

Bijote išeiti?

Bijote likti?

**Ar žinote, kur gauti pagalbos?
Jaučiatės izoliuoti dėl
gyvenamosios vietos?
Ir dėl baimės?**

Užduokite sau šiuos klausimus:

- Ar jums neleidžiama turėti savo draugų arba matytis su jais ar šeima?
- Ar jums neleidžiama išeiti vieniems?
- Ar būnate paliekami be pinigų?
- Ar nuolat sulaukiate žeminimo, kritikos, įžeidimų ar grasinimų iš asmens, su kuriuo gyvenate?
- Ar kas nors imasi smurto, kad ko nors gautų iš jūsų arba jūsų vaikų?
- Ar asmuo, su kuriuo gyvenate, jus muša arba jums grasina?
- Ar bijote – dėl savęs ir (arba) savo vaikų?
- Ar jums neleidžiama išeiti iš namų?
- Ar jus verčia daryti dalykus, kurių daryti nenorite?

Jei atsakėte „taip“ į bet kurį klausimą ir norite konfidencialiai su kuo nors pasikalbėti, skambinkite:



Hull DAP
dirbame kartu kovodami
su šeiminiu smurtu

01482 318759

Kur gauti pagalbą

Skubiais atvejais skambinkite 999

Policijos numeris neskubiais atvejais 101

PAGALBOS LINIJOS

Hull DAP (01482) 318759
hulldap.co.uk
Minicom 318761

Hull DAP vyrų specialistas
(Men's Practitioner) (01482) 613978

Hull pagalba moterims (Women's Aid) (01482) 446099

Preston Road moterų centras (01482) 790310

Strength to Change (*darbas su šeiminių smurto
vykdytojais*) (01482) 613403
strengthtochange.org



Jūsų ir jūsų vaikų saugumas yra svarbus

Suprantame, kad gali būti sunku kreiptis pagalbos ir kad skirtingu metu reikia skirtingos paramos. Mes gerbsime jūsų mintis, norus ir jausmus bei dirbsime su jumis jūsų tempu.

Galima pasiūlyti įvairių paramą:

- Asmuo, su kuriuo galite pasikalbėti
- Apgyvendinimo galimybės
- Teisiniai sprendimai ir pagalba kreipiantis į advokatą ar teisimą
- Jūsų, jūsų vaikų ir artimiausių šeimos narių saugumo planavimas
- Apsauga namuose, kad būtumėte saugūs savo namuose