

## Vaikams ir jaunimui iki 18 metų AR ŽINAI, KOKIAS TURI TEISES?

Tu turi teisę jaustis saugiai.  
Tu turi teisę mokytis.  
Tu turi teisę į poilsį ir laisvalaikį.  
Turi teisę kreiptis pagalbos.

Tu turi teisę būti sotus ir aprūpintas reikalingais daiktais.  
Tu turi teisę būti apsaugotas nuo smurto.  
Tu turi teisę gauti sveikatos priežiūrą ir pagalbą.  
**Tu turi teisę būti apsaugotas nuo smurto.**



## KAS YRA SMURTAS?

### PSICHOLOGINIS - EMOCINIS SMURTAS

GALI PASIREIKŠTI, KAI:

- Tyčiojasi gyvai ar internetu: pravardžiuoja, skriaudžia, užgaulioja, apstumdo, apkalbinėja, susimoko prieš tave, ignoruoja, erzina, atiminėja daiktus...
- Gąsdina, grasina, kad atsitiks kažkas blogo ar kitaip kelia tau baimę.
- Ignoruoja, visiškai nekreipia dėmesio į tave.
- Su tavimi elgiasi per daug griežtai arba priešingai - visai nesirūpina tavimi, menkina.
- Spaudžia tave emociškai - liepia tau spręsti problemas, kurių spręsti neprivalai.
- Neleidžia bendrauti su žmonėmis ar kažką slėpti.

### SEKSUALINIS SMURTAS

GALI PASIREIKŠTI, KAI:

- Kito žmogaus prisilietimai, paglostymai, apkabinimai ar bučiniai yra nemalonūs ir/ar nepageidaujami.
- Tavo pasisakymą "NE" ignoruoja.
- Tavęs prašo atsiųsti tavo intymias nuotraukas.
- Tau rodo pornografinius vaizdus be tavo sutikimo.
- Tavęs prašo pakartoti pornografinius veiksmus.
- Tave verčia nusirengti.
- Tave verčia lytiškai santykiuoti prieš tavo valią.



### FIZINIS SMURTAS

GALI PASIREIKŠTI, KAI KAS NORS TYČINIŲ VEIKSMŲ SUKELIA

- Trenkia, spardo, muša, stumdo, tampo (pvz.: už plaukų), dusina arba grasina, jog tai padarys tau ar kitam žmogui.
- Naudoja daiktus tavęs ar kito žmogaus mušimui arba tuos daiktus gadina, mēto.
- Sulaiko tave patalpoje arba blokuoja išėjimą iš patalpos.
- Sužeidžia ar grasina sužeisti ir gyvūnus.

### NEPRIEŽIŪRA

GALI PASIREIKŠTI, KAI UŽ TAVE ATSAKINGI SUAUGĘ:

- Neleidžia tau ugdytis ir mokytis mokykloje ar kitose veiklose.
- Nesirūpina tavo sveikata, nepalydi pas gydytoją.
- Apleidžia tave emociškai - nebendrauja, skatina elgtis netinkamai.
- Neduoda tau valgyti.
- Nepasirūpina tau reikiamais daiktais, drabužiais ir higienos priemonėmis.
- Nepasirūpina, kad galėtum nusiprausti ir išsimiegoti.
- Neapsaugo nuo kitų pavojų.



**! PATYČIOS** - tai įvairūs veiksmai, padaryti tyčia ir ne vieną kartą. Patyčias sunku išspręsti pačiam, todėl būtina, kad pagelbėtų kiti žmonės.

### NIEKADA NEVĒLU KALBĒTI

Jei patiri ar patyrei smurtą anksčiau. Gyvai ar socialiniuose tinkluose.

Jei manai, kad patiri smurtą iš bendraamžių, šeimos, mokyklos ar kitų žmonių.

Jeigu tai vyksta - žinok, kad tai niekada nėra tavo kaltė. Būk drąsus pasidalinti, nelaikyk paslapyje.

Jei abejoji, vis tiek pasikalbėk.

Visada gali pasidalinti su suaugusiu, kuriuo pasitiki ir sakyk tol, kol tavim patikės.

### KUR GALI KREIPTIS?

**Vaikai ir jaunuoliai iki 18 m. pagalbos smurto atveju gali kreiptis:**

Vaikų linija tel.: **116 111**

Jaunimo linija.: **8 800 28888**

Policija.: **112**

Suaugęs, kuriuo pasitiki  
VSC darbuotojas/savanoris

