

Du har rätt att få
hjälp om du utsatts för
våld i nära relationer
[www.nollalinja.fi/
skyddshem](http://www.nollalinja.fi/skyddshem)

Det finns hjälp att få för personer med funktionsnedsättning som utsatts för våld i nära relationer



Du har rätt att få hjälp om du utsätts för våld i nära relationer

Det första steget mot att bryta våldsspiralen är att berätta om det för någon som du litar på. Berätta om din upplevelse till exempel för en professionell eller för en vän. Så länge som våldet förblir en hemlighet finns det risk för att det drar ut på tiden och blir allvarigare. Genom att berätta om relationsvåldet kan du få hjälp och stöd i situationen.

En funktionsnedsättning utgör inget hinder för att få hjälp

- I livshotande situationer ska du ringa nödnumret 112.
- I övriga situationer kan du ringa Nollinjens jourhavande på 080 005 005
- eller ringa direkt till ett skyddshem. Skyddshemmens kontaktuppgifter: www.nollalinja.fi/skyddshem

Du får hjälp från skyddshemmet

Skyddshemmets klienter har mycket olika bakgrund. Skyddshemmet beaktar och utreder varje klients individuella situation och behov.

- Om du inte kan ta dig till skyddshemmet på egen hand, ring till skyddshemmet och fråga om olika alternativ.
- Det finns tolkningstjänster vid skyddshemmen. Utöver tolkning används olika individuella arbetsmetoder och -redskap som stöd för kommunikationen.
- Om du har en personlig assistent kan assistenten om du så vill följa med till skyddshemmet.
- I skyddshemmet kan du ha med en assistent- eller ledarhund som hjälp.
- Vid skyddshemmet erbjuds du hänsynsfull och respektfull service.



Det är våldet mot personer med funktionsnedsättning som är problemet, inte personens funktionsnedsättning

Våld kan vara till exempel fysiskt, psykiskt, sexuellt, ekonomiskt eller religiöst. Att exponeras för våld, det vill säga leva i en våldsam miljö, se, höra eller på annat sätt bevittna våld, är också våld.

Du är värd att få hjälp

- Du har rätt till ett tryggt liv.
- Våld är alltid maktmissbruk.
- Det är aldrig ditt fel om du blir utsatt för våld.
- Förbli inte ensam. Genom att berätta om våldet kan du få hjälp och frigöra dig från våldet.
- En skada eller en funktionsnedsättning utgör inget hinder för att få hjälp.

Våld kan ha samband med en funktionsnedsättning, till exempel

- lämna någon i en otrygg belägenhet eller utan assistans,
- vård eller omsorg försummas,

- det förekommer hot om att se till att personen hamnar på anstalt,
- personen fråntas sina hjälpmedel eller hjälpmedlen skadas,
- förminskande, överbeskyddande eller begränsande,
- självkänslan bryts ned genom att funktionsnedsättningen hånas,
- medicineringen manipuleras,
- våld riktas mot funktionsnedsättningen,
- assistenten uppför sig otillbörligt eller rör vid sin klient på ett otillbörligt sätt,
- närståendevårdaren riktar våld mot den som ska vårdas eller hotar med våld.



Våld i nära relationer innebär våld som begås av en person som står dig nära.

Hjälptelefonen Nollinjen

Nollinjen är en kostnadsfri hjälptelefon dit du kan ringa vilken tid som helst, året runt. Du kan diskutera din situation, dina upplevelser och dina rädslor med en professionell.

Du behöver inte säga ditt namn när du ringer. Den som svarar ser heller inte ditt telefonnummer. Samtalet kommer inte att synas på din telefonräkning. På Nollinjen svarar en professionell person som lyssnar på dig och ger dig stöd samt som du kan tala konfidentiellt och diskutera din livssituation med.

Nollinjen hjälper:

- kvinnor som har upplevt psykiskt, fysiskt eller sexuellt våld eller hot om våld
- alla som har upplevt våld i nära relationer eller hot om våld i nära relationer
- anhöriga till dem som utsatts för våld i nära relationer.

Mer information

Nollinjens telefonnummer är **080 005 005** och webbadressen är **nollalinja.fi/sv**.

Skyddshemmens kontaktuppgifter finns på **www.nollalinja.fi/skyddshem**

Du kan också få hjälp av hälsovårdscentralen, socialväsendet, polisen och olika organisationer.

Några kontaktuppgifter till funktionshinderorganisationerna:

- Invalidförbundet rf: **www.invalidiliitto.fi/sv/invalidforbundet**
- SAMS - Samarbetsförbundet kring funktionshinder rf: **https://samsnet.fi/**
- Funktionsrätt med ansvar FMA: **http://www.funktionshinder.fi/forsta-sidan**
- Förbundet Finlands svenska synskadade: **https://www.fss.fi/**

Broschyren har utarbetats av Institutet för hälsa och välfärd, Invalidförbundet rf och den riksomfattande föreningen för kvinnor med funktionsnedsättning Ruseti ry.

Institutet för hälsa och välfärd

Postadress: PB 30, 00271 Helsingfors

Besöksadress: Mannerheimvägen 166, Helsingfors

Telefon (växel): 029 524 6000

E-post: fornamn.efternamn@thl.fi • Förfrågningar: info@thl.fi

thl.fi | [@THLorg](https://twitter.com/THLorg)

Skyddshemmen är öppna dygnet runt, året runt. Skyddshemmet kostar inget och ingen remiss behövs.

På skyddshemmet får den som upplevt våld i nära relationer eller hot om våld i nära relationer en trygg tillfällig bostad, professionellt stöd, rådgivning samt hjälp med att få våldet att upphöra.

Man kan komma till skyddshemmet ensam eller tillsammans med barnen. Skyddshemmets anställda har specialkunskaper om våld i nära relationer och om dess uttrycksformer.

De anställda har fått utbildning om särdragen i det våld som personer med funktionsnedsättning utsatts för.

Jourhavande vid Nollinjen känner till nivån på tillgängligheten på alla skyddshem och ser vilka lediga skyddshemsplatser det finns. Jourhavande hjälper dig gärna att hitta ett lämpligt skyddshem.