

Här finns stöd att få

Socialförvaltningen

Stöd för våldsutsatta, telefon 08-5782 93 10
Stöd för våldsutövande, telefon 08-57829234
Mottagningsenheten, telefon 08-5782 91 00
Hemsida: www.tyreso.se/valdifamilj
Socialjouren, telefon 08-718 76 40, 08-401 60 65

Tyresö Kvinno- och Tjejjour

Telefon 08-742 23 33
e-post: tyreso.kvinnojour@telia.com
Hemsida: www.tyresokvinnojour.se

Manscentrum Södertörn

Telefon: 08-6067137, e-post: manscentrum@haninge.se
Hemsida: www.manscentrumhaninge.se

Ungdomsmottagningen

Bollmoravägen 14
Telefon: 08-5782 97 70
www.slo.sll.se/tyreso_um

BRIS, Barnens rätt i samhället

Telefon 116 111
www.bris.se

Kvinnofridslinjen

Telefon: 020-505050
Hemsida: www.kvinnofridslinjen.se

Systerjouren Somaya

Telefon: 020-818283, e-post: info@somaya.se
Hemsida: www.somaya.se

Terrafem

Telefon: 020-521010, e-post: info@terrafem.se
Hemsida www.terrafem.se

Akutmottagning för våldtagna kvinnor, AVK

Telefon: 08-6164670
Hemsida: <http://www.sodersjukhuset.se/sv/Avdelningar--mottagningar/Mottagningar/Akutmottagning-for-valdtagna-kvinnor/>

RFSL

Telefon: 08-501 62 900
Hemsida: www.rfsl.se

Våld i nära relation kan drabba vem som helst



Vid akuta fall ring Polisen, telefon 112
Vill du göra en anmälan eller ställa frågor ring telefon 114 14

Ingen ska behöva utstå våld, särskilt inte från någon nära



”Våld är varje handling som genom att den skrämmar, smärtar, skadar eller kränker, försöker påverka andra till att göra sådant de inte vill eller att sluta göra det de vill”
(Per Isdal, Stiftelsen Alternativ till vold.)

tyresö kommun 



TYRESÖ KVINNO- OCH TJEJJOUR

MANSCENTRUM
Kriscentrum för Män

tyresö kommun 



TYRESÖ KVINNO- OCH TJEJJOUR

MANSCENTRUM
Kriscentrum för Män



Är du utsatt för våld från närstående eller har du utsatt någon av dina nära för våld?

Hör av dig till Socialtjänsten, Tyresö tjej- och kvinnojour eller Manscentrum Södertörn. Du kan få råd, stöd och hjälp till förändring, både akut och på längre sikt.

Exempel på hjälp som erbjuds:

Till våldsutsatt:

- råd och stödsamtal vid relationsproblem och kriser
- stöd i föräldrarollen
- att ta kontakt med polis, sjukvård med flera
- att ta de kontakter som behövs för ett akut skyddat boende (kan till exempel erbjudas i Tyresö kvinnojours regi)
- att se barnens behov utifrån ett barnperspektiv

Till barn:

- möjlighet till samtalsstöd för att bearbeta det upplevda våldet

Till våldsutövande:

- råd och stödsamtal vid relationsproblem och kriser
- stöd i föräldrarollen
- stöd i att hantera konflikter, aggressivitet och våld
- att se barnens behov utifrån ett barnperspektiv



Känner du igen något av det här?

- Du känner dig kontrollerad av din partner
- Du måste redovisa vart du ska gå och vem du har talat med
- Din partner blir allt mer svartsjuk
- Din partner använder ibland nedsättande tilltal i samtal med dig
- Ibland känner du dig rädd i ditt eget hem
- Du får ta emot hot om våld
- Du får höra att det är ditt eget fel när du blir slagen
- Våldet har ökat
- Tillvaron växlar mellan ömhet och våld
- Efter en våldshandling ber din partner om förlåtelse och säger att livet inte är värt att leva utan dig, fast det sedan upprepas

Om du är närstående

- Lär dig mer om varningssignalerna
- Våga fråga
- Lyssna och stötta men fördöm inte. Acceptera att var och en måste göra sina egna val
- Motivera den utsatte att söka stöd — du som närstående kan också ringa
- Du kan själv göra en polisanmälan. Den går att göra anonymt
- Finns det barn i familjen bör du anmäla till socialtjänsten