



SI TË MBROHEMI NGA ABUZIMI SEKSUAL

Broshurë për adoleshentët



Tabela e përmbajtjes

- 02 • Pse kjo broshurë?
- 03 • Abuzimi seksual
- 04 • Pse kemi ligje për seksin?
- 05 • Kush është abuzuar seksualisht?
- 06 • Kush mund të jetë abuzuesi
- 07 • Pse adoleshentët janë të
synuar nga abuzuesit seksualë?
- 08 • Pse duhet të tregoj?
- 10 • Çfarë mund t'ju pengojë të tregoni për
abuzimin?
- 11 • Si mund të liroheni nga e gjithë kjo
situatë?
- 12 • Kujt duhet t'i tregoj?
- 13 • Duhet të shkoj për këshillim?
- 14 • A do të shërohem ndonjëherë nga
abuzimi seksual?



Ju mund ta përdorni këtë broshurë duke e lexuar atë vetë, duke e lexuar atë me një mik apo të rritur të besuar, ose duke ia dhënë një miku që ka nevojë për ndihmë.



01. PSE KJO BROSHURË?

Shpesh lexojmë në gazeta rreth fëmijëve apo adoleshentëve që janë abuzuar seksualisht. Gjithashtu, lexojmë për njerëzit që janë akuzuar për abuzim seksual dhe dëgjojmë raste kur dërgohen njerëz në burg për krimet e tyre. Kur mendojmë për një të rritur që abuzon seksualisht me një fëmijë të vogël, mund të pyesim nëse i rrituri është “i sëmurë” ose “i çmendur” ose “i çoroditur”.

Ajo që dimë me siguri është se abuzimi seksual mund t' u bëjë fëmijëve dhe adoleshentëve një dëm të madh emocional, dhe jo vetëm. Shoqëria njih shkelësit e të drejtave dhe kjo është arsyeja pse ka ligje kundër abuzimit seksual. Nëse ju keni qenë abuzuar seksualisht, kjo mund të ndihmojë shërimin tuaj dhe njohjen se personi që ju ka abuzuar ka bërë diçka të gabuar. Nuk është e dobishme për të justifikuar sjelljen e tyre për shkak se ata ishin “të sëmurë” ose “të dehur” në atë kohë.

Shpesh herë meshkujt adoleshentë dhe të rinjtë abuzohen seksualisht, ngacmohen seksualisht dhe shfrytëzohen seksualisht.

Nëse jeni si shumica e adoleshentëve, mund të jetë e vështirë për ju të komunikoni, se keni qenë viktimë e abuzimit seksual. Ose mund të jeni përfshirë në një situatë ku ishte e vështirë të thuash nëse ishit viktimë apo jo.

Kjo broshurë do t'ju ndihmojë të vendosni, apo të mësoni se çfarë ka ndodhur me të vërtetë dhe çfarë duhet të bëni për të.

Kjo broshurë do t'ju ndihmojë për:

- përcaktimin e abuzimit seksual;
- përcaktimin e ngacmimeve seksuale dhe shfrytëzimit seksual;
- përcaktimin e ligjeve bazë për seksin midis adoleshentëve dhe midis adoleshentëve dhe të rriturve;
- të përshkruar situatat në të cilat adoleshentët janë në rrezik të abuzimit seksual;
- të përshkruar efektet e abuzimit seksual; dhe
- të treguar se si mund të merrni ndihmë - qoftë për veten tuaj ose për një mik.

02. ABUZIMI SEKSUAL

Ngacmimi seksual është kundër ligjit dhe ju duhet ta raportoni atë.

Abuzimi seksual dhe ngacmimi seksual

Abuzimi seksual është një abuzim i pushtetit. Kjo do të thotë që dikush me shumë pushtet e përdor këtë pushtet mbi dikë tjetër në një mënyrë seksuale. Kur dikush që është më i vjetër, më i fortë apo me përvojë, ka detyruar aktivitetin seksual për ju, ju jeni abuzuar seksualisht.

Ju keni qenë, gjithashtu, të abuzuar seksualisht nëse një i rritur ose adoleshent që admironi dhe respektoni, ju ka folur për aktivitetin seksual. Edhe nëse nuk ka marrëdhënie seksuale apo prekje seksuale, abuzimi seksual mund të ketë ndodhur. Nëse jeni detyruar të shihni aktivitetin seksual ose të shihni video pornografike ose imazhe/fotografi, kjo është një formë e abuzimit seksual.

Është e natyrshme që disa njerëz të kenë më shumë fuqi se të tjerët, por është e gabuar kur një person e keqpërdor atë pushtet. Gjithkush meriton të respektohet, të dëgjohet dhe të kihet kujdes. Nëse dikush ju trajton në një mënyrë që ju lëndon, ju frikëson ose ju zemëron, ky është abuzimi. Nëse ata nuk do të ndalen kur ju kërkoni të ndalen, ky është edhe abuzimi.

Ngacmimi seksual është një formë e abuzimit seksual. Është vëmendje seksuale që nuk e dëshironi dhe nuk e kërkoni.

Nëse një mësues bën komente seksuale në lidhje me veshjen, trupin apo pamjen tuaj, kjo është ngacmim seksual. Nëse një djalë i klasës së 11-të, për shembull, i thotë një koleges së tij se ajo ka "trup të bukur" ose se do të donte të bënte seks me të, kjo është ngacmim.

Shpeshherë lexojmë për meshkujt që akuzohen për ngacmimin seksual të vajzave adoleshente. Tregimet zakonisht kanë të bëjnë me një ngacmues mashkull ndaj gjinisë së kundërt, por është e rëndësishme të kuptohet se femrat dhe meshkujt e rritur, gjithashtu, mund të abuzojnë me djemtë adoleshentë.

Shpesh njerëzit që ngacmojnë seksualisht pretendojnë se ishin vetëm ngacmues, se nuk ishte gjë e madhe. Ata sugjerojnë që ju nuk keni kuptuar mirë humorin që iu është bërë. Por ngacmimi seksual nuk është qesharak.

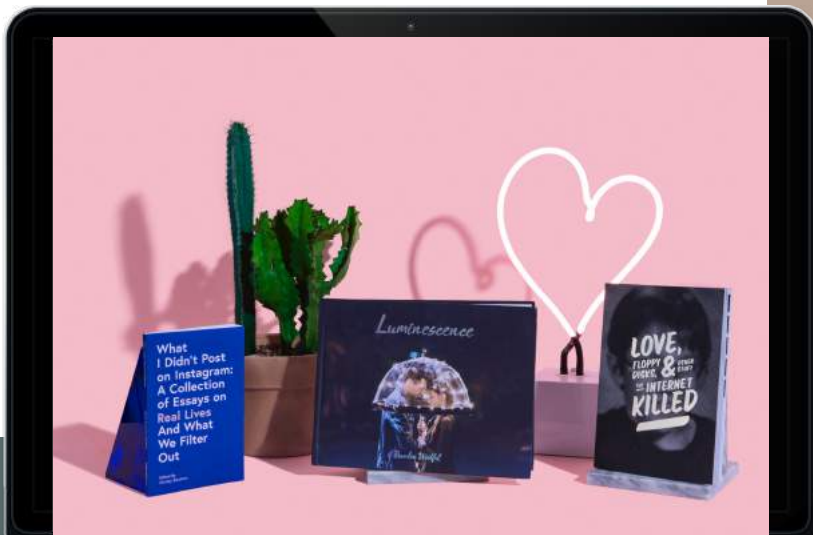
PSE KEMI LIGJE PËR SEKSIN?

Kodi Penal i Republikës së Shqipërisë përfshin ligje mbi veprimtarinë seksuale për të mbrojtur njerëzit, veçanërisht të rinjtë, nga shfrytëzimi dhe abuzimi. Ligjet njohin se disa njerëz janë në gjendje të dominojnë dhe të përdorin të tjerët thjesht sepse ata kanë më shumë fuqi.

Disa njerëz janë më të fortë, më të mëdhenj, më të vjetër, më të zgjuar ose më të pasur se të tjerët. Disa mund të kenë pozita të autoritetit dhe besimit, si prindërit, mësuesit ose trajnerët.

Disa kanë armë. Ligjet për sjelljen seksuale janë të dizajnuara për të mbrojtur njerëzit më pak të fuqishëm nga njerëzit më të fuqishëm.

Q4 KUSH ABUZOHE SEKSUALISHT?



Çdo vit, në mbarë botën, shumë fëmijë dhe adoleshentë abuzohen seksualisht. Psikologë dhe punonjës socialë të abuzimit seksual besojnë se ka shumë djem të abuzuar, edhe pse vajzat raportojnë më shpesh dhunën seksuale.

Disa psikologë dhe punonjës socialë mendojnë se kjo është për shkak se disa djem shpesh janë tepër krenarë ose “macho” për të pranuar se ata janë abuzuar seksualisht.

Mosha bën një ndryshim. Djemtë e rinj kanë më shumë gjasa të abuzohen seksualisht nga anëtarët e familjes dhe kujdestarët. Meshkujt adoleshentë kanë më shumë gjasa të abuzohen seksualisht nga figura të autoriteteve miqësore, siç janë mësuesit, trajnerët apo drejtuesit e rinj.

Shumë adoleshentë janë abuzuar seksualisht kur ishin ende në shkollën fillore ose më parë. Për shumë vajza dhe djem, abuzimi ka filluar që në mjediset familjare. Mund të ketë vazhduar prej vitesh. Nëse jeni abuzuar seksualisht kur ishit të vegjël, ju jeni të prekshëm nga abuzimi përsëri si adoleshentë.

Përvojat e hershme të tradhtisë nga dikush që ju vareni, e bën të vështirë të mësoni se tek kush të besoni dhe si të ngriheni për veten tuaj.





KUSH MUND TË JETË ABUZUESI?

Abuzuesit mund të jenë djem të rinj adoleshentë ose burra të rritur, adoleshente ose gra të rritura, të moshuar që pretendojnë të jenë adoleshentë në internet ose djemtë në moshën tuaj me të cilët jeni miq të rastësishëm.

Shumica e abuzuesve janë meshkuj, edhe pse vajzat dhe djemtë adoleshentë mund të abuzohen seksualisht nga gratë. Vajzat adoleshente shpesh keqpërdoren nga dikush në familje ose nga një person i rritur që ata njohin dhe besojnë (si një mik i familjes ose një person në pozitë të pushtetit apo autoritetit). Nganjëherë ata keqtrajtohen edhe nga dikush që është në moshën e tyre.

Shumë njerëz mendojnë se nëse një mashkull i rritur abuzon me një djalë ose një grua abuzon me një vajzë, abuzuesi duhet të jetë homoseksual ose lezbike. Kjo nuk është e vërtetë. Gejët dhe lesbiket duan të jenë seksualë me të rriturit e tjerë, jo me adoleshentët.

Kur fëmijët janë abuzuar nga dikush i të njëjtit seks, ata shpesh mendojnë se kjo do të thotë se ata janë homoseksual apo lezbike. Nuk është e vërtetë. Nëse prireni për t'u tërhequr nga burrat apo gratë nuk ka të bëjë fare me abuzimin seksual. Nëse jeni të pa qartë për identitetin tuaj seksual, biseda me një këshilltar mund të ndihmojë.

Abuzuesit janë ngacmues seksualë që duan të përdorin pushtetin e tyre mbi dikë më të vogël ose më pak të fuqishëm se ata, nëse ata abuzojnë me vajzat, djemtë ose të dyja.

Në shumë raste ju nuk mund të raportoni abuzimin sepse keni disa ndjenja pozitive për abuzuesin. Ju mund të keni frikë nga fuqia e abuzuesit. Pastaj, nëse abuzuesi shkon në burg si personi që ka kryer këtë veprë mbi ju, mund të ndjeni dhimbje nga humbja e dikujt që kishte luajtur një rol të rëndësishëm në jetën tënde.

Abuzuesit seksualë, tërheqin jo vetëm për seksin, por edhe për shkak se ata kanë nevojë për admirues. Ata përpiqen të impresionojnë viktimat e tyre më të reja me atë se sa inteligjente, të talentuar apo të pasur janë.

Abuzuesit mund të duan të jenë udhëzues ose mentorë për viktimat e tyre dhe, madje t'i ndihmojnë ata të fillojnë një karrierë.



PSE ADOLESHENTËT JANË TË SYNUAR NGA ABUZUESIT SEKSUALË?

Në adoleshencë ju kaloni shumë ndryshime fizike dhe emocionale dhe keni shumë nevoja.

Abuzuesit seksualë përfitojnë nga nevojat tuaja në disa mënyra:

- 01** Të rriturit me eksperiencë mund të shfrytëzojnë **nevojën e një të riu për të pasur mentorë** ose të rritur të suksesshëm, të cilët mund të jenë modele roli. Një i rritur i cili është një artist, për shembull, lehtë mund të shfrytëzojë ëndrrën tuaj për t'u bërë artist.
- 02** Të kesh përvoja seksuale është dukuri e njohur në këtë stad të zhvillimit. Të dy abuzuesit meshkuj dhe femra shfrytëzojnë **nevojën tuaj për të mësuar rreth seksit**.
- 03** Kur të piqeni, keni **nevojë për dashurinë dhe miratimin e një mashkulli/femre**, ashtu si edhe kur keni qenë më të vegjël. Kur prindërit janë të zënë apo edhe mungojnë fare, dikush tjetër mund ta gjejë këtë boshllëk dhe të përfitojë prej jush.
- 04** Abuzuesit shpesh ju ofrojnë drogë dhe alkool. Kjo shfrytëzon **nevojën tuaj për të provuar gjëra të reja**.



07. PSE DUHET TË TREGOJ?

Ekzistojnë katër arsye të rëndësishme për t'i thënë dikujt për abuzimin:

✓ **1. Për të ndaluar abuzimin.** Abuzimi seksual është kundër ligjit dhe ju keni të drejtë të jeni të mbrojtur nga sistemi i drejtësisë. Policia, punonjësit socialë, psikologët dhe gjyqtarët janë të gjithë pjesë e një sistemi që ka më shumë fuqi sesa abuzuesi.

✓ **2. Për të ndihmuar në zgjidhjen e ndjenjave tuaja.** Ju mund të dëshironi të shkoni tek psikologu ose të bashkoheni me një grup mbështetës për vajzat adoleshente që janë abuzuar seksualisht. Është një lehtësim për të folur me njerëz që kuptojnë.

✓ **1. Për t'u siguruar se jeni mirë.** Ju mund të shqetësoheni se abuzimi ka dëmtuar trupin tuaj në një farë mënyre, ose mendoni se keni marrë sëmundje seksualisht të transmetueshme. Ju mund të takoni një mjek që t'ju kontrollon në mënyrë që të dini nëse trupi juaj është në rregull.

✓ **2. Për të ndaluar abuzuesin për dëmtimin e kujtdo tjetër.** Abuzuesit seksualë shpesh abuzojnë viktimë pas viktime derisa dikush i ndalon ata.

07.

PSE DUHET TË TREGOJ?



Gjithashtu është e rëndësishme që të tregoni për abuzimin seksual, sepse:

- Tregimi tek dikush do të thotë që ju jeni duke e shkarkuar ngarkesën nga vetja. Do të kesh njerëz që kujdesen për ty dhe janë të gatshëm të ndihmojnë.
- Ekspozimi i dikujt që ka abuzuar me ju është e vetmja mënyrë për të siguruar që ju të merrni mbështetje këshillimi. Do t'ju nevojitet këshilla për të kapërcyer frikën dhe ndjenjat e fajit që do të përjetoni edhe pasi abuzimi të ketë përfunduar.
- Ju rrezikoni të merrni infeksione seksualisht të transmetueshme, të tilla si herpes gjenital ose HIV dhe SIDA, nëse abuzuesi ju ka detyruar në veprimtari seksuale me rrezik të lartë.
- Nëse jeni abuzuar seksualisht kur keni qenë më i ri, mund të keni një prirje për t'i prekur fëmijët seksualisht. Kjo mund të të japë një ndjenjë të pushtetit mbi një person tjetër, ashtu si dikush me pushtet kishte pushtet mbi ju. Për të marrë ndihmë, duhet t'i tregoni dikujt se çfarë keni menduar për të bërë me fëmijët e vegjël dhe, gjithashtu, pranoni se dikush ju ka abuzuar seksualisht. Kjo është mënyra më e mirë për të ndaluar veten nga dëmtimi i të tjerëve.



ÇFARË MUND T'JU PENGOJË TË TREGONI PËR ABUZIMIN?

- **Mund të jeni të zënë ngushtë.** Ju mund të mendoni se keni qenë naiv, ose që të tjerët do të mendojnë se jeni budallenj. Inteligjenca nuk ka të bëjë fare me të. Abuzuesit mund të bindin edhe njerëzit më të mençur. Abuzuesi është më i vjetër se ju dhe ndoshta ka shumë përvojë në joshjen e të rinjve.
- Nëse jeni abuzuar seksualisht, së bashku me adoleshentë të tjerë, **mund të ndjeni presion** për të qëndruar i qetë dhe për të vazhduar të bëni atë që po bëjnë edhe ata. Të tjerët madje mund t'ju bëjnë presion, sepse nëse braktisni grupin, kjo i bën ato të duken të këqij.
- Ju mund të besoni se duke u thënë policisë, punonjësve socialë, psikologëve ose prindërve tuaj, **do ju duket se po "spiunoni" abuzuesit dhe adoleshentët e tjerë** që janë pjesë e një grupi. Përgjigja për këtë ide është se kushdo që rrezikon shëndetin tuaj mendor dhe fizik nuk e meriton mbrojtjen tuaj.

Disa arsye të rëndësishme që mund t'ju pengojnë të tregoni, do të jenë si më poshtë vijon:

- **Mund të keni frikë.** Abuzuesi mund t'ju ketë kërcënuar se do t'ju lëndoje. Ju mund të keni frikë të bisedoni me punonjësit socialë, psikologët dhe policinë dhe të keni frikë të dëshmoni në gjykatë, sepse nuk dini çfarë mund të prisni nga procesi gjyqësor. Megjithatë, ka njerëz të trajnuar të cilët mund t'ju ndihmojnë në çdo hap.
- **Ju nuk mund të dëshironi që abuzuesi të jetë në telashe,** sepse ju ende keni merak për të ose sepse keni frikë se familja juaj do të jetë e mërzitur me ju nëse ata nuk mund ta shohin më atë ose nëse ai shkon në burg. Mos harroni që nuk jeni përgjegjës për pasojat që do të ketë abuzuesi.
- **Ju nuk mund të jeni i sigurt se ishte abuzim seksual.** Nëse jeni të hutuar, është e rëndësishme të gjeni një këshillues që të ketë njohuri të mjaftueshme për abuzimin seksual për t'ju ndihmuar në zgjidhjen e asaj që ju ka ndodhur.

SI MUND TË LIROHENI NGA E GJITHË KJO SITUATË?

Nëse jeni duke abuzuar seksualisht nga një i rritur ose një adoleshent më i rritur dhe po ndjeheni i bllokuar, hapi i parë është t'i tregoni dikujt dhe të merrni ndihmë. Nëse abuzuesi ju mashtroi duke besuar se keni qenë duke ushtruar zgjedhje të lirë, ju mund të keni vështirësi në pranimin se jeni mashtruar.

Të pranosh se ke qenë i abuzuar seksualisht do guxim. Por ndjenja juaj e vetëbesimit, tani dhe si një i rritur, varet nga ky hap i parë jetik.



10. KUJT DUHET T'I TREGOJ?

Kur një krim është kryer, tregojani policisë. Një vështirësi e mundshme është që të rriturit jo gjithmonë u besojnë adoleshentëve. Nëse zyrtari, i cili interviston ju e kupton problemin dhe ka informacione të tjera rreth abuzuesit, intervista mund të shkojë me të vërtetë mirë. Nëse zyrtari është më pak i kuptueshëm, mund të jetë më e vështirë, por duhet ta marrësh atë risk.

Prindërit tuaj duhet të jenë njerëzit më të mirë për të treguar, por kjo varet nga sa mirë ju komunikoni së bashku me ta. Nëse mendoni se një ose të dy prej tyre do të kuptojnë dhe ndihmojnë, u thoni atyre. Nëse ju mendoni se nuk mund t'i llogarisni ata, tregojani një të rrituri tjetër që ju besoni. Kujtdo që i tregoni, duhet ta raportojë abuzimin në polici, kështu që prindërit tuaj do të njoftohen herët a vonë.

Merrni parasysh t'ia tregoni njërit prej njerëzve të tjerë të rëndësishëm në jetën tuaj - një mësuesi, një të afërmi, ose një psikologu/punonjësi social. Pasi të keni thënë të vërtetën, kjo do të thotë që nuk jeni më vetëm. Nëse ju qëndroni me gënjeshtrenë - se nuk jeni duke u abuzuar seksualisht - me të vërtetë jeni të mbërthyer. Të thuash të vërtetën mund të të bëjë të ndihesh më e lehtë. Kjo ju jep fuqinë për të ecur përpara, për të bërë ndryshime dhe për të ecur përpara me jetën tuaj.

Prindërit mund të jenë njerëzit më të mirë për t'u treguar. Kjo do të varet nëse abuzimi ndodh ose jo në familjen tuaj. Ajo, gjithashtu, do të varet nga sa mirë ju komunikoni me prindërit tuaj. Nëse mendoni se një ose të dy prej tyre do t'ju besojnë dhe do t'ju ndihmojnë, u thoni atyre. Nëse nuk je i sigurt, tregojini një të rrituri tjetër që ju beson. Nëse shqetësoheni se reagimet e prindërve tuaj do të jenë të pa pëlqyeshme për ju, atëherë tregojini dikujt tjetër. Prindërit tuaj do të mësojnë rreth abuzimit në fund, por nganjëherë është më e lehtë t'ia tregosh dikujt jashtë familjes tënde së pari. Ky person mund të jetë fqinj, mësues, trajner, këshilltar, ose të rritur të tjerë të besuar. Nëse ai person nuk ndihmon, tregojani dikujt tjetër dhe vazhdoni të thoni derisa të keni ndihmën që ju nevojitet.

Personi që ju i tregoni duhet ta njoftojë atë tek autoritetet e mbrojtjes së fëmijëve ose policia. Ju, gjithashtu, mund të telefononi një linje ndihme për krizat (për shembull Alo 116), autoriteteve për mbrojtjen e fëmijëve ose policisë.

Tregimi i abuzimit mund të jetë i frikshëm, por **sapo ju t'i tregoni dikujt, nuk jeni vetëm.** Tregimi rreth abuzimit ju jep mundësinë të jeni përsëri të sigurt dhe të merrni ndonjë mbështetje për veten tuaj. Pasi të tregoni, ju jeni të lirë dhe nuk jeni vetëm me sekretin.



11. DUHET TË SHKOJ PËR KËSHILLIM?

Po, veçanërisht nëse:

- Ndjeheni me depresion për një kohë të gjatë. Nëse ndiheni sikur po dëmtoni veten ose keni vrrarë veten, merrni ndihmë menjëherë! Ju nuk duhet të vazhdoni të ndjeheni në këtë mënyrë.
- Shqetësoheni që njerëzit janë të lodhur, duke dëgjuar për ju të flisni për abuzimin dhe ndjenjat tuaja.
- Dëshira që nuk do të tregoni kurrë për abuzimin. Kur ju ndiheni kështu, ndoshta keni nevojë për më shumë mbështetje. Mund të ndihmojë të bisedoni me një këshillues, të bashkoheni me një grup mbështetës/terapi ose të dyja.
- Keni ankthe dhe ndjeni frikë se abuzuesi mund t'ju dëmtojë përsëri.
- Keni pyetje në lidhje me abuzimin, por nuk e dini se kë të pyesni.
- Filloni të bëni gjëra që nuk i keni bërë më parë. Për shembull, nëse nisni duke lënë shkollën ose duke bërë seks.
- Përdorni alkool ose droga dhe gjeni veten në situata të pasigurta.
- Ndjeheni fajtor ose keni turp për abuzimin.
- Shqetësoheni që dhe ju do të abuzoni seksualisht me fëmijët. Sa më shumë që mund të flisni për abuzimin dhe për frikën tuaj për abuzimin me të tjerët, aq më pak ka gjasa që ju të abuzoni me të tjerët. Nëse tashmë keni abuzuar seksualisht me dikë, merrni ndihmë menjëherë.
- Shqetësimi për të dëshmuar në gjykatë.



A DO TË SHËROHEM NDONJËHERË NGA ABUZIMI SEKSUAL?

Përgjigjja është absolutisht "Po". Sot ka mijëra djem/vajza që abuzohen seksualisht si fëmijë të vegjël ose adoleshentë dhe po udhëheqin jetë produktive dhe të lumtur si të rritur. Dy gjërat që ju ndihmojnë më shumë të kaloni gjendjen e abuzimit seksual, ka të bëjnë me mbështetjen familjare dhe këshillimin e mirë.

Kujtimet, mendimet dhe ndjenjat tuaja në lidhje me abuzimin seksual mund të qëndrojnë me ju si të rritur, por këshillimi do t'ju ndihmojë të ndiheni më shumë në kontrollin e jetës suaj. Ju do të mësoni më shumë për veten dhe pikat tuaja të forta në kapërcimin e përvojave të vështira.

Edhe adoleshentët që janë abuzuar për vite me radhë mund të shërohen nga abuzimi seksual. Ju mund të rriteni duke u ndier mirë për veten, duke u argëtuar, duke pasur marrëdhënie të shëndosha dhe duke fituar punë, dhe duke qenë një nënë/baba i/e mirë.

Hapi i parë për kurimin nga abuzimi seksual është t'i tregosh dikujt. Hapi i ardhshëm është të gjeni njerëz ku do të mbështeteni dhe do të kujdesen për ju, ndërsa jeni duke u shëruar nga abuzimi. Shumë nga gjërat që ju bëjnë të ndiheni keq për veten janë të lidhura me gjërat e këqija që ju kanë ndodhur. Ndërsa filloni të kuptoni se si abuzimi ka ndërhyrë me rritjen tuaj, ju do të zbuloni gjëra të mrekullueshme për veten tuaj, që janë mbuluar për shkak të abuzimit.

AGJENCIA E SIGURIMIT TË CILËSISË SË ARSIMIT PARAUNIVERSITAR

Rruga "Naim Frashëri"

Nr. 37

Tirana

Shqipëri

(+355) 4256440 / 4256441

w w w . a s c a p . e d u . a l

