

24 STUNDAS

Mūsu īpaši apmācīto darbinieku komanda izprot, kādu postu ietekmi uz mūsu dzīvi var atstāt vardarbība mājās un seksuālā vardarbība. Mēs apzināmies, ka varētu būt grūti pacelt tālruņa klausuli pirmo reizi.

Mūsu Palīdzības līnijā strādājošie ir pieredzējuši, lai palīdzētu Jums runāt, kad Jūs tam esat gatavs(a). Mēs saprotam, ka Jūs varbūt nezināt, ko teikt un kā sākt. Mūsu darbinieki Jūs nomierinās.



Palīdzības līnijā ir pieejami arī pilnīgi tulkošanas pakalpojumi katram, kura pamatvaloda nav angļu.

Palīdzības līnija var nosūtīt sievietes un viņu bērnus tieši uz drošu patvēruma iestāžu tīklu

un ietekmēt atbalsta pakalpojums, kurus sniedz vietējās Sieviešu palīdzības grupas.

Mēs varam arī noorganizēt drošu īslaicīgu apmešanās vietu vīriešiem un viņu bērniem un nosūtīt sievietes un vīriešus uz virkni citu aģentūru palīdzības saņemšanai.

Ja noticis seksuāls uzbrukums Jums, Palīdzības līnija var nekavējoties noorganizēt praktisku palīdzību, tai skaitā tiešu nosūtīšanu uz The Rowan – centru seksuālo uzbrukumu upuriem.

Lai saņemtu papildus informāciju par vardarbību mājās un seksuālo vardarbību, apmeklējiet www.womensaidni.org

Vardarbības mājās un seksuālās vardarbības Palīdzības līnija

Pieejama *visām sievietēm un vīriešiem*, ko skārusi vardarbība mājās un seksuālā vardarbība

☎ **0808 802 1414**

📱 Īsziņa **support** uz **07797 805 839**

✉ **24hrsupport@dvhelpline.org**

Bezmaksas zvans no visiem fiksētajiem un mobilajiem tālruņiem Pieejami tulkošanas pakalpojumi

Konfidenciāls aprūpes pakalpojums 24/7, 365 dienas gadā

Palīdzības līnija pieņem arī zvanus no satrauktiem ģimenes locekļiem, draugiem un kolēģiem, strādājošajiem ar jaunatni, skolotājiem, speciālistiem, sabiedrības grupām un garīdzniecības.

PĀRVALDA ZIEMEĻĪRIJAS SIEVIEŠU PALĪDZĪBAS FEDERĀCIJA

Palīdzība melnādainajiem un mazākumtautību cilvēkiem



24 STUNDAS

Vardarbības mājās un seksuālās vardarbības Palīdzības līnija

BEZMAKSAS ZVANS

0808 802 1414

Pieejama *visām sievietēm un vīriešiem*, ko skārusi vardarbība mājās un seksuālā vardarbība

📱 Īsziņa **support** uz **07797 805 839** ✉ **24hrsupport@dvhelpline.org**



Latvian

Ja esat no melnādaino vai mazākumtautību vidus un Jums ir bažas par pašreiz pastāvošu vai pagātnē notikušu vardarbību mājās vai seksuālo vardarbību, sazinieties ar 24 stundu vardarbības mājās un seksuālās vardarbības Palīdzības līniju.

Palīdzības līnija sniedz informāciju, emocionālu atbalstu un iespēju pārrunāt visus Jūs satraucošos jautājumus, tai skaitā izmitināšanas un juridiskās iespējas. Jums tiek garantēta konfidenciala un rūpīga atbilde.

Pieejami pilni tulkošanas pakalpojumi.

Vairākumu cilvēku izmanto kāds, ko viņi pazīst. Ja tiek izmantots(a), tā nekad nav Jūsu vaina.

Kas tiek ļaunprātīgi izmantoti?

Jebkurš melnādains vai mazākumtautības cilvēks var tikt ļaunprātīgi izmantots, neatkarīgi no tautības, vecuma, invaliditātes, seksuālās orientācijas vai izglītības.

Palīdzības līnija pieņem zvanus no visiem.

Apzināties, kas notiek ar Jums vai kas noticis pagātnē, ir pirmais solis, lai izbēgtu no sāpēm un ciešanām, ko rada vardarbība mājās un seksuālā vardarbība.



Vardarbība mājās

Vardarbība mājās var būt fiziska, emocionāla, finansiāla vai psiholoģiska. Seksuālā izmantošana bieži vien ir daļa no vardarbības mājās.

Jūs tiek izmantots(a), ja Jūsu partneris/bijušais partneris/draugs/draudzene/ģimenes loceklis dara jebko no sekojošā:

- › Pastāvīgi kritizē Jūsu izskatu, iedragā Jūsu lēmumus un uzskatus
- › Ietekmē vai ar draudiem spiež Jūs noslēgt piespiedu laulību
- › Draud Jums nodarīt pāri vai nogalināt dēļ „godā” lietas
- › Ir greizsirdīgs un īpašniecisks, un nepārtraukti apsūdz Jūs neuzticībā
- › Liek ģimenes locekļiem Jūs sist, par attaisnojumu sakot, ka Jūs „neesat laba sieva”
- › Draud atņemt Jums bērnus vai liegt satikties ar viņiem
- › Mēģina Jūs izolēt no Jūsu draugiem un ģimenes un liek Jums pamatot jebkādu prombūtni
- › Fiziski dara Jums pāri jebkāda veidā
- › Atņem Jums pasi vai nepārtraukti draud Jums deportēšanu
- › Neļauj Jums mācīties tās valsts valodu, kurā dzīvojat

Pāridarītāji bieži vien prasmīgi pārlicina savus upurus, ka tā ir bijusi viņu vaina un viņi ir tam piekrituši.

Seksuālā vardarbība

Seksuālā vardarbība/izmantošana ietver jebkādas seksuālas darbības, kurās persona nav piekritusi piedalīties. Seksuālā vardarbība/izmantošana var izpausties kā:



- › Izvarošana
- › Negribēta pieskaršanās vai skūpstīšana
- › Piespiedu seksuālās darbības, tai skaitā darbības, kas var ietvert vardarbību un sāpes
- › Pastāvīgu mīlas sakaru uzturēšana ar citu tautību sievietēm un Jūsu vainošana
- › Jūsu piespiešana veikt jebkāda veida sievietes dzimumkropļošanu
- › Jūsu piespiešana skatīties pornogrāfiju vai piedalīties tajā
- › Jūsu seksuālu fotoattēlu izvietošana internetā bez Jūsu piekrišanas
- › Narkotiku vai alkohola izmantošana, lai padarītu Jūs ievainojamu, nolūkā stāties ar viņiem seksuālās attiecībās
- › Bērna vai ievainojamas personas „sagatavošana” iesaistīties jebkāda veida seksuālās darbībās

Kas seksuāli izmanto?

Vairākumu cilvēku izmanto kāds, ko viņi pazīst un kam uzticas – vīrs vai sieva, partneris vai bijušais partneris, radnieki, bērnu aukles, „ģimenes draugi”, cilvēki varas pozīcijās, kaimiņi un dažreiz svešinieki.