

# PAKALPOJUMS NO VARDARBĪBAS CIETUŠAJIEM

## JA TU ESI CIETIS/ CIETUSI NO:



### fiziskas vardarbības

(jebkurš fizisks aizskārums, piemēram, sišana, speršana, žņaugšana u.c.)



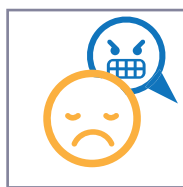
### seksuālas vardarbības

(jebkurš seksuāls aizskārums, piemēram, izvarošana, uzspiests vai vardarbīgs dzimumakts, vardarbīga iesaistīšana seksuālās darbībās u.c.)



### vardarbības draudiem vai

**vardarbīgas kontroles** (jebkura darbība, kas ietver aizskaršanu, seksuālu piespiešanu, draudus, pazemošanu, iebiedēšanu vai vajāšanu)



### emocionālas vardarbības

(jebkurš verbāls, emocionāls vai psiholoģisks aizskārums, piemēram, manipulēšana un upura pašvērtības pazemināšana)



### ekonomiskas vardarbības

(jebkura darbība, kas vērsta uz cietušā pakļaušanu, varmākam izmantojot savu pārāko finansiālo situāciju, piemēram, finanšu resursu kontrolēšana, cietušā ienākumu atņemšana, aizliegums strādāt u.c.)

## TEV IR IESPĒJA SAŅEMT



**psihologa  
palīdzību**



**sociālā  
darbinieka  
palīdzību**



**jurista  
palīdzību**

Tu vari saņemt pakalpojumu gan tad, ja ciet no vardarbības patlaban, gan tad, ja pārdzīvoji vardarbību iepriekš.

Tu vari saņemt palīdzību arī tad, ja no vardarbības cieš tavs tuvinieks.

Tu vari saņemt pakalpojumu neatkarīgi no tā, vai ir uzsākts kriminālprocess vai administratīvā pārkāpuma lietvedība.

## KĀDU SOCIĀLĀS REHABILITĀCIJAS PAKALPOJUMU VAR SAŅEMT?



vai



**Krīzes centrā (institūcijā) ar izmitināšanu:** rehabilitācija līdz 30 dienām (nepieciešamības gadījumā var pagarināt līdz 60 dienām).

### Individuālās konsultācijas:

10 psihologa, sociālā darbinieka un jurista konsultācijas (nepieciešamības gadījumā var palielināt līdz 20 konsultācijām).

Papildus gada laikā pēc pakalpojuma saņemšanas ir pieejamas trīs psihologa, sociāla darbinieka vai jurista konsultācijas.

Nepieciešamības gadījumā tiek **apmaksāti transporta izdevumi** ne vairāk kā 7 euro par vienas konsultācijas apmeklējumu.

## KUR VĒRSTIES PĒC PALĪDZĪBAS?

### TU VARI VĒRSTIES:



**pašvaldības  
sociālajā  
dienestā**



**krīzes  
centrā**

vai

Daži no krīzes centriem, kas sniedz valsts apmaksātu rehabilitācijas pakalpojumu no vardarbības cietušajiem:

- Krīzes centrs ģimenēm ar bērniem „Paspārne”, Talsu 39, Ventspils, tālr. 63661515, 22012434
- Nodibinājums „Talsu novada krīžu centrs”, Saules iela 7, Talsi, tālr. 63 291147
- Nodibinājums „Centrs Valdardze”, Raiņa iela 9f, Valmiera, tālr. 64220686
- Resursu centrs sievietēm „Marta”, Matīsa iela 49 – 3, Rīga, tālr. 67378539
- Ģimenes krīzes centrs „Milgrāvis”, Ezera iela 21, Rīga, tālr. 67012515, 29833251



Labklājības ministrija