pożądane jest zatrudnienie adwokata, aby występował przed sądem, ale możesz też występować w sprawie sama. Sędzia decyduje, który z rodziców ma posiadać władzę rodzicielską kierując się dobrem dziecka. Sędzia zwraca na przykład uwagę na kontakt dziecka z każdym z rodziców, które z rodziców bardziej opiekuje się dzieckiem, które z rodziców bardziej będzie przestrzegało praw dziecka do spotykania się z drugim rodzicem itp.

### Bezpłatna pomoc prawna (Gjafsókn)

Jeżeli problemy związane z rozwodem lub władzą rodzicielską nie zostaną rozwiązane w inny sposób niż przed sądem, dobrze jest zasięgnąć informacji na temat bezpłatnej pomocy prawnej w sprawie. Przy bezpłatnej pomocy prawnej koszty sprawy sądowej są opłacane częściowo lub w całości z funduszu państwowego. Bezpłatna pomoc prawna nie obejmuje tych kosztów, które powstają po przegraniu sprawy i wtedy, gdy osobie jest zasądzone zapłacenie kosztów drugiej strony. Obie strony oskarżyciel i sądzony mogą ubiegać się o pomoc prawną (z reguły adwokat każdej z osób zajmuje się podaniem do Komisji pomocy prawnej). Bliższe informacje można znaleźć na [www.mcc.is](http://www.mcc.is).

### Prawo do kontaktów (Umgengnisréttur)

Dziecko ma prawo do kontaktów z obojgiem rodziców, chociaż nie mieszkają oni razem. Najlepiej dla dziecka jest, kiedy rodzice sporządzą umowę o kontaktach, co oznacza, że razem decydują jak często i jak długo dziecko przebywa u tego rodzica, u którego nie mieszka. Jeżeli nie uzgodnią umowy o kontaktach, możliwe jest ubieganie się o decyzję naczelnika okręgu.

Ogólnie przyjęte jest, że naczelnik okręgu decyduje, że rodzic, u którego nie mieszka dziecko lub rodzic bez władzy rodzicielskiej ma prawo do kontaktów z dzieckiem, w co drugi weekend, przez część wakacji letnich i przez część dużych świąt i dni wolnych. Naczelnik okręgu może jednak zdecydować, że prawo do kontaktów będzie większe lub mniejsze ze względu na okoliczności w każdym przypadku.

### Dvalarleyfi

Ef vera þín á Íslandi byggir á fjölskyldusameiningu og þú skilur eða slítur sambúð, þá breytast forsendur fyrir skráningu þinni í landið eða leyfi til dvalar. Því er nauðsynlegt fyrir þig að afla þér nánari upplýsinga hjá Útlendingastofnun ([www.utl.is](http://www.utl.is)), Þjóðskrá ([www.fmr.is](http://www.fmr.is)), Fjölmenningarsetri ([www.mcc.is](http://www.mcc.is)) eða Kvennaráðgjöfinni ([www.kvennaradgjofin.is](http://www.kvennaradgjofin.is)).

Ef þú ert ríkisborgari landa Afríku, Norður- eða Suður-Ameríku, Asíu, Ástralíu og Eyjaálfu eða Evrópulanda utan EES/EFTA og slítur hjúskap eða sambúð vegna þess að þú eða barn þitt hefur sætt misnotkun eða ofbeldi í sambandinu, er undanþáguheimild í Útlendingalögunum til að framlengja fjölskyldusameiningarleyfi. Til að þú getir sýnt fram á að ofbeldið hafi átt sér stað er afar brýnt að leita til lögreglu, bráðamóttöku eða læknis, sem skráir öll tilvik hjá sér. Einnig er hægt kalla til vitni og mikilvægt er að varðveita öll sönnunargögn sem máli skipta, til dæmis tölvupósta/sms með hótunum.

Litið er til margra þátta áður en ákvörðun um dvalarleyfi er tekin, meðal annars lengdar hjúskapar eða sambúðar og tengsla þinna við landið. Dvalartími þinn á landinu skiptir máli varðandi tengsl við landið og einnig ef þú átt barn hér á landi sem stundar nám í skóla. Einnig skiptir máli hvort þú takir þátt í félagsstarfi, átt hér nána ættingja og svo framvegis. Ef aðstæður í heimalandi þínu eru þannig að fráskildar konur verða fyrir aðkasti eða ofsóknum þá skiptir það máli. Önnur atriði skipta líka máli, en hvert tilvik er skoðað fyrir sig.

Heimasíða Útlendingastofnunar er: [www.utl.is](http://www.utl.is).

### Pozwolenie na pobyt (Dvalarleyfi)

Jeżeli twój pobyt na Islandii opiera się na zasadzie łączenia rodziny, a ty rozwodzisz się lub zrywasz konkubinát, zmieniają się wtedy przesłanki twojego pobytu w kraju lub pozwolenia na pobyt. Dlatego bardzo ważne jest, aby zasięgnąć bliższych informacji w Urzędzie Imigracyjnym ([www.utl.is](http://www.utl.is)), Rejestrze narodowym ([www.fmr.is](http://www.fmr.is)), Centrum Kultury i Informacji ([www.mcc.is](http://www.mcc.is)) lub Poradni dla Kobiet ([www.kvennaradgjofin.is](http://www.kvennaradgjofin.is)).

Jeżeli jesteś obywatelką państw Afryki, Ameryki Północnej lub Południowej, Azji, Australii i Oceanii lub państw Europy spoza obszaru EWG/EFTA i rozwodzisz się lub zrywasz konkubinát, dlatego, że ty i twoje dziecko doświadczyliście maltretowania lub przemocy w związku, wyjątkowo przyznawane jest przez Urząd Imigracyjny przedłużenie pozwolenia z powodów łączenia rodziny. Abyś mogła udowodnić, że przemoc miała miejsce konieczny jest kontakt z policją, izbą przyjęć lub lekarzem, którzy zarejestrują wszystkie zgłoszenia. Możliwe jest również wezwanie świadków i ważne jest zabezpieczenie wszystkich dowodów w sprawie, na przykład: e-maile/smsy zawierające groźby.

Analizuje się różne kwestie, zanim decyzja o pozwoleniu na pobyt zostaje podjęta. Są to między innymi długość małżeństwa lub konkubinátu, twój związek z krajem. Czas pobytu w kraju ma znaczenie, ze względu na twój związek z krajem, jak również czy masz dziecko, które się tu uczy w szkole. Znaczenie ma również czy bierzesz udział w pracach społecznych, masz tu bliską rodzinę itp. Jeżeli sytuacja w twojej ojczyźnie stawia rozwiedzioną kobietę w niebezpieczeństwie lub jest ona prześladowana, wtedy ma to również znaczenie. Wszystkie okoliczności są istotne, a każda sprawa jest rozpatrywana indywidualnie.

Strona internetowa Urzędu Imigracyjnego: [www.utl.is](http://www.utl.is)

### Meðlagsgreiðslur

#### a) Samkomulag og úrskurðir um meðlag

Einstætt foreldri á rétt á greiðslu meðlags frá hinu foreldrinu þar til barn nær 18 ára aldri. Við skilnað er oftast gert samkomulag um meðlag og það staðfest af sýslumanni. Tryggingastofnun ríkisins sér um meðlagsgreiðslur og þær hefjast þegar stofnunin hefur fengið eintak af meðlagsúrskurði eða skilnaðarleyfisbréfi frá sýslumanni. Í flestum tilfellum þarf fólk sjálft að sjá um að koma þeim skjölum þangað.

Ef foreldri neitar að greiða meðlag eða ef foreldrar eru ekki samála um fjárhæð meðlagsins getur forsjárforeldrið eða foreldrið sem barnið á lögheimili hjá, ef forsjá er sameiginleg, krafist þess að sýslumaður kveði upp úrskurð um meðlagsgreiðslur.

#### b) Aukið meðlag, menntunarförlag og sérstök förlög

Ef meðlagsskylda foreldrið hefur mun hærra tekjur en hitt, þá er hægt að fara fram á aukið meðlag, til dæmis tvöfalt. Sýslumaður úrskurðar um meðlagið og tekur mið af skattförlögum foreldra, launaseðlum og aðstæðum hvors um sig. Ef fallist er á aukið meðlag þarf foreldrið sjálft að innheimta það af meðlagsskylda foreldrinu. Auk mánaðarlegs meðlags með barni skal meðlagsskyld foreldri leggja fram sérstök förlög vegna útgjalda við skírn barns og fermingu eða vegna sjúkdóms eða af öðrum sérstökum ástæðum. Barn getur gert kröfu um förlag til menntunar frá meðlagsskyldu foreldri fram til 20 ára aldurs.

#### c) Bráðabirgðaúrskurður um meðlag

Á meðan deila foreldra um forsjá barns er óleyst getur það foreldri, sem barnið dvelur hjá, óskað eftir að sýslumaður kveði upp bráðabirgðaúrskurð um meðlagsgreiðslur. Sá úrskurður gildir þar til endanlegur meðlagsúrskurður er kveðinn upp.

Upplýsingar um meðlag og meðlagsgreiðslur eru á vef Tryggingastofnunar: [www.tr.is](http://www.tr.is).

### Alimenty (Meðlagsgreiðslur)

#### a) Porozumienia i decyzje o alimentach

Samotny rodzic ma prawo do otrzymywania alimentów od drugiego do czasu kiedy dziecko osiągnie wiek 18 lat. Przy rozwodzie zawierane jest najczęściej porozumienie o alimentach, które jest potwierdzone przez naczelnika okręgu. Państwowy Zakład Ubezpieczeń Społecznych wypłaca alimenty od momentu otrzymania kopii orzeczenia o alimentach lub pozwolenia na rozwód od naczelnika okręgu. W większości przypadków trzeba samemu dostarczyć tam dokumenty.

Jeżeli rodzic odmawia płacenia alimentów lub rodzice nie zgadzają się, co do wysokości alimentów, rodzic opiekun lub ten rodzic, u którego mieszka dziecko, przy wspólnej władzy rodzicielskiej, może wnieść do naczelnika okręgu o wypłatę alimentów.

#### b) Dodatkowe alimenty, dodatek na edukację lub dodatki specjalne

Jeżeli rodzic płacący alimenty ma dużo wyższe zarobki niż drugi, możliwe jest wtedy ubieganie się o podwyższenie alimentów, na przykład podwojenie. Naczelnik okręgu wydaje decyzję o alimentach, a opiera ją na sprawozdaniach podatkowych, odcinkach wypłaty i okolicznościach. Jeżeli podjęta zostaje decyzja o podwyższeniu alimentów rodzic sam musi wygzekwować opłaty od drugiego rodzica zobowiązanego do płacenia. Dodatkowo do miesięcznych alimentów na dziecko rodzic zobowiązany jest do finansowania specjalnych uroczystości jak chrzest dziecka, bierzmowanie, koszty leczenia lub inne szczególne wydarzenia. Dziecko może domagać się o dodatek na naukę od rodzica zobowiązanego do wypłaty alimentów do 20 roku życia.

#### c) Decyzja tymczasowa o alimentach

W czasie, gdy rodzice są w trakcie uzgadniania porozumienia o władzy rodzicielskiej nad dzieckiem, ten rodzic, u którego mieszka dziecko, może ubiegać się u naczelnika okręgu o tymczasową decyzję o alimentach. Obowiązuje ona do czasu podjęcia końcowej decyzji o alimentach.

Informacje o alimentach i wypłacie alimentów są na stronie Zakładu Ubezpieczeń Społecznych: [www.tr.is](http://www.tr.is).

### Barnabætur

Barnabætur eru greiðslur til barnafólks, sem eru greiddar út fjórum sinnum á ári. Einstæðir foreldrar fá hærri barnabætur en hjón, en tekið er tillit til tekna foreldra eða forsjáaraðila við útreikning barnabóta. Barnabætur eru greiddar vegna barna að 18 ára aldri og út árið sem þau verða 18 ára. Eftir skilnað fær það foreldra sem barnið á lögheimili hjá barnabæturnar. Þar til skilnaður liggur fyrir er barnabótafyrirkomulag óbreytt.

Ríkisborgarar EES ríkja sem vinna hér á landi geta átt rétt á barnabótum með börnum sem eru á þeirra framfæri og eru búsett í öðru EES ríki. Sækja þarf sérstaklega um þær bætur. Upplýsingar um barnabætur og umsóknareyðublöð eru á vef Ríkisskattstjóra: [www.rsk.is](http://www.rsk.is).

### Fjárhagsaðstoð

Ef þú getur ekki séð fyrir þér eða fjölskyldu þinni, getur þú leitað aðstoðar hjá félagsþjónustu þíns sveitarfélags. Þú getur einnig óskað eftir fjárhagsaðstoð vegna tímabundinna erfiðleika, til dæmis skilnaðar, atvinnuleysis (einnig ef þú átt ekki rétt á atvinnuleysisbótum).

Tímabundin aðstoð hefur ekki áhrif á framlengingu dvalarleyfis.

### Húsaleigubætur

Þú getur sótt um húsaleigubætur hjá félagsþjónustum sveitarfélaga. Hvort húsaleigubætur fáist greiddar fer eftir leiguupphæð, tekjum og fjölskyldustærð. Upplýsingar um húsaleigubætur er að finna í bæklingnum Fyrstu skrefin á Íslandi, hjá félagsþjónustu sveitarfélaganna og félags- og tryggingamálaráðuneytinu, [www.felagsmalaraduneyti.is](http://www.felagsmalaraduneyti.is).

### Zasiłek rodzinny (Barnabætur)

Zasiłek rodzinny to płatności dla osób mających dzieci, które są wypłacane cztery razy w roku. Samotni rodzice otrzymują wyższy zasiłek niż małżeństwa. Przy obliczaniu zasiłku zwraca się uwagę na dochody rodziców lub opiekunów prawnych. Zasiłek rodzinny jest wypłacany na dzieci do 18 roku życia do końca roku, w którym osiągną wiek 18 lat. Po rozwodzie ten rodzic, u którego mieszka dziecko otrzymuje zasiłek rodzinny. Do czasu zakończenia sprawy rozwodowej, wypłaty pozostają bez zmian.

Obywatele państw UE pracujący tutaj, posiadają prawo do zasiłku rodzinnego względem dzieci z nimi spokrewnionymi, które mieszkają w innym państwie UE. Należy ubiegać się o taki zasiłek indywidualnie. Informacje o zasiłku rodzinnym i formularze znajdują się na stronie Naczelnika Urzędu Podatkowego: [www.rsk.is](http://www.rsk.is).

### Pomoc finansowa

Jeśli nie jesteś w stanie utrzymać siebie lub swojej rodziny, możesz szukać pomocy w centrum pomocy społecznej w swojej gminie. Możesz ubiegać się o pomoc finansową z powodu czasowych trudności, na przykład rozwodu, bezrobocia (również, jeżeli nie masz prawa do zasiłku dla bezrobotnych).

Pomoc czasowa nie ma wpływu na przedłużenie pozwolenia na pobyt.

### Dodatek do wynajmu (Húsaleigubætur)

Możesz ubiegać się o dodatek do wynajmu w centrum pomocy społecznej w twojej gminie. Czy dodatek do wynajmu zostanie przyznany zależy od wysokości czynszu, zarobków i wielkości rodziny. Informacje o dodatku do wynajmu można znaleźć w broszurze „Pierwsze kroki na Islandii” w centrum pomocy społecznej w gminie oraz Ministerstwie ds. Socjalnych i Ubezpieczeń, [www.felagsmalaraduneyti.is](http://www.felagsmalaraduneyti.is).

### Nánari upplýsingar

[www.kvennaathvarf.is](http://www.kvennaathvarf.is) Kvennaathvarfið, sími: **561-1205** (opið allan sólarhringinn). Athvarf fyrir konur og börn sem flýja að heiman vegna andlegs eða líkamlegs ofbeldis eiginmanns, sambýlismanns eða annarra heimilismanna. Athvarfið er einnig fyrir konur sem hafa orðið fyrir nauðgun.

[www.stigamot.is](http://www.stigamot.is) Stígamót, Hverfisgötu 115, sími: **562-6868**, eru ráðgjafarmiðstöð fyrir fórnarlömb kynferðisofbeldis og upplýsingamiðstöð um kynferðisofbeldi.

[www.kvennaradgjofin.is](http://www.kvennaradgjofin.is) Kvinnaráðgjöfin, Túngötu 14, sími: **551-1550**. Ókeypis félags- og lögfræðiráðgjöf fyrir konur. Opið á fimmtudögum frá kl. 14-16 og á þriðjudagskvöldum frá kl. 20-22.

[www.karlaratilabyrgdar.is](http://www.karlaratilabyrgdar.is) Karlar til ábyrgðar, sími: **555-3020**. Sérhæft meðferðaúrræði fyrir karla sem beita ofbeldi á heimilum. Um er að ræða einstaklingsmeðferð og hópmeðferð hjá sálfræðingum.

[www.utl.is](http://www.utl.is) Útlendingastofnun, Skógarhlíð 6, sími **510-5400**. Þar eru upplýsingar um tegundir dvalarleyfa, skilyrði fyrir veitingu þeirra og fleiri réttindi.

[www.mcc.is](http://www.mcc.is) Fjölmenningssetur, Árnagötu 2-4, Ísafirði, símar: **450-3090** (íslenska/enska), **470-4702** (taíenska), **470-4705** (spænska), **470-4706** (litháíska), **470-4707** (rússneska), **470-4708** (pólska), **470-4709** (serbneska/króatíska). Hjá Fjölmenningssetri má fá upplýsingar um flest er varðar innflytjendamál, íslenskt samfélag, íslenskukennslu, réttindi og skyldur, túlka- og þýðingarþjónustur og fleira.

[www.jafnretti.is](http://www.jafnretti.is) Jafnréttisstofa. Þar er að finna upplýsingar um jafnrétti kynja.

[www.felagsmalaraduneyti.is/malaflokkar](http://www.felagsmalaraduneyti.is/malaflokkar) Þar eru ýmsar upplýsingar um innflytjendur og innflytjendamál.

### Dokładne informacje

[www.kvennaathvarf.is](http://www.kvennaathvarf.is) Schronisko dla Kobiet, telefon: **561-1205** (otwarte całą dobę). Schronisko dla kobiet i dzieci, które uciekły z domu z powodu psychicznej lub fizycznej przemocy męża, konkubenta lub innych domowników. Schronisko przeznaczone jest również dla kobiet zgwałconych.

[www.stigamot.is](http://www.stigamot.is) Stígamót, ul. Hverfisgata 115, telefon: **562-6868**, centrum poradnictwa dla ofiar przemocy seksualnej i centrum informacyjne o przemocy seksualnej.

[www.kvennaradgjofin.is](http://www.kvennaradgjofin.is) Poradnia dla Kobiet, ul. Túngata 14, telefon: **551-1550**. Darmowe poradnictwo społeczne i prawne dla kobiet. Godziny otwarcia w czwartki od 14-16 i we wtorki wieczorem od 20-22.

[www.karlaratilabyrgdar.is](http://www.karlaratilabyrgdar.is) Mężczyźni ponoszą odpowiedzialność, telefon: **555-3020**. Specjalistyczny ośrodek terapeutyczny dla mężczyzn, którzy stosują przemoc domową. Możliwość terapii indywidualnej i grupowej z psychologiem.

[www.utl.is](http://www.utl.is) Urząd Imigracyjny, ul. Skógarhlíð 6, telefon: **510-5400**. Informacje o rodzajach pozwolenia na pobyt, wymagania do ich otrzymania oraz inne prawa.

[www.mcc.is](http://www.mcc.is) Centrum Kultury i Informacji, ul. Árnagata 2-4, Ísafjörður, telefony: **450-3090** (islandzki/angielski), **470-4702** (tajlandzki), **470-4705** (hiszpański), **470-4706** (litewski), **470-4707** (rosyjski), **470-4708** (polski), **470-4709** (serbski/chorwacki). W Centrum Kultury i Informacji uzyskać można informacje o większości spraw dotyczących emigrantów, islandzkiego społeczeństwa, nauki islandzkiego, prawach i obowiązkach, usług tłumaczeniowych i inne.

[www.jafnretti.is](http://www.jafnretti.is) Centrum ds. Równości Płci. Tu znaleźć można informacje o równości płci.

[www.felagsmalaraduneyti.is/malaflokkar](http://www.felagsmalaraduneyti.is/malaflokkar) Tu znajdują się informacje o emigrantach i sprawach z nimi związanymi.

## Réttur þinn

Mikilvægar upplýsingar fyrir erlendar konur á Íslandi

[www.rsk.is](http://www.rsk.is) Ríkisskattstjóri, sími: **563-1100**. Þar er að finna ýmsar upplýsingar um skattamál, barnabætur, vaxtabætur, persónuafslátt og framtalseyðublöð á nokkrum tungumálum (ensku, dönsku, finnsku, norsku, sænsku, frönsku, spænsku, þýsku, pólsku og rússnesku).

Símar Neyðarmóttöku vegna nauðgana í Fossvogi:

**543-1000** – aðalskiptiborð Landspítala **543-2000** – afgreiðsla bráðadeildar í Fossvogi – **543-2094** – Neyðarmóttakan á dagvinnutíma **543-2085** – Áfallamiðstöð LSH

Sími neyðarmóttöku á Akureyri:

**463-0800**

**Einnig veitir félagsþjónustan í þínu sveitarfélagi ýmsa ráðgjöf og aðstoð.**

**Neyðarsími lögreglu er 112**

## Twoje prawa

ważne informacje dla cudzoziemców na Islandii

[www.rsk.is](http://www.rsk.is) Urząd Podatkowy, telefon: **563-1100**. Tu znaleźć można różne informacje o sprawach podatkowych, zasiłku rodzinnym, zwrocie od odsetek, ulgach podatkowych i formularze rozliczenia podatkowego w kilku językach (angielskim, duńskim, fińskim, norweskim, szwedzkim, francuskim, hiszpańskim, niemieckim, polskim oraz rosyjskim).

Numery telefonów do Centrum Interwencji Kryzysowej ds. Gwałtu w Fossvogur:

**543-1000** – centrala telefoniczna Szpitala Krajowego **543-2000** – recepcja izby przyjęć na Fossvogur – **543-2094** – Centrum Interwencji Kryzysowej w ciągu dnia pracy **543-2085** – Centrum Pomocy po Traumatyzacji LSH

Numer telefonu do Centrum Interwencji Kryzysowej w Akureyri:

**463-0800**

**Pomoc społeczna w twojej gminie udziela również różnorodnych porad i pomocy.**

**Policijny telefon alarmowy 112**

Ef þú getur svarað einhverri af þessum spurningum játandi er hættu á að þú sért í ofbeldissambandi:

### Á eitthvað af neðantöldu við um maka þinn?

- Óttastu hann undir einhverjum kringumstæðum?
- Er hann uppstökkur, skapbráður og/eða fær bræðiköst?
- Verður hann auðveldlega reiður undir áhrifum áfengis?
- Reynir hann að koma í veg fyrir að þú farir þangað sem þú vilt fara eða að þú stundir vinnu, skóla eða áhugamál?
- Fylgist hann með þér hvar og hvenær sem er?
- Ásakar hann þig sífellt um að vera sér ótrú?
- Gagnrýnir hann þig, vini þína og/eða fjölskyldu?
- Ásakar hann þig stöðugt – ekkert sem þú gerir er rétt eða nógu vel gert?
- Segir hann að „eitthvað sé að þér“, þú sért jafnvel „geðveik“?
- Gerir hann lítið úr þér fyrir framan aðra?
- Hefur hann yfirráð yfir fjármálum ykkar og krefst skýringa á hverri krónu?
- Eyðileggur hann persónulegar eigur þínar af ásettu ráði?
- Hrópar/öskrar hann á þig eða börnin?
- Ógnar hann þér með svipbrigðum, hreyfingum eða bendingum?
- Hótar hann að skaða þig, börnin eða aðra þér nákomna?
- Þvingar hann þig til kynlífs?
- Hefur hann ýtt við þér, hrint þér, slegið til þín eða slegið/barið þig eða börnin?“

Jeżeli twoja odpowiedź na któreś z tych pytań jest twierdząca, istnieje niebezpieczeństwo, że w twoim związku jest przemoc:

### Czy któreś z poniżej wymienionych zdań dotyczy twojego partnera?

- Czy boisz się go w niektórych okolicznościach?
- Czy jest on wybuchowy, łatwo wpadający w złość i/lub ma napady złości?
- Czy łatwo się denerwuje pod wpływem alkoholu?
- Czy stara ci się uniemożliwić chodzić gdzie chcesz albo chodzić do pracy, szkoły lub rozwijać twoje zainteresowania?
- Czy ciągle cię obserwuje?
- Czy oskarża cię wciąż o niewierność?
- Czy krytykuje cię, twoich przyjaciół i/lub rodzinę?
- Czy oskarża cię ciągle – nic nie robisz dobrze albo wystarczająco dobrze?
- Czy mówi do ciebie „coś z tobą jest nie tak”, że jesteś „nienormalna“?
- Czy poniża cię przed innymi?
- Czy ma władzę nad waszymi sprawami finansowymi i domaga się wytłumaczenia wydatku każdej korony?
- Czy niszczy specjalnie twoje rzeczy osobiste?
- Czy krzyczy/wrzeszczy na ciebie lub dzieci?
- Czy grozi ci wyrazem twarzy, ruchami lub gestami?
- Czy grozi ci, że skrzywdzi cię, dzieci lub kogoś tobie bliskiego?
- Czy zmusza cię do odbywania stosunków seksualnych?
- Czy popchnął cię, odepchnął, wygrażał rękoma lub uderzył/pobił cię lub dzieci?

**Znanych jest wiele przypadków podstępnego postępowania mężczyzn w stosunku do swoich kobiet obcego pochodzenia, aby mieć nad nimi władzę, wykorzystać /maltretować. Poniżej przedstawiono kilka przykładów oszustw stosowanych przez mężczyzn, które wyniknęły z rozmów między kobietami – ofiarami a doradcą ds. imigrantów:**

- Czy kobiety na Islandii muszą być posłuszne bezgranicznie mężom? **Odpowiedź:** Nie, to nieprawda. Kobiety i mężczyźni są równi, żadne nie rządzi drugim.
- Czy kobieta oddaje mężczyźnie całą swoją wypłatę? **Odpowiedź:** Nie, to nieprawda. Ty masz swoją wypłatę i wpłacasz jej część na gospodarstwo domowe, tak jak twój mąż. To zależy od waszych zarobków, środków i sytuacji, jak dużą część wypłaty przeznaczysz na wydatki na dom.
- Czy prawdą jest, że po rozwodzie ojciec uzyskuje władzę rodzicielską nad dziećmi? **Odpowiedź:** Nie, to nieprawda. Główną zasadą przy rozwodach jest wspólna władza rodzicielska, jeżeli są inne przesłanki sprawa jest rozpatrywana. Wynik zależy od okoliczności sprawy.
- Czy jest zwyczajem na Islandii, że kobiety chodzą po domu nago lub w bieliźnie? Bez względu na to czy znajomi męża przychodzą z wizytą? **Odpowiedź:** Nie, to nieprawda. Kobiety ubierają się w to, co chcą zarówno w domu jak i poza nim.
- Czy jest to zwyczaj na Islandii, że kobiety śpią ze znajomymi swojego męża? **Odpowiedź:** Nie, to nieprawda. Ty decydujesz o swoim ciele, a nie twój mąż.
- Czy mąż ma prawo do uprawiania seksu, kiedy chce i niezależnie od okoliczności? **Odpowiedź:** Nie, to nieprawda. On ma prawo do uprawiania seksu z tobą jedynie, kiedy ty również tego chcesz.
- Mąż zmusza mnie do prostytucji; czy pójdę do więzienia i/lub będę wyrzucona z kraju jak się to wyda? **Odpowiedź:** Nie. Prostytucja nie jest karalna dla kobiety, ale jest karalne korzystanie z niej lub pośredniczenie w prostytucji. Nigdy nie będziesz ukarana, ale twój mąż i ci, którzy z prostytucji korzystali. Nie musisz się również obawiać wydalenia z kraju z tego powodu.