


**DHUNA NË FAMILJE DHE ABUZIMI SEKSUAL
- TË JEMI TË SIGURTË DHE TË KËRKOJMË
NDIHMË!**

KËSHILLA MBI SIGURINË E TË MBIJETUARAVE



Është e rëndësishme të
mendoni çfarë duhet të
bëni që të jeni të sigurt.

**NË KËTË BROSHURË KEMI
PËRMBLEDHUR DISA KËSHILLA DHE
INFORMACIONE MBI SHËRBIMET DHE
MBËSHTETJEN QË JU MUND TË GJENI.**

**JU NUK DUHET TË TRAJTOHENI
NDRYSHE PËR ASNJË ARSYE!**



**NËSE DËSHIRONI TË RAPORTONI DHUNËN,
POR NUK JENI NË NJË SITUATË RREZIKU, JU
MUND TË TELEFONONI SHËRBIMIN E DHUNËS:**

0696090527

**GRUAJA TEK GRUAJA,
SHKODËR**

116117

**LINJA KOMBËTARE E
KËSHILLIMIT PËR GRA
DHE VAJZA, TIRANË**

**SHËRBIMET MBËSHTETËSE MUND T'JU NDIHMOJNË TË
NDËRTONI MËNYRËN MË TË SIGURTË PËR T'JU LARGUAR
DHE T'JU OFROJNË MBËSHTETJE EMOCIONALE.**

MBËSHTETJA ONLINE

Marrja e informacionit në internet mund të duket si zgjidhja më e mirë për ju. Përmes internetit, mund t'ju duhet të fshini të dhënat e asaj që keni parë ose kërkuar, duke fshirë historinë e shfletuesit tuaj. Ju mund të përdorni shfletimin privat për të fshehur kërkimet tuaja. Shfletimi privat është një mënyrë për të përdorur internetin duke mos regjistruar atë që keni parë.

SHËRBIMET E CHATIT

Ju mund të përdorni shërbimin e mesazheve online në faqen e internetit dhe në mediat sociale për mbështetje të menjëherëshme

Ky publikim është financuar nga UN Trust Fund to End Violence against Women, megjithatë pikëpamjet e shprehura dhe përmbajtja e tij nuk nënkupton miratim ose pranim zyrtar nga Organizata e Kombeve të Bashkuara.



IAMANEH Schweiz | Suisse
Gesundheit für Frauen und Kinder
Santé pour femmes et enfants



Swiss TPH
Swiss Tropical and Public Health Institute