

## PASITIKRINKITE, AR NESATE ĮSTRIGUSI SMURTINIAME RYŠYJE / SMURTINĖJE SANTUOKOJE

Jei kils minčių ar pastebėjimų, kuriuos norėtumėte aptarti, skambinkite mums telefonu

**8 5 261 63 80**

- Ar Jūs bijote savo partnerio?
- Ar Jums atrodo, kad ir ką besakytumėte ar bedarytumėte, vis tiek sukelsite jo agresiją? Ar jaučiatės taip, tarsi nuolat vaikšiotumėte peilio ašmenimis?
- Ar nustojote matytis su savo artimaisiais ir draugais dėl to, kad draudžia partneris?
- Ar partneris Jums draudžia (ar riboja galimybes) eiti į mokslo ar darbo įstaigą (-as)?
- Ar barnio metu jis grasina atimti turtą? Vaikus? Pakenkti Jūsų reputacijai? Verslui? Ar kt.?
- Ar jis Jus įžeidinėja ir žemina kritikuodamas vaikų ar kitų akivaizdoje?
- Ar partneris primygtinai reikalauja visur eiti kartu arba nuolat tikrina Jus, siųsdamas žinutes ar skambindamas?
- Ar partneris kada nors tyčia gadino Jums priklausantį daiktą (-us), ar grasino nuskriausti Jūsų augintinį?
- Ar partneris Jums trukdo / neleidžia laisvai disponuoti savo asmeninėmis pajamomis ir turtu? Šeimos pajamomis ir turtu?
- Ar jaučiatės saugi atsisakydama su juo mylėtis, jei to nenorite?
- Ar jis pasitelkia seksą siekdamas Jus įskaudinti, „nubausti“?

Jei atsakėte **taip** į kurį nors iš pateiktų klausimų, tai reiškia, kad jūs patiriate smurtą šeimoje / artimuose santykiuose.

# JUMS REIKIA PAGALBOS? KREIPKITĖS Į VILNIAUS MOTERŲ NAMUS TELEFONU

**8 5 261 63 80**

Specializuota psichologo ir teisininko pagalba

Nemokama informacija, konsultacijos, parama bei palaikymas,  
tarpininkavimas institucijose, pagalba tvarkant dokumentus

Suteikta pagalba įgalins Jums įveikti ydingą smurto ratą ir kurti  
naują savo bei savo vaikų gyvenimą be smurto ir prievartos

Prie telefono budi specialų paruošimą turinčios konsultantės  
Konsultacijos teikiamos darbo dienomis nuo 9.00 iki 18.00 val.



**VILNIAUS MOTERŲ NAMAI**

Įmonės kodas 193144736

AB SEB bankas, banko kodas 70440

Sąskaita LT29 7044 0600 0106 4248

Daugiau informacijos tel. (8-5) 261 63 80 arba

el. paštu [vmotnam@vmotnam.lt](mailto:vmotnam@vmotnam.lt)

Tapkite mūsų „Facebook“ draugais



Vilniaus Moterų namai / Krizių centras