

# Réttur þinn

Mikilvægar upplýsingar  
fyrir erlendar konur  
á Íslandi

# Your rights

Important information for  
foreign women in Iceland



Íslenska



Enska

Bæklingur þessi er útgefinn af Jafnréttisstofu og styrktur af Progress áætlun Evrópusambandsins. Hann er ætlaður erlendum konum á Íslandi og öðrum sem vilja fræðast um jafnrétti á Íslandi, réttindi og skyldur. Texti bæklingins er unninn af Stígamótum í samvinnu við Jafnréttisstofu, velferðarráðuneytið, Útlendingastofnun, Samtök kvenna af erlendum uppruna, lögregluna á Höfuðborgarsvæðinu, Reykjavíkurborg, Kvennaathvarfið og Fjölmenningarsetur. Prentun annarrar útgáfu var styrkt af innanríkisráðuneyti, Jafnréttisráði og Innflytjendaráði.

Önnur útgáfa 2014.



© Jafnréttisstofa

Borgum við Norðurslóð - 600 Akureyri

Sími: 460 6200 - Fax: 460 6201

Netfang: jafnretti@jafnretti.is - Vefslóð: www.jafnretti.is

Reykjavík 2014

Hönnun/prentun: Oddi, umhverfisvottuð prentsmiðja



ISBN 978-9935-428-13-4

ISBN 978-9935-428-14-1

ísl-enska, pr. útg. (2. útg.)

ísl-enska, rafr. útg. (2. útg.)

This pamphlet is published by the Centre for Gender Equality and sponsored by the Progress programme of the European Union and the Development Fund on Immigration Issues. It is intended for foreign women in Iceland and others who are interested in learning about equality, rights and duties in Iceland. The text is prepared by Stígamót-Education and Counseling Center for Survivors of Sexual Abuse and Violence in cooperation with the Centre for Gender Equality, the Icelandic Human Rights Center, the Ministry of Welfare, the Directorate of Immigration, Women of Multicultural Ethnicity Network, the police department in the capital area, the City of Reykjavík, the Women's Shelter and the Multicultural and information Centre.

Second edition 2014.

## 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, mansal, skilnað, 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.

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 laununum þínum og færð persónuafslátt á móti.

## Introduction

This pamphlet contains useful information regarding the Icelandic justice system and Icelandic society. It addresses issues such as equal rights and gender equality, residence permits, trafficking in human beings, divorce, custody issues, issues regarding rights of access, financial issues, violence and threats in intimate relationships and threats. It also contains references to further information for assistance, for instance addresses, telephone numbers and websites for various institutions and organisations.

## Gender equality – equality for all

All individuals in Iceland have the same rights and bear the same duties according to law. That applies irrespective of gender, skin colour, race, nationality, origins, religion, opinions, financial status, lineage, sexuality, disability or any other status. This entails the right to control your own life and body, to earn your own income and a duty to provide for your family, care for your children, and participate in society.

Men and women are equals, also within marriage.

## Financial issues

All individuals, 18 years or older, are financially competent. That means that you should have control of your own income and assets, can have a bank account in your name over which you have control and is inaccessible to others. You decide in which bank you have an account.

Do not sign any documents before receiving information on their contents by an impartial person and you know what obligations the signature entails.

According to the law, your salary is deposited into your private bank account and you should receive a pay slip each time your salary is paid. You pay taxes and receive personal tax credit in return.

Stundum kemur fólk til landsins fyrir milligöngu annars aðila sem krefur síðan um greiðslu skuldar þess vegna, oft með háum vöxtum. Ef þú ert í þeirri stöðu skaltu leita ráðgjafar, t.d. hjá ráðgjöfum Reykjavíkurborgar eða í lögfræðiráðgjöf fyrir innflytjendur hjá Mannréttindaskrifstofu Íslands. Að gera fólki upp skuld og neyða það til að vinna upp í skuldina er dæmi um mansal.

## Hjónaband

Bæði karlar og konur hafa rétt á að velja sér maka og ráða því makavali 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. Hjónabandi fylgja ýmis réttindi s.s. samsköttun og erfðaréttur.

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.

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 Mannréttindaskrifstofu Íslands ([www.humanrights.is](http://www.humanrights.is)), Kvænnaathvarfinu ([www.kvennaathvarf.is](http://www.kvennaathvarf.is)), Kvennaráðgjöfinni ([www.kvennaradgjofin.is](http://www.kvennaradgjofin.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.

Sometimes people come to this country through an intermediary who provides a residence permit and then demands a debt to be paid, often with high interest. If you're in this situation, or a similar one, please seek counselling, with the Reykjavík City counsellors for immigrants or at the Icelandic Human Rights Centre that provides legal counselling for immigrants. To assign someone a debt and make him/her work it off is an indication of human trafficking.

## Marriage

Both women and men have the right to choose who they wish to marry, they decide for themselves who their future spouse will be. No one may be forced into marriage. Co-habitation is also an option, to live together without getting married. Gay (LGBT) partners have equal rights to heterosexuals as regards marriage. Various rights are established by marriage, such as joint taxation and inheritance rights.

Husband and wife both make decisions regarding family affairs and neither is in control over the other. They both have duty to support each other financially, which means that both parties should contribute towards the household and other shared expenses. If either one of the spouses does not have money for special needs such as medicine, cosmetics, clothes or other items, the other should provide money for it. The contribution to the household does not need to be in the form of money. Work within the household or other support to the family is also a contribution. The spouse that can contribute money, shall contribute a suitable amount for the household, needs of the children and special needs, based on capability and circumstances.

It is punishable by Icelandic law to force a person, whether it is a man or a woman, to marry. If you have been forced to marry or are trying to break free from a forced marriage, you can receive guidance and assistance from the Icelandic Human Rights Centre ([www.humanrights.is](http://www.humanrights.is)), the Women's shelter ([www.kvennaathvarf.is](http://www.kvennaathvarf.is)), the Women's Counseling ([www.kvennaradgjofin.is](http://www.kvennaradgjofin.is)), the Multicultural and information Centre ([www.mcc.is](http://www.mcc.is)) and social services in your municipality. The same applies if you are subjected to violence by your spouse/cohabiting partner/boyfriend. See more in the section on violence.

## Sambúð

Á Íslandi getur fólk skráð sig í sambúð og notið ýmsa réttinda sem því fylgja s.s. samsköttun. 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 sambúðarlok. 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 upphafi 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.

## Pungun

Ef þú átt von á barni þá ferðu í mæðraskoðun á næstu heilsugæslustöð eða heilbrigðisstofnun þar sem þú býrð, þá fyrstu venjulega í kringum 10.-12. viku meðgöngutímans. Gott er að hringja og bóka bóka tíma fljótlega eftir að þungun kemur í ljós. Ef einhverjar spurningar eru eða þörf er á ráðgjöf varðandi meðgönguna er hægt að fá viðtal fyrr við lækni eða ljósmóðir. Mæðraskoðunin er 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

## Cohabitation

In Iceland, partners may register their co-habitation and derive various rights, such as joint taxation, from the registration. When people live together, they each own the assets which they are registered for and common assets are divided between them when the cohabitation ends. If one of the persons is registered as the owner of all assets, the other person can make a claim for a share of the assets gained during the period of cohabitation. This means that an assessment is made of the contribution of each partner to the assets gained during the period of cohabitation. If the contribution has been equal, it is likely that a judge will rule that the assets are to be divided equally between the parties. Otherwise the assets are divided proportionally between the parties, and the judge then bases his decision on an assessment of the assets the parties owned at the beginning of cohabitation and their wages and the assets accumulated during the cohabitation period. If either of the cohabiting spouses dies, the other one does not have inheritance rights over his assets.

If a cohabiting couple has a child or children together, then joint custody is the main rule at the end of cohabitation, same as in the case of a divorce. If there is not an agreement on custody, the case needs to be taken to court. See further: section on custody.

## Pregnancy

If you are expecting a child, you go for a prenatal examination at your nearest health clinic or health institution, the first one usually around the 10-12th weeks of pregnancy. It is advisable to call to make an appointment soon after you become aware of the pregnancy. If you have any questions or need counselling regarding the pregnancy you can get an appointment with a doctor or a midwife. The prenatal examination is free of charge.

If you become pregnant and you do not wish to have a child, you may request an abortion. The request is approved based on applicable social or medical reasons. A doctor performs an abortion at a hospital. Women, who want to have an abortion, need to discuss it with a doctor and a social worker, fill out an application and have a medical examination. It is free of charge if you are registered into the Icelandic

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. Fóstureyðing er ekki framkvæmd eftir 12. viku nema í undantekningartilfellum.

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 nánum samböndum, kynferðisofbeldi, vændi og mansal

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 ástarsambandi er refsiverð. Maki þinn á ekki rétt á kynmökum hvenær og hvernig sem stendur á, heldur aðeins ef þú vilt það líka. Sama gildir að sjálfsögðu almennt, óháð því hver beitir kynferðisofbeldinu. Stígamót ([www.stigamot.is](http://www.stigamot.is), sími 562 6868) veita þolendum kynferðisofbeldis ráðgjöf og stuðning.

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.

medical system (which occurs after having legal residence in Iceland for 6 months, or if you are an EEA citizen and have presented a valid certificate from your home country, e.g. E-104). An abortion should be performed as soon as possible. An abortion is only carried out after the 12<sup>th</sup> week of pregnancy if exceptional circumstances apply.

You have the right to your own body. Therefore you decide when or if you want to have a child, or if you want to use contraception to prevent pregnancy. You can get information on contraceptives from your family doctor or a healthclinic.

During pregnancy, violence that is already present in a relationship can increase. It also occurs that men become abusive when a woman is pregnant. Your midwife, a nurse or a doctor can give you advice and assistance regarding violence during maternal examination.

## Violence in intimate relationships, sexual violence, prostitution and human trafficking

Violence is punishable by law, regardless who the abuser is or who the victim is.

If there is suspicion of physical, psychological or sexual violence against a child, everyone is obligated to inform by calling 112.

Rape and sexual abuse in a marriage, cohabitation or in an intimate relationship is punishable by law. Your spouse is not entitled to sexual intercourse whenever and whatever the situation, it depends on your consent. Obviously, the same applies in general, regardless of who the perpetrator is. Stígamót ([www.stigamot.is](http://www.stigamot.is), tel: 5626868) offer counselling and support to victims of sexual violence.

If you are in an abusive relationship you can go to the Women's Shelter (telephone 561-1205) or the police (telephone 112). It is important to call the police and go to the emergency ward or to a doctor. This may be of importance for the extension of a residence permit after a divorce, as all cases are registered. See the section on residence permits.

Kvennaathvarfið 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 Kvennaathvarfsins ef þú hefur orðið fyrir andlegu ofbeldi eða hótunum um ofbeldi. Í Kvennaathvarfinu er boðið upp á viðtöl og þar færðu aðstoð við að leita til lögreglu, læknis og félagsþjónustu. Dvöl fyrir börn er ókeypis en þær konur sem geta borgað greiða smávægilega fjárhæð. Fengin er aðstoð túlks ef þess þarf.

Samkvæmt íslenskum lögum er ekki refsivert að stunda vændi, en það er refsivert að kaupa vændi og hafa milligöngu um það. Kona sem hefur verið í vændi þarf ekki að óttast refsingu. Ef bágar aðstæður einstaklings hafa leitt til þess að hann stundar vændi eða aðra kynlífsþjónustu, eða nauðungar- eða þrælavinnu og annar aðili/aðilar hagnýta sér einstaklinginn þá er það mansal. Mansal er verslun með fólk með ábata að markmiði til að svara eftirspurn t.d. eftir konum til starfa á kynlífsmarkaði.

### Neyðarmóttaka vegna nauðgana

Á Íslandi eru starfræktar tvær neyðarmóttökur vegna nauðgunar fyrir fólk sem orðið hefur 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 óhæf móðir.

The Women's Shelter is open 24 hours and you can stay there temporarily, either alone or with your children. It is not a requirement for you to have endured physical violence, you can also go to the Women's Shelter if you have been subjected to psychological abuse or threatened with violence. At the Women's Shelter you are interviewed and they provide you with assistance in contacting the police, a doctor and social services. The stay is free for children but women who can afford it pay a minimal fee. The assistance of an interpreter is available if needed.

Prostitution is not punishable under Icelandic law for the person selling sex. However, the buying of sexual services and pimping are punishable under the General Penal Code. A woman in prostitution does therefore not need to fear punishment. If a person's vulnerable situation has led to their being in prostitution, forced labour or slavery and if they are being exploited by others, that is trafficking in human beings. Human trafficking is the buying and selling of people for profit (not necessary financial) in answer to a demand, for example for women to work in the sex industry.

### Emergency Rape Wards

In Iceland two emergency rape wards are operated for people who have suffered rape, an attempted rape or other sexual violence. One is in Reykjavík, at the Emergency Ward of Landspítali Hásólasjúkrahús (the National Hospital) in Fossvogur and the other is at the Emergency Ward at Fjórðungssjúkrahúsið in Akureyri. It is advisable to call ahead for service at the emergency wards.

## Threats

Abusive men often use threats as means of control and oppression. An example of a threat an abusive partner often uses against his foreign spouse, is that he can have the woman deported with a single telephone call, either by giving the police or the Directorate of Immigration false information, or because he has friends within the police or at the Directorate of Immigration. Another common threat is that the man will get custody of their child or children because she is of foreign origin or that he will tell the authorities that she is an unfit mother.

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.

## Kæra til lögreglu

Ef þú hefur verið beitt ofbeldi og vilt kæra ofbeldismanninn þá kærir þú til lögreglu í því lögregluumdæmi sem ofbeldið átti sér stað. Lögreglu ber að hefja rannsókn á öllum kærnum og hefst rannsóknin yfirleitt með því að lögregla tekur skýrslu af kæranda um atburðinn. Um leið og gefin hefur verið skýrsla hjá lögreglu um ofbeldið, tekur réttarkerfið málið að sér og rekur það og kærandi verður vitni í eigin máli. Telji lögreglan ekki efni til að hefja rannsókn eða grundvöll til að halda henni áfram, getur hún ákveðið að vísa kæru frá eða fella rannsókn niður en þá ákvörðun má kæra til ríkissaksóknara.

Í kynferðisbrotamálum er lögreglu skylt að tilnefna réttargæslumann við rannsókn kynferðisbrotamáls, óski brotþoli þess. Það má velja sér réttargæslumann og taka hann með sér til lögreglu þegar kært er. Hlutverk réttargæslumanns er að gæta hagsmuna brotþola og veita honum aðstoð í málinu. Það má líka fara fram á réttargæslumann þegar kært er ofbeldi í nánú sambandi en lögreglan metur hvort hann verði tilnefndur.

Samkvæmt íslenskum lögum máttu óska eftir nálgunarbanni eða því að maka þínum verði vísað brott af heimili ykkar, hafi hann beitt þig ofbeldi, t.d. kynferðisofbeldi, neytt þig til að gera eitthvað eða svipt þig frelsi. Með nálgunarbanni er átt við að manni er bannað að koma á tiltekinn stað eða svæði, veita eftirför, heimsækja eða setja sig með öðru móti í samband við annan mann.

There is no need to fear threats like these. Whether it concerns the right to stay in Iceland, which parent will have custody of children or something else entirely, is subject to decision of public authorities. They follow the law, examine the circumstances and instances of each case individually and base their decision on these factors. Therefore, the result is never based on the wishes or claims of one person.

To take your passport or other form of identification away from you in order to limit your freedom of movement or so that you can not identify yourself, is punishable by law.

## Pressing charges before the police

If you have been subject to violence and want to press charges you go to the police in the district where the act/s of violence took place. The police must open an investigation into all charges, usually starting by taking your statement. As soon as the police has issued a report on the incident/s the criminal justice system is activated and you become a witness in your own case. If the police does not see grounds to open or continue an investigation, they can decide to dismiss or drop the investigation. This decision may be referred to the State Prosecutor. .

Under the investigation of sexual offences, the police must, upon the victim's request, appoint a legal rights protector to the victim. The victim may choose the legal rights protector and bring him to the police upon pressing charges. The role of the legal rights protector is to guard the victim's interests and assist him in the case. A request for a legal rights protector may also be made upon pressing charges in cases of domestic violence or violence in intimate relationships but then the police decides upon assessment whether or not to appoint one.

According to Icelandic law, you may request a restraining order or that your partner be removed from your home, if he has used violence against you, sexual violence for example, forced you to do something or deprived you of your freedom. A restraining order means that a person may not enter a specific place or area, stalk, visit or by any other means be in contact with another person. Expulsion from the home means that a person is removed from his home and banned



Með brottvísun af heimili er átt við að manni er vísað brott af heimili sínu eða dvalarstað og honum bannað að koma þangað aftur í tiltekinn tíma. Beiðni um nálgunarbann eða brottvísun af heimili skal beint til lögreglu. Lögreglustjóri getur einnig að eigin frumkvæði tekið mál til meðferðar ef hann telur ástæðu til.

## 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 sammála 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 prest, eða forstöðumanni löggilts trúfélags ef hjón tilheyra slíkum félagum 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.

to return until a certain time has passed. A request for a restraining order or expulsion from the home must be brought before the police. The Chief of Police may also open a case, upon his own initiative, if he sees reason to.

## Divorce

You can obtain a divorce whether your spouse wants it or not. Usually, a permit is issued for a separation first and then it is possible to get a divorce after one year or six months if both parties agree to apply for a divorce at that time. It is possible to apply for a divorce immediately if your spouse has had an affair or used physical or sexual violence against you or any children who live in your household.

### a) *Reconciliation certificate*

If a couple has custody of children under 18 years of age they need to seek reconciliation with a priest, or a representative of a legitimate religious association if the couple belongs to such an association in Iceland. If the couple belong to different religious associations or one or both of them do not belong to any religious association the reconciliation is sought from the district magistrate or a judge, depending on where the divorce is being processed. Reconciliation certificates may not be older than 6 months upon applying for a divorce. If a couple does not have children, or the children are older than 18 years, there is no need for a reconciliation certificate. In the certificate, a priest or a representative of a religious association certifies that attempts to reconciliation were unsuccessful.

### b) *Separation permit issued by the district magistrate*

You apply for a divorce at your local district magistrate's office. In order for the district magistrate to issue a separation permit the married couple must sign a written agreement on the division of debt and assets. According to Icelandic law, the assets are divided equally between husband and wife upon divorce, except for separate assets (for example due to a prenuptial agreement), but each person is responsible for his or her debt. That means you only take the debt that you are responsible for, for example half the debt for an overdraft on a joint account, or half the debt for a joint credit card.

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)

### 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 búíð 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. Forsjanni 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 (foreldrar) hafa sameiginlega forsjá og er það einnig meginreglan við skilnað eða sambúðarslit. Foreldri sem fer eitt með forsjá barns síns og giftir sig öðrum en hinu foreldrinu, getur samið við stjúpforeldrið um sameiginlega forsjá. Sama gildir ef sambúð foreldris og stjúpforeldris hefur verið skráð í þjóðskrá í samfleytt eitt ár. Foreldrið sem barnið á lögheimili hjá ákveður

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

If the parties do not agree on custody, a confirmation that one party has sued for custody before a court must be presented so that the district magistrate can issue a separation permit. For further information see: [www.syslumenn.is](http://www.syslumenn.is).

### c) Divorce granted by a court

If either party does not show up for appointments with the magistrate or refuses to divorce, the case must be settled before the courts. It is preferable to hire a lawyer to present the case before the court (you are allowed to do so yourself). First a contract on the division of assets or a district court ruling on a public division of the estate must be provided.<sup>1</sup> Then a liquidator oversees the division of assets and debt, the determination of annuities and so forth. In order for a divorce to be settled before a court, it needs to be confirmed that the estate has been taken for public division. If there is no agreement on the custody of children, the divorce and custody case can be tried jointly.

## Custody of children

### What is custody?

If you have children you are responsible for their welfare and have obligations towards them. For example you must protect them from psychological and physical abuse. Custody means that you must take care of all the child's needs and make decisions such as where the child shall live, what school it will attend, whether it learns a musical instrument or practices sports to name a few. Custody of a child means that you must attend parental meetings at the child's pre-school and compulsory school and where the child practices sports, takes music lessons and so forth. Married couples and couples living together (parents) have joint custody that is also the main principle regarding custody upon divorce or break up of cohabitation. A parent, having sole custody of his/her child, who marries another person than the other parent, may enter into an agreement with the step parent on joint custody. The same applies if the co-habitation between the parent and the step parent has been registered into the National Registry for one consecutive year. The parent with whom the child is legally

<sup>1</sup> Public division of estate = a judge decides that a liquidator will divide an estate, for example at a divorce, or from an estate of a deceased person.

hvar barnið skuli búa innanlands, hvaða leikskóla, grunnskóla og daggæslu barnið fari í, venjulega eða nauðsynlega heilbrigðisþjónustu og reglubundið tómstundastarf. Ef forsjá er sameiginleg þarf foreldri samþykki hins foreldrisins ef fara á með barnið úr landi. Ef samkomulag næst ekki um utanlandsferð, er hægt að óska úrskurðar sýslumanns um rétt til að fara í ferðalag með barnið úr landi.

Ef foreldrar eru ekki sammála um tilhögun forsjár eða umgengni þá er þeim skylt að leita sátta áður en krafist úrskurðar eða höfðað mál um forsjá. Sama gildir ef krafist er dagsekta vegna brota á umgengni. Sýslumaður skal bjóða aðilum sáttameðferð en þeir geta einnig leitað til annarra aðila sem hafa sérfræðiþekkingu í sáttameðferð og málefnum barna.

### *Forsjár- og lögheimilismál útkljáð fyrir dómi*

Meginreglan við skilnað er sameiginleg forsjá. Ef samkomulag næst ekki um forsjá eða lögheimili barns verður að höfða dómsmál. Æskilegt er að fá lögmann til að reka málið og flytja það, þó þú megir flytja málið sjálf. Dómari ákveður hvort foreldra skuli hafa forsjána eða hvort forsjáin skuli vera sameiginleg 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, hættu á að barnið, foreldrið eða aðrir á heimilinu hafi orðið eða verði fyrir ofbeldi 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

residing, decides where the child shall reside in Iceland, which pre-school, elementary school or day care the child will go to, regular or necessary health care services and regular extra curricular activities. If the parents have joint custody each parent needs permission from the other for leaving the country with the child. If an agreement on travelling abroad can not be reached, a request can be made to the relevant district commissioner for a ruling on the right to travel abroad with the child.

If parents do not agree on custody or right of access (visitation rights) they must undergo a conciliation process before requesting a ruling or suing for custody. The same applies to requests for daily fines due to violations of right of access. The district commissioner shall offer conciliation to the parties but they are also free to seek the services of others specialised in conciliation and children's issues.

### *Custody and legal residence issues settled before court*

The primary principle in case of a divorce is joint custody. If there is no agreement on the legal residence or custody of a child a court case must be filed. It is preferable to hire a lawyer to present the case before the court, although you are allowed to do so yourself. A judge decides which parent shall have sole custody, or whether it should be joint custody, depending on the best interests of the child. The judge looks, for example, at the child's relationship with each parent, which parent has been more involved in taking care of the child and which parent is more likely to respect the child's right of access to the other parent, the risk of the child, the parent or others in the home to be or having been subject to violence.

### **Legal aid**

If a dispute due to a divorce or the custody of children cannot be resolved by other means than with a court ruling it is advisable to explore the possibility of getting legal aid for the case. Legal aid entails that the litigation expenses of parties to the case are paid from the State Treasury, in part or entirely. Legal aid however never covers the expenses that the losing party of the case may have to pay when he is sentenced to pay the litigation costs of the opposing party. Both the

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 að undangenginni sáttameðferð.

Algengt er að sýslumaður úrskurði að foreldrið sem barnið býr ekki hjá eða forsjárlausu foreldrið skuli hafa umgengnisrétt við barn sitt aðra hvora 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.

## 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)), Fjölmenningssetri ([www.mcc.is](http://www.mcc.is)) eða Kvinnaráðgjöfinni ([www.kvinnaradgjofin.is](http://www.kvinnaradgjofin.is)).

plaintiff and the defendant can apply for legal aid (usually the lawyer for each party handles the application to the legal aid committee). For further information see: [www.mcc.is](http://www.mcc.is).

## Right of access

A child has the right of access to both parents even though they are not living together. It is best for the child if the parents come to an agreement on rights of access/visitation rights, that means they decide together how often and for how long the child stays with the parent it does not live with. If an agreement on visitation rights can not be reached, a ruling from the district magistrate can be requested following an unsuccessful conciliation process.

It is common that the district magistrate decides that the parent which the child does not live with, shall have rights of access to the child every other weekend, part of summer vacation and partially over major and public holidays. The district magistrate can however rule on more or less extensive visitation rights depending on the circumstances in each case.

## Residence permit

If your stay in Iceland is based on a family reunification permit and you get a divorce or end cohabitation, the premises for you registration into the country or permit to stay have changed. Therefore it is necessary for you to obtain more extensive information from the Directorate of Immigration ([www.utl.is](http://www.utl.is)), the National Registry ([www.fmr.is](http://www.fmr.is)), the Multicultural and information Centre ([www.mcc.is](http://www.mcc.is)) or the Women's counselling ([www.kvinnaradgjofin.is](http://www.kvinnaradgjofin.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 að 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.

Ein tegund dvalarleyfa eru dvalarleyfi fyrir fórnarlömb mansals. Ef sótt er um slíkt leyfi, er umsagnar lögreglu leitað og Útlendingastofnun veitir síðan útlendingi, sem grunur leikur á að sé fórnarlamb mansals, dvalarleyfi í sex mánuði. Þegar sérstaklega stendur á er Útlendingastofnun heimilt að veita fórnarlambi mansals endurnýjanlegt dvalarleyfi til eins árs ef það telst nauðsynlegt vegna persónulegra aðstæðna viðkomandi, eða það telst nauðsynlegt að mati lögreglu vegna samvinnu viðkomandi við yfirvöld við rannsókn og meðferð sakamáls. Handhöfum dvalarleyfa fyrir fórnarlömb mansals er tryggt ýmiss konar aðstoð og ráðgjöf.

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

If you are a citizen of a country of Africa, North or South America, Asia, Australia and Oceania or a European country outside of EEA/EFTA and end your marriage or cohabitation due to you or your child having suffered abuse or violence from your partner, the Act on Foreigners allows for an exception to extend a family reunification permit. In order for you to demonstrate that the violence took place it is very important to contact the police, the emergency ward or a doctor, since all incidents are registered. It is also possible to call in witnesses and important to retain all evidence relevant to the case, for example emails/text messages containing threats.

Many aspects are taken in to consideration before a decision on a residence permit is made, such as the duration of the marriage or cohabitation and your ties to the country. The length of your residence in the country is relevant to your ties to the country and also if you have a child attending school in Iceland. It is also relevant whether you take part in social activities, have close relatives in the country and so on. If the circumstances in your country of origin are such that divorced women are ill-treated or persecuted, it is important to bring that up. Other matters are also of importance but each case is considered individually.

One type of residence permits is a permit for victims of human trafficking. If such a permit is applied for, the police is asked to comment on it and subsequently the Directorate of Immigration issues a six month residence permit to a foreigner believed to be a victim of human trafficking. If special circumstances apply, the Directorate may grant a victim of trafficking a renewable residence permit for one year at a time, if it is believed to be necessary due to the victims' personal circumstances or if the police deems it necessary due to the victims' co-operation with the relevant authorities during a criminal case process. Various assistance and counselling is guaranteed to those who obtain residence permits for victims of trafficking.

The website of the Directorate of Immigration is: [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 sam-mála um fjárhæð meðlagsins getur forsjáforeldrið 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 framlög*

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 skattframtölum 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 framlög vegna útgjalda við skírn barns og feringu 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 Innheimtu-stofnunar sveitarfélaga: [www.medlag.is](http://www.medlag.is).

## Child support payments

### a) *Arrangements and rulings on child support*

A single parent has a right to child support payments from the other parent until the child reaches 18 years of age. Upon divorce an agreement on child support is usually made and confirmed by the district magistrate. The Social Insurance Administration acts as liaison for child support payments and they start upon the Administration receiving a copy of a child support ruling or a separation/divorce permit from the district magistrate. In most cases people must send these documents themselves.

If a parent refuses to pay child support or parents are not in agreement regarding the amount of the child support, the custodial parent or the parent with whom the child has legal residence if there is joint custody, can request that the district magistrate issue a ruling on child support payments.

### b) *Increased child support, education contribution and special contributions*

If the parent paying child support has far greater income than the other parent, it is possible to request increased child support, for example double. The district magistrate decides on the child support and bases it on the tax returns of both parents, pay slips and the circumstances of each of them. If there is an agreement on increased child support the parent needs to collect it from the parent paying the child support. In addition to the monthly child support the parent paying it shall make special contributions for expenses relating to a child's christening and confirmation, because of a disease or for other special reasons. A child can make a claim for contribution for education from the parent paying the child support until it is 20 years old.

### c) *An interim decision on child support*

While a dispute between parents on custody of a child is unresolved, the parent with whom the child lives can request that the district magistrate make an interim ruling regarding child support payments. That ruling applies until a final ruling is made.

Information on child support and child support payments are on tn's Child Support Collection's website: [www.medlag.is](http://www.medlag.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 forsjáraðila 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 fyrirkomulag greiðslna barnabóta 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 velferðarráðuneytinu, [www.velferdarraduneyti.is](http://www.velferdarraduneyti.is)

## Child benefits

Child benefits are payments to parents that are made four times per year. Single parents receive higher child benefits than married couples, but the income of the parents or custodian is taken into account upon calculation of child benefits. Child benefits are paid for children under 18 years of age and until the end of the year in which they turn 18. Upon divorce, the parent with whom the child has legal residence receives the child benefits. Tor child benefits payments remain unchanged until a divorce is finalized.

EEA citizens who work in Iceland may have a right to receive child benefits for their dependent children who reside in another EEA country. Those benefits must be specially applied for. Information on child benefits and application forms are available on the Director of Internal Revenue website: [www.rsk.is](http://www.rsk.is).

## Financial aid

If you cannot provide for yourself or your family you can seek assistance from the social services in your municipality. You can also request financial assistance due to temporary difficulties, such as divorce, unemployment (also if you do not have a right to unemployment benefits).

Temporary assistance does not have an effect on the extension of a residence permit.

## Rental benefits

You can apply for rent benefits at the municipal social services. Whether rent benefits are granted depends on the rental amount, income and family size. Information on rent benefits can be found in the pamphlet First steps in Iceland, at the municipal social services and the Ministry of Welfare, [www.velferdarraduneyti.is](http://www.velferdarraduneyti.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) Kvennaráðgjöfin, 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.humanrights.is](http://www.humanrights.is), Mannréttindaskrifstofa Íslands, Túngötu 14, sími: **5522720**. Ókeypis lögfræðiráðgjöf fyrir innflytjendur. Ef þörf er á túlki greiðir skrifstofan kostnað vegna túlkajónustu, en óska þarf eftir túlki um leið og viðtal er pantað.

[www.karlartilabyrgdar.is](http://www.karlartilabyrgdar.is) Karlar til ábyrgðar, sími: **555-3020**. Sérhæft meðferðaurræði 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: **4503090** (íslenska/enska), **4704702** (taíenska), **4704705** (spænska), **4704706** (litháíska), **4704707** (rússneska), **4704708** (pólska), **4704709** (serbneska/króatíska). Hjá Fjölmenningssetri má fá upplýsingar um flest er varðar innflytjendamál, íslenskt samfélag, íslenskukennslu, réttindi og skyldur, túlka- og þýðingajónustur og fleira.

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

## Further information

[www.kvennaathvarf.is](http://www.kvennaathvarf.is) The Women's Shelter, tel: **561-1205** (open 24 hours). A shelter for women and children leaving home due to psychological or physical abuse by a husband, cohabiting partner or other members of the household. The shelter also receives women who have been raped.

[www.stigamot.is](http://www.stigamot.is) Stígamót, Hverfisgata 115, tel: **562-6868**, is an Education and Counseling Center for Survivors of Sexual Abuse and Violence and an information center on sexual violence.

[www.kvennaradgjofin.is](http://www.kvennaradgjofin.is) The Women's Counseling, Túngata 14, tel: **551-1550**. Free social and legal counseling for women. Open on Thursdays between 14:00 - 16:00 and on Tuesday nights between 20:00 - 22:00.

[www.humanrights.is](http://www.humanrights.is), The Icelandic Human Rights Centre, Túngata 14, tel: **552-2720**. Free legal counselling for immigrants. If an interpreter is needed the Centre provides one free of charge, a request for interpretation must be made upon booking an appointment.

[www.karlartilabyrgdar.is](http://www.karlartilabyrgdar.is) Men Take Responsibility, tel: **555-3020**. A specialised treatment measure for men who resort to domestic violence. It includes personal therapy and group therapy with psychologists.

[www.utl.is](http://www.utl.is) Directorate of Immigration, Skógarhlíð 6, tel **510-5400**, where you can find information on types of residence permits, requirements for their issuance and other rights.

[www.mcc.is](http://www.mcc.is) Multicultural and information Centre, Árnagata 2-4, Ísafjörður, tel: **450-3090** (Icelandic/English), **470-4702** (Thai), **470-4705** (Spanish), **470-4706** (Lithuanian), **470-4707** (Russian), **470-4708** (Polish), **470-4709** (Serbian/Croatian). At the Multicultural and information Centre information is available on most issues regarding immigration, Icelandic society, Icelandic lessons, rights and obligations, interpretation and translation services and more.

[www.jafnretti.is](http://www.jafnretti.is) The Centre for Gender Equality, where you find information on gender equality.



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

[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).

<http://reykjavik.is/thjonusta/radgjof-vid-innflytjendur> Reykjavíkurborg, Ráðhús, Tjarnargata 11, sími: **411-4155** (enska), **411-1140** (pólska), **411-4163** (litháíska og rússneska). Boðið er upp á þjónustu túlks ef viðkomandi talar önnur tungumál. Mannréttindaskrifstofa býður innflytjendum í Reykjavík upp á ráðgjöf og upplýsingar um réttindi og skyldur í samfélagi, málefni fjölskyldunnar, dvalarleyfi o.fl. Þjónustan er ókeypis og starfsmenn eru bundnir trúnaði. <https://www.facebook.com/LivingInReykjavik?ref=h>

<http://womeniniceland.is/> Samtök kvenna af erlendum uppruna, Túngötu 14, 2hð. Jafningjaráðgjöf fyrir konur af erlendum uppruna á þriðjudagskvöld frá 20-22. Kíktu við, heitt á könnunni og konur sem talar þínu tungumál. <https://www.facebook.com/groups/womeniniceland/>

Símar neyðarmóttöku 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**

[www.velferdarraduneyti.is/malaflokkar](http://www.velferdarraduneyti.is/malaflokkar) The Ministry of Welfare, where you find information on immigrants and immigrants' issues.

[www.rsk.is](http://www.rsk.is) The Director of Internal Revenue, tel: **563-1100**, where you find information regarding tax issues, child benefits, private housing benefits, personal tax credit and tax forms in several languages (English, Danish, Finnish, Norwegian, Swedish, French, Spanish, German, Polish and Russian).

<http://reykjavik.is/immigrants> The City of Reykjavik, City Hall, Tjarnargata 11, tel: **411-4155** (English), **411-1140** (Polish), **411-4163** (Lithuanian and Russian). Interpreters are provided for those who speak other languages. The Human Rights Office offers counselling and information about your obligations and rights in society, about family matters, residence permits and more. Service is free and confidential. <https://www.facebook.com/LivingInReykjavik?ref=hl>

<http://en.womeniniceland.is/> W.O.M.E.N. in Iceland, Túngata 14, 2nd floor. Peer counselling for women of foreign origin on Tuesday nights between 20-22. Stop by, meet new people, drink tea and talk to women who speak your language. <https://www.facebook.com/groups/womeniniceland/>

Telephones of the Emergency Rape Ward in Fossvogur:

**543-1000** – reception of the Emergency Ward in Fossvogur – **543-2094** (main switchboard of the national hospital **543-2000**) – The Emergency Rape Ward during daytime working hours **543-2085** – the LSH crisis centre.

Telephone of the Rape Emergency Ward in Akureyri:

**463-0800**

The social services in your municipality also provide various forms of counseling and assistance.

The police emergency phone number is **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?“

If you can answer any of these questions positively, there is a likelihood that you are in an abusive relationship:

## Does any of the below apply to your spouse

- Do you fear him under any circumstances?
- Is he hotheaded, quick-tempered and/or has fits of rage?
- Is he volatile under the influence of alcohol?
- Does he try to prevent you from going where you want to go, or to work, go to school or pursuing a hobby?
- Does he monitor your comings or goings?
- Is he constantly accusing you of being unfaithful to him?
- Does he criticise you, your friends and/or your family?
- Is he constantly accusing you – nothing you do is right or good enough?
- Does he tell you that there is “something wrong with you”, even that you are “insane”?
- Does he belittle you in front of others?
- Does he have control of your finances and demands an explanation for every krona?
- Does he destroy your personal belongings on purpose?
- Does he yell/scream at you or the children?
- Does he threaten you using facial expressions, movements or gestures?
- Does he threaten to harm you, the children or others close to you?
- Does he force you to have sex?
- Has he pushed you, shoved you. struck out at you or hit/beaten you or the children?

**There have been several instances where men have deceived their spouses of foreign origin in order to have control over them and take advantage of/ abuse them. Below are a few examples of deceptions women have been subjected to that were disclosed during interviews with immigration counselors:**

- Should women in Iceland obey their husbands unconditionally?  
**Answer:** No, that is not correct. Women and men are equals, neither controls the other.
- Should a woman hand all her wages over to her husband?  
**Answer:** No, that is not correct. Your wages are your own, but you should contribute a part of them to the household as should your husband. How large a proportion goes towards running the household, depends on the wages of both persons, their means and circumstances.
- Is it true that upon divorce, the father gains custody of the children?  
**Answer:** No, that is not correct. The principal rule in a divorce is joint custody and if there is a dispute then a court ruling is made in the case. The outcome depends on the merits of each case.
- Is it customary in Iceland that women walk around naked or in their under wear inside the house? Even when friends of the husband come to visit?  
**Answer:** No, that is not correct. Women wear what they want whether inside or outside the home.
- Is it customary in Iceland that a woman must have sex with her husband's friends?  
**Answer:** No, that is not correct. You have the right to your own body, not your husband.
- Is a husband entitled to sex whenever and whatever the circumstances?  
**Answer:** No, that is not correct. He is not entitled to have sex with you unless you want it yourself.
- My husband has forced me into prostitution; Will I go to prison and/ or will I be deported if it is discovered?  
**Answer:** No, prostitution is not punishable by law for the woman herself, but it is punishable to purchase and facilitate prostitution. You would never be punished but your husband and those who payed for prostitution would be. You do not have to fear deportation for this reason.