

MI A SZEXUÁLIS ERŐSZAK?

Szexuális erőszaknak nevezzük, amikor valakit olyan szexuális tevékenységbe vonnak be, amit nem akar.

Szexuális erőszaknak számít többek között:

- › Minden nem kívánt érintés és csók;
- › Valakit vonakodása vagy bizonytalansága ellenére rávenni a szexre, vagy azon belül olyan tevékenységre, amire nem vágyik (pl. orális, anális, vagy durva szex);
- › A nem kívánt terhesség és szexuális úton terjedő betegségek elleni védekezés (óvszerhasználat) megtagadása;
- › Minden szexuális tevékenység olyan emberrel, aki bármilyen okból nem képes egyértelműen kifejezni az akaratát (pl. alkohol, drog, gyógyszerek hatása alatt áll, alszik vagy eszméletlen);
- › A fentiekre tett kísérlet.

AZ ELKÖVETŐKRŐL

A tévhitekkel ellentétben a legtöbb szexuális erőszak nem az utcán, hanem az áldozat által ismert helyen történik, és többnyire olyasvalaki követi el, akit az áldozat ismer, és akiben bízunk (pl. partner, tanár, családtag, barát, munkatárs). Ha a szexuális erőszak egy randin történik, azt **randierőszaknak** hívjuk, ha párkapcsolatban, akkor **párkapcsolaton belüli szexuális erőszaknak**. A gyermekkel szemben elkövetett szexuális erőszakot szexuális visszaélésnek is nevezzük. Amikor egy családtag vagy gondviselő követ el szexuális erőszakot (főként gyerekek és fiatalok ellen), azt **incesztusnak** hívjuk. Szexuális erőszak a leggyakrabban gyerekeket és nőket ér férfiak részéről, de akár felnőtt férfiak is áldozattá válhatnak, ez elkövető pedig lehet azonos nemű is. Bárki válhat erőszak áldozatává, a képességeitől, személyiségétől, külsejétől, értékrendjétől és szokásaitól függetlenül.

Az elkövető a következő eszközöket vetheti be:

- › **Fenyegetést, zsarolást** (pl. azt mondja, megöli, megcsónkítja, mások megalázza az áldozatot, ha nem megy bele a szexbe, vagy elhagyja a partnerét, ha nem engedelmeskedik);
- › **A saját pozícióját, tekintélyét** (pl. idősebb, vagy az áldozatnál feljebb áll a hierarchiában: tanár, vezető);
- › **Manipulációt, nyaggyatást** (pl. sokáig úgy tesz, mintha csak barátokozni vagy segíteni akarna, így férközik az áldozat bizalmába, különböző "érvekkel" próbálja meggyőzni a másikat, az elutasítás ellenére újra meg újra próbálkozik);
- › **Az áldozat beleegyezésre nem képes állapotát** (pl. mert ő maga leitatta, vagy az áldozat drogot fogyasztott, épp alszik, esetleg érzelmileg nagyon feldúlt állapotban van);
- › **Fizikai erőszakot vagy kényszerítést** (pl. lefogja, bezárja, megüti az áldozatot).

ÍGY HANGZIK A ZSAROLÁS ÉS A MANIPULÁCIÓ

Ha a lent felsorolt példákhoz hasonló mondatokat hallasz, valószínűleg akaratod ellenére igyekeznek rávenni valamilyen szexuális tevékenységre. Ha a mondatokat te magad mondod, azonnal abba kell hagynod a zsarolást és manipulációt! Ha valaki szexelni szeretne veled, azt jelezni fogja, nincs jogod rávenni a másikat semmi olyasmire, amire ő nem vágyik.

"Ne csináld már, szörnyen fáj a herém, ha felizgatnak és nem mehetek el."

"Fizettem az italokat meg a taxit, jár valami cserébe."

"Izszonyúan beindít, ha megcsókolysz, persze, hogy nem bírok magammal."

"Látom, már nem is kívánsz. Semmi értelme akkor együtt lennünk."

"Te mindenkivel lefekszel, miért pont velem nem?"

"Eddig minden barátnőm élvezte az anális szexet, neked is tetszeni fog."

"Csak egy kicsit hadd simogassalak..."

Mindig jogod van visszautasítani a másik kezdeményezését! Semmilyen körülmények között nem kell olyan szexuális tevékenységben részt vened, amire nem vágysz!

A SZEX FELTÉTELE, HOGY MINDEN RÉSZTVEVŐ AKARJA!

A szexuális erőszakot úgy kerülhetjük el, ha mindig csak olyat teszünk, amit mindegyik résztvevő akar önmagáért a szex örömeért és nem másért. A "nem"-et természetesen mindig tiszteletben kell tartanod, akár szavakkal, akár a testével fejezi ki a másik (például arrébb teszi a kezét vagy elhúzódik), de ez még nem elég.

*Csak olyan **beleegyezés** esetén szabad elkezdened vagy folytatnod bármilyen szexuális tevékenységet, ami:*

1. aktív, egyértelmű és lelkes

Az, hogy a partnered nem tiltakozik, nem jelenti azt, hogy a beleegyezését adta. Várd meg, amíg ő is kezdeményez, figyelj rá, hogy élvez-e, amit csináltok, és ha valami újba kezdenél, kérdezd meg, szeretné-e. Ha bizonytalan, azonnal állj le! Csak az "IGEN!" jelent igent!

2. egyenlő helyzetben született

Aki kiskorú, részeg, alszik, vagy bármilyen más miatt alárendelt vagy kiszolgáltatott helyzetben van, az nem tud valódi beleegyezést adni. Ilyen esetekben sosem szabad kezdeményezni!

3. szabad döntés eredménye

Az "igen" csak akkor érvényes, ha szabadon mondhatunk ne-

met is. Aki nem belülről fakadó vágyból, hanem félelemből, nyomás alatt, győzködés, manipuláció vagy zsarolás hatására megy bele valamibe, az valójában nem adta a beleegyezését.

4. folyamatos

Újra meg újra meg kell bizonyosodnod arról, hogy a másik élvez-e és akarja, amit csináltok! Akkor is, ha jártok, akkor is, ha korábban már csináltatok, akkor is, ha valami másba már beleegyezett, és akkor is, ha az elején azt mondta, szeretné. Ha valami újba kezdenél, mindig győződj meg róla, hogy a partnered is akarja! Amint bármelyikőtöknek elmegey a kedve vagy meggondolja magát, azonnal le kell állnotok!

Ha a fenti feltételek nem teljesülnek és te mégis folytatod a szexuális tevékenységet, azzal szexuális erőszakot követsz el!

HOGYAN BESZÉLJEM RÓLA?

Elsőre talán zavarba ejtőnek tűnhet az ötlet, de ha szex előtt és közben is beszéltek arról, mit szeretnétek és mit nem, sokkal élvezetesebb és biztonságosabb lesz az együttlét. Akár el is próbálhatod magadban, te hogyan kérdesz meg a partnered, hogyan mondanál igent és nemet legzívesebben. Néhány ötlet:

"Lenne kedved lefeküdni velem?"

"Ez jó érzés? Hol a legjobb?"

"Mi az, ami felizgat?"

"Szeretné, ha...?"

"Igen, folytassuk!"

"Nagyon élvezem azt, hogy..."

"Ez most nem esik jól."

"Szeretni szoktam, amikor... de most nincs kedvem hozzá."



HONNAN VEHETEM ÉSZRE, HOGY VESZÉLYBEN VAGYOK?

Agyunk egy nagyon érzékeny műszer, ami rengeteg tapasztalatot összegez, és olyan jeleket is számításba vesz, amiket abban a pillanatban tudatosan nem is észlelünk. Ha veszélyben vagyunk, számíthatunk rá, hogy azt valamilyen módon érzékelni fogjuk, például:

- › Van egy visszatérő rossz érzésünk (*"Mindig furán érzem magam a társaságában."*)
- › Ingerültek leszünk (*"Mi a francért megyünk erre? Mondtam, hogy nem szeretnék."*)

- › Megérzésünk támad ("Ki kellene szállnom a kocsiból.")
- › Kételkedni, gyanakodni kezdünk ("Szerintem nem mond igazat.")
- › Félelmet érzünk.

A félelem, még ha nem is tudjuk biztosan, hogy miért érezzük, egy olyan jel, amit nem jó figyelmen kívül hagyni. Igyekezzünk ilyenkor segítséget kérni, megvédeni magunkat vagy kilépni a helyzetből, még ha mások emiatt furcsán is néznek ránk! **Vegyük komolyan a megérzéseinket, mert segítenek elkerülni a veszélyt.**

MIT TEHETEK, HA VESZÉLYBEN VAGYOK?

Amikor veszély fenyeget, agyunk másik üzemmódba kapcsol, ezért nem ugyanúgy reagálunk és hozunk döntéseket, mint amikor nyugodtan át tudjuk gondolni, mi a teendő. Szexuális erőszak esetén például nagyon gyakori, természetes reakció a lefagyás, amikor az embert megbénítja a félelem és képtelen cselekedni. Csökkenti a lefagyás esélyét, ha előre átgondoljuk, mihez tudunk kezdeni egy ilyen helyzetben, még jobb, ha önvédelmi tanfolyamon vagy barátokkal el is gyakoroljuk. Ha megpróbálunk védekezni, azzal jó eséllyel elveszjük a támadó kedvét a további próbálkozástól.

NÉHÁNY ÖTLET VESZÉLY ESETÉRE:

- › *Segítségkérés telefonon vagy egy arra járóat megszólítva;*
- › *Határozott tiltakozás (pl. "Azonnal hagyj abba!");*
- › *Kiabálás, fenyegetés, hangos jelenet (pl. "Segítség, tűz van!");*
- › *Karmolás, ütés (tárggyal vagy anélkül), rúgás, harapás;*
- › *Mihamarabbi, minél gyorsabb menekülés.*

A legfontosabb azonban, hogy az áldozatnak akkor sem kell magát hibáztatnia vagy szégyenkeznie, ha a félelem vagy bármi más miatt egyáltalán nem volt lehetősége védekezni. A szexuális erőszak mindig csakis az elkövető felelőssége!

MIT TEHETEK, HA SZEXUÁLIS ERŐSZAK ÁLDOZATA LETTEM?

Ha szexuális erőszakot követek el veled szemben, jogod van az védelemhez, támogatáshoz és igazságszolgáltatáshoz! Senkinek nincs joga ilyen tenni mással, a felelősség mindig az elkövetőé, sosem az áldozaté. A szexuális erőszak legtöbb formáját törvény is tiltja.

HA BÁNTOTTAK, A KÖVETKEZŐKET TEHETED:

- › *Keress egy biztonságos helyet!*
- › *Hívd a rendőrséget vagy a mentőket! Ők jó esetben igazságügyi orvosszakértőhöz irányítanak, aki megfelelően tudja a bizonyítékokat rögzíteni. Ezért is fontos, hogy ne hozd rendbe magad, ne fürödj meg, vagy öltözz át, hiszen ezzel bizonyítékok vesznek el. Ez ilyenkor nagyon nehéz lehet, de ha úgy döntesz, hogy feljelentést teszel, szükséged lesz a bizonyítékokra.*
- › *Beszélg valakivel, aki közel áll hozzád, és megbízol benne! A szexuális erőszak semmiképpen sem a te hibád, jogod van a támogatásra!*
- › *A szexuális erőszaknak a legtöbbször súlyos testi-lelki hatásai vannak, ezért jó, ha segítséget kérsz! A NANE Egyesület kifejezetten szexuális erőszak áldozatai számára tart fenn egy segélyvonalat, ahol képzett női segítőkkel beszélhetsz.*



AJÁNLOTT HONLAPOK:

keretkoalicio.blogspot.com, www.facebook.com/keret.koalicio
 www.nane.hu, www.facebook.com/NANEegyesulet
 www.patent.org.hu, www.facebook.com/patent.egyesulet
 www.muszajmunkacsoport.h

Kiadja a NANE

(Nők a Nőkért Együtt az Erőszak Ellen) Egyesület
 1447 Budapest, Pf. 502.
 www.nane.hu • e-mail: info@nane.hu
 Bankszámlaszám: 16200010-10045143 (MagNet Bank Zrt.).
 Adószám: 18060339-1-42

Ez a szórólap az EGT/Norvég Civil Támogatási Alap támogatásával készült 2015-ben. Szabadon fénymásolható!



CSAK AZ „IGEN!” JELENTI IGENT

MI A SZEXUÁLIS ERŐSZAK ÉS MIT TEHETÜNK ELLENÉ?

nem = NEM
 (csend) = NEM
 talán = NEM
 később = NEM
 nem tudom = NEM
 ha ennyire akarod... = NEM
 IGEN! = IGEN

NANE
NŐK A NŐKÉRT EGYÜTT
AZ ERŐSZAK ELLEN EGYESÜLET

Szexuális erőszakról akkor beszélünk, ha valakit erőszakkal, kényszerrel, manipulációval vagy beleegyezésre nem képes állapotával (melyet okozhat például fogyatékos vagy valamilyen szerhatás) visszaélve bármilyen általa nem akart szexuális cselekvésbe vonnak. Senkinek nincs joga ilyet tenni másval, a felelősség mindig az elkövetőé, sosem az áldozaté.

Ha szexuális erőszakot követtek el Ön ellen, joga van az igazságszolgáltatáshoz, védelemhez és támogatáshoz!

1. MELYEK A LEGFONTOSABB TEENDŐK, HA TÁMADÁS ÉRTE?

- Keressen egy biztonságos helyet.
- Hívja a rendőrséget vagy a mentőket. Ők jó esetben igazságügyi orvosszakértőhöz irányítják Önt, de ha mégsem, akkor is igyekezzen igazságügyi szakértőhöz eljutni, mert az egyszerű nőgyógyász által készített véleményt a bíróság nem szakvéleményként fogadja el, csak okiratként. (Az igazságügyi orvosszakértők listáját megtalálja az Igazságügyi Minisztérium honlapján.)
- Ne hozza rendbe magát: ne zuhanyozzon le, ne fürödjön meg, ne mossa meg a kezét vagy a fogát, ne menjen WC-re. Ne öltözzön át, és ne semmisítse meg a ruháit, ne takarítsa ki az erőszak helyszínét. Lehet, hogy nehéz lesz mindezeket megállni, de fontos bizonyítékokat őrizhet meg így.
- Beszéljen valakivel (lehetőleg személyesen), akiben megbízhat, például egy családtagjával vagy egy barátjával, vagy hívja az erre szolgáló segélyvonalat. (A KERET Koalíció szexuális erőszak-segélyvonalának telefonszáma 06-40-630-006, hívható: hétfő 10–14, szerda 14–18, péntek 10–14.)

2. MIÉRT FONTOS, HOGY MINÉL HAMARABB KAPCSOLATBA LÉPJEN A MEGFELELŐ ORVOSSAL?

- Azért, hogy az orvos megállapítsa, nem sérült-e meg. A támadást követően az áldozat gyakran sokkos állapotban van, és nincs tudatában a saját sérüléseinek, nem érez fájdalmat.
- Azért, hogy megbizonyosodjon róla, hogy nem kapott-e el valamilyen szexuális úton terjedő betegséget. Ez az első lépés a teste feletti kontroll visszaszerzésében.
- Azért, hogy egy esetleges terhesség kialakulását meg lehessen előzni, sürgősségi fogamzásgátló tabletta segítségével.
- Azért, hogy bizonyítékokat lehessen gyűjteni a jövőbeli nyomozáshoz. Ezeket a bizonyítékokat a lehető leghamarabb meg kell gyűjteni, mert nagyon gyorsan elvesznek a mindennapi tevékenységek során (evés, ivás, wc-használat, tisztálkodás).

3. NÉHÁNY FONTOS INFORMÁCIÓ A FELJELENTÉSRŐL

Ön az egyetlen, akinek joga és feladata eldönteni, hogy tesz-e feljelentést vagy sem!

A szexuális bűncselekmények miatt a büntetőeljárás feljelentésre, bejelentésre vagy a hatóságok észlelése nyomán indulhat. A szóban tett feljelentésről a hatóságnak jegyzőkönyvet kell készítenie. Az írásbeli feljelentést tértivevényes levél formájában kell elküldeni az illetékes rendőrkapitányságra vagy bíróságra. A szexuális bűncselekmények bizonyos fajtái magánindítványra üldözendők. Ez azt jelenti, hogy az állam a sértett „döntésétől” teszi függővé a büntetőeljárás lefolytatását. Mindez a gyakorlatban azt jelenti, hogy nem elég, ha a szexuális erőszakról tudomást szerző intézmény feljelentést vagy bejelentést tesz, az eljárás csak akkor indul meg, illetve akkor folytatódik, ha maga a sértett kifejezetten kéri az elkövető felelősségére vonását. Ha a sértett 14 éven aluli, akkor a törvényes képviselője vagy a gyámhatóság tehet feljelentést. A magánindítványnak nincsenek szigorú formai kellekai, de okvetlenül tartalmaznia kell a sértett azon nyilatkozatát, hogy kéri az elkövető büntetőjogi felelősségére vonását. A magánindítványt az esetet követő 30 napon belül kell benyújtani.

Egy bűncselekmény elévülési ideje a legfelsőbb büntetési tétellel esik egybe, de legalább 3 év. Így például a szexuális erőszak alapesete, mely 2–8 évig terjedő szabadságvesztéssel büntethető, 8 év alatt évül el, ugyanakkor a magánindítvány előterjesztésére ez esetben is csak 30 nap áll rendelkezésre. A súlyosabb eseteknél a magánindítvány nem feltétel, és ezeknél 10, illetve 15 év az elévülés ideje.

4. A RENDŐRSÉG KÖTELESSÉGEI, FELADATAI

A rendőrség köteles a bejelentéssel vagy feljelentéssel foglalkozni. Sajnos előfordul, hogy a rendőrök megpróbálják lebeszélni a sértettet a feljelentésről, nem tájékoztatják arról, hogy mit jelent pontosan a magánindítvány, vagy egyszerűen csak elutasítják a feljelentést. Fontos tudnia, hogy a rendőröknek ehhez egyáltalán nincsen joga. Amennyiben mégis azt tapasztalja, hogy az ügyeletes tiszt elzárkózik az intézkedéstől, kérje el nevét és szolgálati számát, hogy panaszt tudjon ellene tenni.

A rendőrök feladata, hogy minél több információt gyűjtsenek a bűncselekmény körülményeiről és az elkövető kilétéről. A kapott adatokat azonban nem használhatják arra, hogy ítélkezzenek a sértett fölött, annak magánéletével vagy életvezetésével kapcsolatban. Az rendben van, ha

rákérdeznek a részletekre, az azonban nem, ha „csámcsognak” rajta, vagy oda nem illő, sértő megjegyzéseket tesznek. Ha ilyesmit tapasztal, lehetőleg azonnal utasítsa vissza, és tegyen írásban is panaszt.

Miután a rendőr felvette a vallomását, mindenképpen olvassa el, és csak akkor írja alá, ha egyetért vele. Ha úgy találja, hogy nem megfelelő a szóhasználat, a fogalmazás, vagy kimaradt egy Ön szerint lényeges részlet, akkor kérje a feljelentés átfogalmazását. Amennyiben Ön kéri, a vallomásának egyes részleteit szó szerint kell jegyzőkönyvbe venni.

5. A LEGFONTOSABB TÉNYEK A SZEXUÁLIS ERŐSZAKRÓL

- Az Európai Unió Alapjogi Ügynökségének 2014-ben nyilvánosságra hozott reprezentatív kutatási adatai szerint Magyarországon a nők 7 százaléka szenvedett már el szexuális erőszakot partnerétől, 3 százalékuk pedig olyan személytől, aki nem a partnere volt.
- Senki sem „provokálja ki” a viselkedésével, hogy megérintszek – ugyanúgy, ahogy senki sem provokálja ki, hogy kirabolják, akkor sem, ha mondjuk pénztárcát hord magánál. A nemi erőszak mindig az elkövető felelőssége, nem az áldozaté.
- A szexuális erőszak leggyakrabban nem sötét sikátorokban történik, és nem idegen követi el. Az esetek többsége az áldozat által ismert helyen (pl. az otthonában) történik. Az elkövető általában olyan személy, akit az áldozat ismer, például partner, rokon, barát, ismerős.
- A párkapcsolaton, házasságon belüli szexuális erőszak is bünteti a törvény. Senkinek sem kötelessége kielégítenie a partnerét. Ha valamelyik fél nem adta a teljes, önkéntes, határozott beleegyezését, szexuális erőszakról beszélünk a résztvevők kapcsolatától függetlenül.
- Az elkövetők nem az öltözék alapján választanak áldozatot, az erőszakot nem a hirtelen fellángoló szexuális vágy szüli; az esetek nagy részében az erőszak legalább valamilyen mértékben előre megtervezett. Minden nőnek joga van szabadon, tetszése szerint öltözködni és biztonságban élni.
- A legtöbb elkövető nem „pszichopata”, és nem lehet „kiszúrni” a tömegben. Az erőszaktevők általában teljesen hétköznapiak és normálisnak tűnnek, sokan köztük párkapcsolatban élnek, családjuk van. Lehetnek magas státuszú, képzett, befolyásos személyek is.
- A szexuális erőszakon nem lehet csak úgy túllépni: az esetek 72 százalékában poszttrauma stresszreakció alakul ki az áldozatoknál. Megfelelő szaksegítség hí-

ján az erőszak okozta lelki sérülések éveken átután is megmaradnak, hogy az esetleges testi sebek már begyógyultak.

6. AZ ERŐSZAK LELKI HATÁSAI

A szexuális erőszak olyan bűncselekmény, amely során az elkövető a másik fölötti hatalmát demonstrálja, és súlyosan megalázza áldozatát. Az áldozat rendszerint azt éli át, hogy az ő akarata egyáltalán nem számít, és képtelen befolyásolni a történéseket. Erős félelem és tehetetlenségérzés önti el, gyakran halálfélelmet él át. Sérülékenyek és gyengének érzi magát, úgy gondolja, hogy nem ura többé a saját életének, és teljesen elveszítheti a bizalmát az embereken.

Az esetek jelentős részében *PTSD*, azaz *poszttraumás stressz-szindróma* alakul ki az áldozatoknál, melynek fő tünetei:

- **Emléketörések:** képszerű, a traumatikus esemény egy-egy részletét magukba foglaló töredékes emlékbemlékek. Legtöbbször a traumára emlékeztető ingerek váltják ki (pl. illatok, szagok, hangok, arckifejezések, érzések, fizikai érzetek vagy a traumatikus élményre emlékeztető szituáció). Az emléketörések különösen kínzóak lehetnek amiatt, hogy kontrollálhatatlannak tűnnek, és sokszor látszólag a semmiből törnek rá a PTSD-ben szenvedőre. A rémálmok is ide tartoznak.
- **Hiperarousal, azaz felfokozott készenléti állapot;** jelei: gyakori megriadás a legkisebb zajra is, szívdobogásérzés, légzési nehézségek, nyugtalanság, alvászavarok, fokozott éberség, koncentrációs nehézségek.
- **Beszűkülés vagy elkerülés:** beszűkült tudatállapot és mozgástér. Jellemző a traumára emlékeztető helyzetek, helyek, tevékenységek kerülése; a társas kapcsolatokból való visszavonulás; az érzelmi élet elszegényedése, belső üresség, „halottság” érzése; alkohol-, drog- vagy gyógyszerfüggőség (a szerek használatának célja az elviselhetetlen érzelmek tompítása, szabadulás az emléketörésektől); az önkárosító, önpusztító, önbüntető viselkedés; valamint a disszociáció, azaz letompult érzékelés, testen kívüliség érzése, az emlék leválasztása az érzelmekről, illetve az érzelmek leválasztása az emlékekről.

Akár traumatizálta Önt az erőszak – és a fenti a tünetektől szenved –, akár nem, joga van hozzá, hogy erőszak túlélőjeként kezeljék, és higgyenek Önnek!

A gyógyulás első lépése lehet a kontroll érzésének visszaszerzése. Ennek alapvető módja, hogy olyan döntéseket hoz, melyek valóban az Ön szándékait tükrözik. Szexuális erőszak esetén az első ilyen lehet például, hogy eldönti: tesz-e feljelentést vagy sem.

Amennyiben professzionális segítséget keres, fontos, hogy jól válasszon szakembert. Egy jó pszichológus vagy pszichiáter soha nem Önt hibáztatja az erőszakért; hisz Önnek, nem becsüli le az Ön tapasztalatait vagy a fájdalmat, amit átélt; és rendelkezik tudással (vagy kész információkat szerezni) arról, hogyan lehet hatékonyan segíteni az erőszak túlélőit.

AJÁNLOTT OLVASMÁNYOK

Herman, Judith Lewis: *Trauma és gyógyulás. Az erőszak hatása a családon belüli bántalmazástól a politikai terrorig.* Budapest, Háttér Kiadó – NANE Egyesület, 2011.

Forward, Susan: *Mérgező szülők. Hogyan szabaduljunk meg fájdalmas örökségünktől, és nyerjük vissza életünket?* Budapest, Háttér Kiadó, 2000.

AJÁNLOTT HONLAPOK

keretkoalicio.blogspot.com • www.facebook.com/keret.koalicio
www.nane.hu • www.facebook.com/NANEegyesulet
www.patent.org.hu • www.facebook.com/patent.egyesulet
www.nokjoga.hu
www.muszajmunkacsoport.hu

SZEXUÁLIS ERŐSZAK SEGÉLYVONAL:

06-40-630-006

(hétfő 10.00–14.00, szerda 14.00–18.00,
péntek 10.00–14.00, helyi tarifával hívható)

SEGÉLYVONAL BÁNTALMAZOTT NŐKNEK ÉS GYEREKEKNEK:

06-80-505-101

(hétfő, kedd, csütörtök, péntek 18.00–22.00, ingyenesen hívható)

Kiadja a NANE (Nők a Nőkért Együtt az Erőszak Ellen) Egyesület. 1147 Budapest, Pf. 502.
www.nane.hu • e-mail: info@nane.hu
Bankszámlaszám: 16200010-10045143 (MagNet Bank Zrt.).
Adószám: 18060339-1-42

Ez a szórólap az EGT/Norvég Civil Támogatási Alap támogatásával készült 2015-ben.

Szabadon fénymásolható!



SZEXUÁLIS ERŐSZAK

NANE
NŐK A NŐKÉRT EGYÜTT
AZ ERŐSZAK ELLEN EGYESÜLET

ALAPINFORMÁCIÓK
ÁLDOZATOKNAK

KERET
KOALÍCIÓ
A SZEXUÁLIS ERŐSZAK ELLEN