

Kun joku, josta välität, joutuu hankalaan tilanteeseen

On vaikeaa nähdä, että jotakuta, josta välität, kohdellaan kaltoin. Saatat huomata, että hän eristäytyy muista, vaikuttaa kireältä, ahdistuneelta, on mustelmilla – tai että jokin vain tuntuu olevan pielessä. Et ehkä tiedä, mitä sanoa, tai pelkäät pahentavasi tilannetta. Sinä voit **vaikuttaa paljon!**

Merkkejä siitä, että joku voi olla väkivallan uhri

- Kumppani on aina läsnä ja valvoo, ketä henkilö tapaa tai kenelle hän puhuu. Hän seuraa tarkasti kelloa ja ilmoittaa jatkuvasti olinpaikastaan, saa jatkuvasti tekstiviestejä tai puheluita, kun hän on poissa kotoa.
- Huomaat, että yhteydenpito välillänne vaikeutuu – keskustelut ja tapaamiset peruuntuvat. Huomaat, että henkilö välttää katsekontaktia ja pelkää kosketusta.

 **Kuuntele tuomitsematta ja ole läsnä, vaikka olisi vaikea kuulla, mitä toinen kertoo. On vaikea olla sivustakatsoja – täältä voit saada tukea lähimmäisenä**

Tärkeät yhteystiedot

- ♥ Soita 112 kiireellisessä hätätilanteessa
- ♥ Neuvontatoimisto 070-567 22 21 tai 070-567 27 55
- ♥ Tukipuhelin naisille ja tytöille 116 016, www.kvinnofridslinjen.se
- ♥ Päätä lopettaa (Välj att sluta): 020-555 666, www.valjattsluta.se

Uskalla kysyä - perheväkivalta ei ole yksityisasia!

Oxelösundin kunta
613 81 Oxelösund
Käyntiosoite Järmtorget 7-9
Puhelin 0155-380 00
kommun@oxelosund.se
www.oxelosund.se



"Rakkaus ei koskaan ala riitelyllä"

– tietoa lähisuhdeväkivallasta

Lapset näkevät, lapset kuulevat, lapset tuntevat

Miten väkivalta vaikuttaa lapsiin?

- Väkivaltaisessa ympäristössä kasvaneet lapset kokevat usein seuraavia tunteita ja vaikeuksia:
- Pelko, ahdistus, syyllisyys ja häpeä
- Uniongelmat, keskittymisvaikeudet tai vaikeus luottaa muihin
- Viha, alakuloisuus tai itsetuhoinen käytös
- Salailu kotiasioista: hiljaisuus ei suojele ketään



Varmista, että väkivalta ei ole salaisuus, vaan asia, josta uskalletaan puhua. Väkivalta vaikuttaa lasten turvallisuuteen, kehitykseen ja terveyteen, mutta oikeanlaisen tuen avulla lapset voivat toipua ja voida paremmin.

Tärkeät yhteystiedot

- ♥ Soita 112 kiireellisessä hätätilanteessa
- ♥ Oxelösundin sosiaalipalveluviranomainen 0155-380 00
- ♥ BRIS: 116 111
- ♥ Pelastakaa Lapset -tukikeskustelu: www.raddabarnen.se
- ♥ www.ungarelationer.se

Puhu jollekin luotettavalle läheiselle aikuiselle, kuten koulun työntekijälle tai valmentajalle – sellaiselle, jonka kanssa tunnet olosi hyväksi ja turvalliseksi. Aikuiset auttavat ja kuuntelevat sinua.

Mustasukkaisuus ei ole romanttista

Tuntuuko sinusta, että rakastamasi ihminen hallitsee sinua?

- Muutat käytöstäsi välttääksesi riidat
- Eristäydyt ystävästäsi ja perheenjäsenistäsi
- Tunnet olevasi eksyksissä
- Kaikki väkivalta ei ole näkyvää

Sinulla on oikeus olla turvassa. Väkivalta ei ole koskaan sinun syytäsi, etkä ole yksin!



Tärkeät yhteystiedot

- ♥ Neuvontatoimisto 070-567 27 55
- ♥ Tukipuhelin naisille ja tytöille 116 016, www.kvinnofridslinjen.se
- ♥ Tukipuhelin miehille 020-80 80 80, www.stodlinjenforman.se
- ♥ www.ungarelationer.se

Päätä lopettaa (Välj att sluta)

Väkivallan käyttäminen rakastamaasi ihmistä kohtaan vahingoittaa sekä toista ihmistä että itseäsi. Saatat tuntea häpeää, syyllisyyttä, vihaa tai hämmennystä. Ehkä ajattelet: "Haluan lopettaa, mutta en tiedä miten", "Sitä tapahtuu vain, kun suutun", "En halua olla sellainen ihminen".



Et ole yksin! Väkivaltaa käyttäville tai väkivallan käytön riskiryhmään kuuluville on tarjolla ammatillista tukea.

Tärkeät yhteystiedot

- ♥ Neuvontatoimisto 070-567 22 21
- ♥ Päätä lopettaa (Välj att sluta): 020-555 666, www.valjattsluta.se