

Varför frågar vi om våld?

Vi ställer frågor om våld för att kunna ge råd och rätt hjälp.

Våld och våldets konsekvenser är idag ett folkhälsoproblem, med många olika orsaker som grund. Vi vet att personer som blir utsatta för våld eller bevittnar våld som barn, ungdom eller vuxen löper större risk för ohälsa och sämre arbetsförmåga.

Att få kunskap om det starka sambandet mellan tidigare erfarenheter av våld och en senare psykisk och fysisk ohälsa innebär en möjlighet att få tillgång till skydd, stöd och behandling när detta är aktuellt.

Det finns stöd att få

Här är sammanställning över olika stödinsatser som erbjuds för personer som blir utsatta för våld i nära relationer. En del av dem är kommunspecifika och några regionala eller nationella.

Nationellt och regionalt

Kvinnofridslinjen dygnet runt: tel. 020-50 50 50, www.kvinnofridslinjen.se

Manscentrum för män i kris: 08-643 11 83

Vill du sluta slå eller hota?. 020 - 555 666, www.valjattsluta.se

BRIS, Barnens Rätt I Samhället: tel. 116 111, www.bris.se

ORIGO Resurscentrum mot hedersrelaterat förtryck och våld

020-25 30 00, www.origostockholm.se

Terrafem stöd på 44 olika språk 020-52 10 10

WONSA, För personer som är traumatiserade av sexuellt våld.

För dig som vill ställa dig i kö - [följ denna länk.](#)

UMO, för dig 13-25 år www.umo.se

Polisen 114 14 Vid AKUT nödsituation ring 112

Vårdguiden: www.1177.se

Insatskatalogen: www.insatskatalogen.se

Sollentuna kommun

Relationsvåldsteamet: 08 591 212 40

Relationsvåldssamordnare: 08 579 212 58

Mer information finns att hitta på : <https://www.sollentuna.se/omsorg--stod/Vald-i-nara-relation/>

Kvinnojour 08-35 60 69

Indra, Queer, Trans och Tjejour 073-577 49 51

Akillesjouren (våldsutsatta män) 08-29 63 99 072-331 63 99

Upplands Väsby kommun

Relationsvårdsteam 08-590 977 74

Socialjour 010-44 05 00

Polisen Norrort 010-563 05

Kvinnojour Mivida 076-127 96 97

Tjejjour chat må 19-21 www.unizonjourer.se

Sigtuna kommun

Mottagningsenheten [08-591 263 16](tel:08-59126316) Måndag - fredag 09.00-11.00 och 13.30-14.30 eller kommunens kontaktcenter 08-591 260 00

Kvinno- och tjejjouren 08-591 193 41 070-509 11 00

Visste du att våld kan vara...

Psykiskt våld

Kränkningar som med ord eller handling riktas mot dig, dina ägodelar eller husdjur. Kränkningar genom isolering, könsstympling, tvångs gifte, hot eller kontroll.

Fysiskt våld

Alla oönskade beröringar och handlingar som orsakar fysiska skador och smärtor. Att bli knuffad, fasthållen, dragen i håret, slagen eller sparkad.

Hot om våld

När någon hotar med att skada dig, dina närmaste eller dina husdjur.

Ekonomiskt våld

När du inte får bestämma över dina egna pengar, får uppvisa kvitton på inköp, tvingas att skriva under lånehandlingar eller blir ovetandes skuldsatt.

Sexuellt våld

Att någon utför sexuella handlingar mot din vilja. Att du tvingas se på pornografi, tvingas till samlag eller digitala övergrepp.

Materiellt våld

Att någon du lever med slår i väggar, dörrar eller förstör ägodelar som är viktiga för dig och på det sättet skapar oro och rädsla.

Försummelse

Om du är beroende av andra personer för vård och omsorg i vardagen och utsätts för vanvård eller försummelse, som undanhållanden av medicin eller att du inte får tillräckligt näringsriklig kost.

