



## Kas yra Moterų informacijos centras?

Šis tekstas yra parašytas lengvai suprantama kalba.

Lengvai suprantama kalba reikalinga žmonėms, kuriems yra sunku suprasti įprastus tekstus.

Lengvai suprantama kalba padeda jiems sužinoti naujos informacijos.

Tokių tekstų jau yra įvairiose pasaulio šalyse.

© Europos lengvai suprantamos kalbos logotipas.

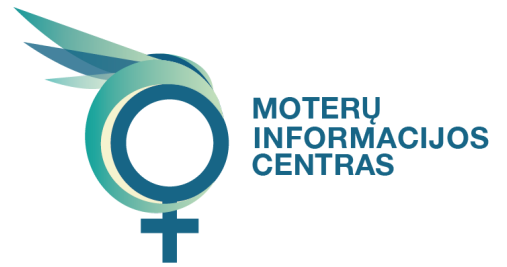
Daugiau informacijos rasite čia:

<https://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read/>



Kas yra Moterų informacijos centras?

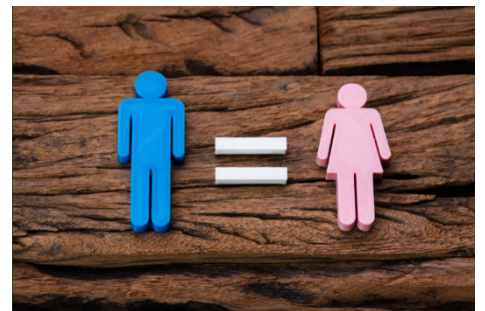
Mes esame Moterų informacijos centras.  
Toliau tekste mes vadinsimės Centru.  
Mūsų Centras įkurtas prieš 28 metus.  
Tačiau Centras jau seniai padeda žmonėms.



Mes labiausiai norime, kad visi Lietuvos žmonės turėtų tokias pačias galimybes.

Pavyzdžiui:

- kad visi žmonės galėtų mokytis, tai ką nori mokytis,
  - kad visi žmonės būtų saugūs,
  - kad visi žmonės, gautų vienodą atlyginimą.
- Pavyzdžiui, kartais vyrų atlyginimai būna didesni nei moterų.



Centre:

- dirba geri darbuotojai.  
Darbuotojai žino, kaip Jums padėti.
- padeda savanoriai.  
Savanoriai yra žmonės, kurie padeda Centru dirbti.  
Tačiau jie nėra darbuotojai.  
Jie padeda tada, kai gali.



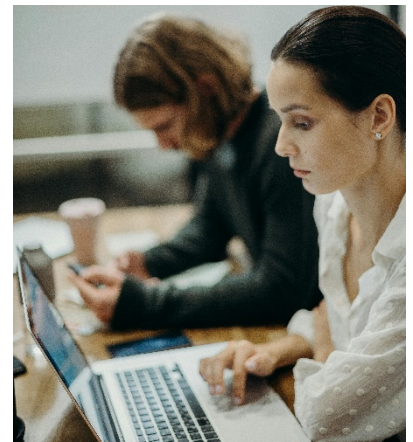
Centro darbuotojai ir savanoriai:

- dirba kartu,
- dirba gerai,
- dirba tam, kad moterys ir vyrai turėtų lygias galimybes.  
Pavyzdžiui, gautų vienodą atlyginimą.
- gerbia vienas kitą,
- ieško naujų būdų, kaip galėtų padėti žmonėms.



Mūsų Centro darbuotojai ir savanoriai dirba tam:

- kad ir vyrai, ir moterys turėtų tokias pačias galimybes.  
Pavyzdžiui:
  - mokytis,
  - dirbti.
- kad artimoje aplinkoje būtų mažiau smurto.  
Smurtas yra tada, kai kažkas Jums sukelia:
  - skausmą, pavyzdžiui, Jums trenkia,
  - baimę, pavyzdžiui, Jums grasina.



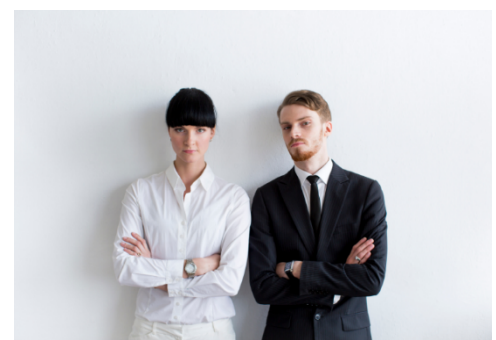
Artima aplinka yra Jūsų artimiausi žmonės.

- Pavyzdžiui:
- Jūsų mergina ar vaikinai,
  - Jūsų vyras ar žmona,
  - Jūsų tėtis ar mama,
  - Jūsų vaikai.



Taip pat mūsų Centro darbuotojai ir savanoriai:

- nori, kad ir vyrai, ir moterys būtų lygūs darbe.



Pavyzdžiui, kad darbe ir vyrai, ir moterys gautų vienodą atlyginimą.

- pasakoja kitiems žmonėms apie lygias galimybes.
- padeda moterims gyventi geriau.



Taip pat mūsų Centro darbuotojai ir savanoriai:

- nori mažinti smurtą, kuris įvyksta dėl žmogaus lyties.

Lytis yra, pavyzdžiui:

- vyras,
- moteris.

Pavyzdžiui, niekas negali Jūsų mušti, nes Jūs esate moteris.



- nori mažinti patyčias, kurios įvyksta dėl žmogaus lyties.

Lytis yra, pavyzdžiui:

- vyras,
- moteris.

Pavyzdžiui, niekas negali iš Jūsų tyčiotis, nes Jūs esate moteris.



**Ką Centras veikia?**



Centro darbuotojai nori, kad visi žmonės būtų lygūs.

Todėl Centro darbuotojai daug dirba.

Centro darbuotojai:

- dalyvauja įvairiuose projektuose.

Projektai yra veiklos, kuriose darbuotojai:

- daug kalba apie lygias galimybes,
- daug dirba, kad visi žmonės turėtų lygias galimybes.

Projektai vyksta ir Lietuvoje, ir kitose šalyse.

- veda mokymus.

Centras turi net 30 skirtingų mokymų.

Pavyzdžiui, Centro darbuotojai

gali praveisti mokymus

apie pasitikėjimą savimi.

Visus mokymus galite rasti,

kai paspausite mėlyną nuorodą apačioje:

<https://lygus.lt/mokymai-ir-programos/>

- vykdo tyrimus.

Tyrimu metu Centro darbuotojai

nori sužinoti informaciją, kokia nors tema.

Pavyzdžiui, Centras tyrė,

ką Lietuvos gyventojai galvoja

apie smurtą prieš moteris.

Tai reiškia, kad Centro darbuotojai

klausė Lietuvos gyventojų,

ką jie galvoja apie smurtą prieš moteris.

Centro darbuotojai:

- rengia informaciją kitiems specialistams.



Pavyzdžiui, Centro darbuotojai parašė patarimus, kaip dirbti su jaunimu. Šiais patarimais gali naudotis kiti specialistai.

- ieško būdų, kaip sustabdyti smurtą, kuris vyksta dėl žmogaus lyties.

Lytis yra, pavyzdžiui:

- vyras,
- moteris.

Pavyzdžiui, Centro darbuotojai pasakoja kitiems žmonėms, kas yra smurtas.

- padeda kitiems žmonėms kovoti už lygias galimybes.



**Ką daryti, jeigu Jūs susidūrėte su problemomis?**

Jeigu Jūs susidūrėte su problemomis,  
Centro darbuotojai:

- gali Jus išklaudyti.  
Centre yra pagalbos moterims linija.  
Jeigu jaučiatės blogai,  
čia galite paskambinti.  
Pagalbos moterims linija dirba visada.
- padeda žmonėms, kurie nukentėjo  
nuo smurto artimoje aplinkoje.  
Artima aplinka yra Jums artimi žmonės,  
pavyzdžiui, Jūsų vyras ar žmona.  
Jeigu Jūs nukentėjote nuo smurto,  
Centro darbuotojai:

- galės Jus išklaudyti,
- padės sugalvoti, ką daryti toliau,
- jeigu reikia, padės sutvarkyti svarbius dokumentus.  
Pavyzdžiui, jeigu Jūs eisite į teismą  
arba norėsite nutraukti santuoką,
- padės bendrauti su kitomis organizacijomis.



Tekstą parengė: „Informacijos kaupimo ir sklaidos centras“.

Tekstą vertino: Lina Bielinytė.

Nuotraukos:

- [pexel.com](https://www.pexels.com)
- [unsplash.com](https://unsplash.com)