

Tests

vienreiz atkārtoti

1 VAI PARTNERIS IZTURAS EMOCIONĀLI VARDARBĪGI?

- | | |
|------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Pazemo | <input type="checkbox"/> Draud |
| <input type="checkbox"/> Apsaukā | <input type="checkbox"/> Iebiedē |
| <input type="checkbox"/> Noniecina | <input type="checkbox"/> Vaino |
| <input type="checkbox"/> Šantažē | <input type="checkbox"/> Uzskata par mazvērtīgu |

2 VAI PARTNERIS PĀRMĒRĪGI KONTROLĒ?

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Pārbauda personīgo saraksti | <input type="checkbox"/> Izseko |
| <input type="checkbox"/> Izolē | <input type="checkbox"/> Nevēlami raksta, zvana |
| <input type="checkbox"/> Vajā | <input type="checkbox"/> Liedz tikties ar citiem cilvēkiem |

4 VAI PARTNERIS IR EKONOMISKI VARDARBĪGS?

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Kontrolē finanses un ienākumus | <input type="checkbox"/> Pieprasa ienākumus |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> Manipulē |

3 VAI PARTNERIS IR IZTURĒJIES FIZISKI VARDARBĪGI?

- | | |
|---------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Grūdis | <input type="checkbox"/> Sitis |
| <input type="checkbox"/> Spēris | <input type="checkbox"/> Žņaudzis |

5 VAI PARTNERIS IR BIJIS SEKSUĀLI VARDARBĪGS?

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Piespiedis veikt seksuālas darbības pret manu gribu | <input type="checkbox"/> Piespiedis veikt seksuālas darbības ar citām personām |
|--|--|

6 VAI PARTNERIS IR VARDARBĪGS PRET CITIEM ĢIMENES LOCEKĻIEM (BĒRNIEM VAI VECVECĀKIEM)?

-

JA ESI ATZĪMĒJUSI KAUT VIENU ATBILDI, TAS LIECINA, KA TU ATRODIES VARDARBĪGĀS ATTIECĪBĀS. TEV IR NEPIECIEŠAMA PALĪDZĪBA!

Neklusē un rīkojies!

Vai atrodiest bīstamās attiecībās?

NOSKAIDRO, KĀDAS IR VARDARBĪGAS ATTIECĪBAS UN KUR MEKLĒT PALĪDZĪBU VARDARBĪBAS GADĪJUMĀ ▶



Kur meklēt palīdzību?

PIE SOCIĀLĀ DARBINIEKA
VAI KRĪZES CENTRĀ



Pašvaldības sociālā dienesta tālrunis

www.pretvardarbibu.lv



BEZMAKSAS ATBALSTA
TĀLRUNIS CIETUŠAJIEM

116006



110



Līdzfinansē
Eiropas
Savienības
programma
„Tiesības,
vienlīdzība un
pilsonība”

Par publikācijas saturu atbild projekta "Soli
tuvāk: Kopienas vienotā atbilde uz vardarbības
pret sievietēm gadījumiem" partnerorganizāciju
autoru kolektīvs, un tas neatspoguļo Eiropas
Komisijas viedokli.

Centrs "**Marta**"

Matīsa iela 49-3, Rīga

Tālr.: 67378539, e-pasts: centrs@marta.lv

Liepājas filiāle

Kūrmājas prospekts 11, Liepāja

Tālr.: 29195442, e-pasts: centrs@martaliepaja.lv

Ģimenes krīzes centrs "**Milgrāvis**"

Ezera iela 21, Rīga, tālr.: 67012515, 67398383

E-pasts: gimenes@krize.lv

Krīžu un konsultāciju centrs "**Skalbes**"

Kungu iela 34, Rīga, tālr.: 24551700, 27722292

E-pasts: skalbes@skalbes.lv

Krīzes centrs ģimenēm ar bērniem "**Paspārne**"

Talsu iela 39, Ventspils, tālr.: 63661515, 22012434

E-pasts: pasparne_kc@inbox.lv

Nodibinājums "**Centrs Valdardze**"

Raiņa iela 9f, Valmiera, tālr.: 64220686

E-pasts: valdardze@inbox.lv

Ja Tu attiecībās juties

**pajautā sev, vai šīs attiecības
tiešām ir veselīgas?**

BEZVĒRTĪGA,
PAZEMOTA,
IEBIEDĒTA,
IZMISUSI,
ATKARĪGA,
BEZPALĪDZĪGA,
BEZSPĒCĪGA,