







**PATYREI SMURTA?
IŠGYVENI KRIZĘ?**

PAGALBA NUKENTĖJUSIEMS:

PAGALBĄ TEIKIANTI ORGANIZACIJA:	PASKIRTIS:	NUORODA, KUR KREIPTIS PAGALBOS:
<p>SPECIALIZUOTOS KOMPLEKSNĖS PAGALBOS CENTRAI (SKPC)</p>  <p>Specializuotos kompleksinės pagalbos centras</p>	<p>Viešąsias funkcijas atliekančios institucijos, kurios teikia nemokamą, konfidencialią, specializuotą kompleksinę pagalbą smurtą artimoje aplinkoje patyrusiems asmenims visoje Lietuvoje. Organizacijos taip pat vykdo smurto lyties pagrindu prevenciją, prisideda prie politikos formavimo siekiant mažinti smurtą artimoje aplinkoje.</p>	<p>https://www.specializuotospagalboscentras.lt/</p>
<p>PAGALBOS MOTERIMS LINIJA</p>  <p>Pagalbos moterims linija</p>	<p>Pagalbos moterims linijoje daugiausiai dirba savanorės moterys. Ypatinę dėmesį skiria moterų problemoms ir tiki, kad moterį geriausiai supranta kita moteris. Vienatvėje negatyvios nuotaikos, baimės bei pesimistinės mintys gilėja. Nieko nesiimant, žmogus patenka į užburtą ratą, kuris traumuoja tiek jį patį, tiek aplinkinius, ypač vaikus. Jei manai, kad Tavo draugė, sesuo, mama, kolegė, kaimynė, pažįstama išgyvena krizę ar tiesiog sunkų periodą, paskatink ją ieškoti pagalbos.</p>	<p>https://pagalbosmoterimslinija.lt/</p>
<p>JAUNIMO LINIJA</p> 	<p>Jaunimo linija – viena didžiausių Lietuvoje veikiančių nemokamos emocinės paramos telefonu ir internetu tarnyba. Nuo 1991 metų veikiančioje tarnyboje dirba</p>	<p>https://www.jaunimolinija.lt/</p>

	apie 350 savanorių (Vilniuje, Kaune, Klaipėdoje ir Skuode).	
VAIKŲ LINIJA 	<p>„Vaikų linija“ – emocinės paramos tarnyba vaikams ir paaugliams, teikianti nemokamą ir anonimišką pagalbą telefonu bei internetu. Organizacija įkurta 1997 m. Emocinę paramą vaikams ir paaugliams teikia daugiau nei 350 savanorių konsultantų.</p>	https://www.vaikulinja.lt/
KRIZIŲ ĮVEIKIMO CENTRAS 	<p>VšĮ „Krizių įveikimo centras“ (KĮC) – profesinės savanorystės pagrindu veikianti organizacija, kurioje teikiamos profesionalios psichologinio konsultavimo paslaugos. Savanoriaujantys psichologai, psichoterapeutai ir krizių įveikimo specialistai šešias dienas per savaitę budėjimų metu teikia skubią psichologinę pagalbą sudėtingas gyvenimo situacijas išgyvenantiems žmonėms.</p>	https://krizesiveikimas.lt/
VILTIES LINIJA 	<p>Emocinės paramos tarnyba suaugusiesiems, teikianti nemokamą, anonimišką emocinę paramą telefonu bei laiškais visos Lietuvos gyventojams.</p>	https://www.viltieslinija.lt/
Vyrų linija	<p>Vyrų linija – tai nuotolinė specialistų ir savanorių pagalba visos Lietuvos vyrams.</p>	https://www.vyrulinija.lt/