

**PALVELUT
LÄHISUHDEVÄKIVALLAN
UHRILLE, TEKIJÄLLE JA LÄHEISELLE**



TUNNISTA, OTA PUHEEKSI, HAE APUA!

Sisällys

1. PALVELUT AKUUTISSA TILANTEESSA	1
2. PAIKALLINEN LÄHISUHDEVÄKIVALTATYÖ	3
3. VALTAKUNNALLINEN LÄHISUHDEVÄKIVALTATYÖ	5
3.1 Palvelut kaikille	5
3.2 Naisille	8
3.3 Miehille	10
3.4 Lapsille ja nuorille	11
3.5 Ikäihmisille	12
3.6 Monikulttuuriset palvelut	13
4. HÄMEENLINNAN KAUPUNGIN MUUT PALVELUT	14
5. HÄMEENLINNASSA TAI VALTAKUNNALLISESTI TOIMIVAT MUUT PALVELUT	16

TUNNISTA, OTA PUHEEKSI, HAE APUA!

1. PALVELUT AKUUTISSA TILANTEESSA

[KANTA-HÄMEEN KESKUSSAIRAALAN PÄIVYSTYS](#) on tarkoitettu kiireellistä hoitoa tarvitseville potilaille. Päivystys on auki 24/7. Potilaille tehdään päivystyksessä kiireellisyysarvio ja hoito aloitetaan sairauden mukaisessa kiireellisyysjärjestyksessä.

Jos hakeudut päivystykseen hakeutumista, soita ensin päivystysapuun **p. 116117!**

Ahvenistontie 20, Hämeenlinna

[KANTA-HÄMEEN SOSIAALI- JA KRIISIPÄIVYSTYS](#) vastaa virka-ajan ulkopuolella kiireellisistä sosiaalipalveluista ja kriisityöstä koko Kanta-Hämeen alueella.

p. 03 621 7100 (24/7)

Välitöntä apua vaativissa tilanteissa, soita kuitenkin aina hätä-numeroon **112!**

TUNNISTA, OTA PUHEEKSI, HAE APUA!

[TURVAKOTIIN](#) voivat hakeutua väkivaltaa tai sen uhkaa kokeneet henkilöt ikään ja sukupuoleen katsomatta. Turvakotiin voi mennä yksin tai perheen kanssa. Turvakotiin voi hakeutua suoraan tai ottamalla yhteyttä puhelimitse. Turvakoti on asiakkaille maksuton ja sisään voi kirjautua 24/7.

Lähimmät turvakodit:

[Hämeenlinna](#)

p. 050 355 6707

Hattelmalantie 25, P-rakennus, 4.kerros

[Tampere](#)

[Lahti](#)

[HÄMEEN POLIISILAITOS / HÄMEENLINNA](#)

Rikosilmoituksen lähisuhdeväkivallasta voi tehdä uhri itse tai kuka tahansa uhrin puolesta. Rikosilmoitus kannattaa tehdä mahdollisimman pian tapahtuneen jälkeen.

p. 0295 430 311 (vaihde)

Hattelmalantie 2, Hämeenlinna

Avoinna ma–pe klo 8–16.15

TUNNISTA, OTA PUHEEKSI, HAE APUA!

[RIKOSUHRIPÄIVYSTYKSEN \(RIKU\)](#) tehtävä on parantaa rikoksen uhrin, hänen läheisensä ja rikosasian todistajan asemaa mm. tuottamalla matalan kynnyksen tuki- ja neuvontapalveluita. RIKUSTA voi saada rikosasian selvittelyn ajaksi tukihenkilön. RIKUN nettisivuilta löytyy myös chat.

p. 116 006

www.riku.fi

2. PAIKALLINEN LÄHISUHDEVÄKIVALTATYÖ

[LÄHISUHDEVÄKIVALTATYÖN SOSIAALITYÖNTEKIJÄ](#) tarjoaa lyhytkestoista tukea, ohjausta ja neuvontaa lähisuhdeväkivaltaa kokeneille yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa.

p. 050 441 4762

TUNNISTA, OTA PUHEEKSI, HAE APUA!

[KANTA-HÄMEEN PERHETYÖ ry:n LÄHISUHDEVÄKIVALLAN AVOTYÖ](#) on tarkoitettu perhe- ja lähisuhdeväkivaltaa kokeneille, väkivaltaa käyttäneille tai sen käyttöä pelkääville aikuisille. Tukea on tarjolla myös väkivallalle altistuneille tai sitä kokeneille lapsille! Tapaamiset ovat asiakkaalle maksuttomia.

p. 044 714 7416 Simo Torkkola

p. 044 709 5975 Päivi Salmén

p. 044 500 5490 Leena Pietiläinen / lapsityö

[HÄMEENLINNAN PERHENEUVOLA](#)sta saa apua, kun herää huoli lapsen kehityksestä, käyttäytymisestä tai mielialoista. Huoli voi koskea myös vanhemmuutta, vanhempien parisuhdetta tai perhettä on kohdannut kriisi. Lähisuhdeväkivaltatilanteissa lapset voivat saada kriisiapua perheneuvolasta. Perheneuvolan palveluihin ohjaututaan lapsiperheiden palvelutarpeen arvioinnin kautta.

TUNNISTA, OTA PUHEEKSI, HAE APUA!

3. VALTAKUNNALLINEN LÄHISUHDEVÄKIVALTATYÖ

3.1 Palvelut kaikille

[NOLLALINJA](#) on vuorokauden ympäri toimiva auttava puhelin. Päivystäjät ovat ammattilaisia, joiden kanssa voi keskustella suomeksi, ruotsiksi tai englanniksi. Nollalinja auttaa kaikkia, jotka ovat kokeneet henkistä, fyysistä tai seksuaalista väkivaltaa tai väkivallan uhkaa läheisessä ihmissuhteessaan. Apua saavat myös väkivaltaa kokeneiden läheiset.

p. 080 005 005

[NETTITURVAKOTI](#) auttaa väkivallan kaikkia osapuolia tarjoamalla tietoa, keskusteluapua sekä tarinoita perhe- ja lähisuhdeväkivallasta ja siitä selviytymisestä. Verkkosivustolla autetaan myös väkivallan todistajina tai kohteina olleita lapsia ja nuoria. Kahdenvälisissä chatissa voi keskustella väkivaltatyön ammattilaisten kanssa. Alle 18-vuotiaille on tarjolla oma lasten ja nuorten chat.

www.nettiturvakoti.fi

TUNNISTA, OTA PUHEEKSI, HAE APUA!

[PERHEVÄKIVALTAKLINIKKA](#) (Setlementti Tampere) tarjoaa keskusteluapua henkilöille, jotka ovat perheessä tapahtuvan väkivallan uhreja ja / tai tekijöitä. Yksilö- ja parityöskentelyä sekä tukiryhmiä.

p. 040 520 8255

[SERI-TUKIKESKUS](#) on seksuaaliväkivaltaa kohdanneiden tutkimus- ja auttamisyksikkö Taysin naistentauti- ja raskauspäivystyksessä Tampereella. Yksikköön voi hakeutua itse, läheisen kanssa tai viranomaisen ohjaamana. Seri-tukikeskukseen voi hakeutua yhden kuukauden sisällä tapahtuneesta. Palvelu on tarkoitettu yli 16-vuotiaille sukupuolesta riippumatta.

p. 044 472 8002

[RAISKAUSKRIISIKESKUS TUKINAINEN](#) antaa tukea, apua ja neuvontaa seksuaalirikosten uhreille sekä heidän läheisilleen.

p. 0800 978 99

p. 0800 978 95 (juristipäivystys)

TUNNISTA, OTA PUHEEKSI, HAE APUA!

[NETTITUKINAINEN](http://www.nettitukinainen.fi) tarjoaa ammattiapua seksuaalisen väkivallan ja hyväksikäytön uhreille, heidän läheisilleen ja heitä työssään kohtaaville netissä. Palvelu vaatii kirjautumisen.

www.nettitukinainen.fi

[VÄLITÄ! SEKSUAALIVÄKIVALTATYÖ](#) (Setlementti Tampere) tarjoaa kriisiapua, tukiryhmiä ja palveluohjausta seksuaalisen väkivallan uhreille, tekijöille ja heidän läheisilleen.

p. 045 279 8090

[TUKIKESKUS VARJO](#) tarjoaa tukea eron jälkeisen vainon kohteena elävien perheiden turvallisuuden lisäämiseen ja vainoamisen ennaltaehkäisyyn.

p. 050 594 7459 Jonna Brandt

p. 044 774 2303 Pia Marttala

p. 040 135 0200 Eveliina Nilosaari

TUNNISTA, OTA PUHEEKSI, HAE APUA!

3.2 Naisille

[NAISTEN LINJA](#) on tarkoitettu kaiken ikäisille väkivaltaa kokeneille tai väkivallasta huolestuneille naiseksi itsensä määritteleville. Naisten Linjaan voi soittaa, ottaa yhteyttä verkon tai chatin kautta. Naisten Linjasta vastaavat vapaaehtoiset naiset, jotka ovat koulutettuja tukemaan sinua. Naisten Linja järjestää myös verkkoryhmiä.

p. 080 002 400

www.naistenlinja.fi

[TURV@VERKKO](#) on tarkoitettu digitaalista väkivaltaa ja verkkovihaa kokeneille sekä heidän läheisilleen. Turv@verkko -puhelimessa & -chatissä voit keskustella aiheeseen perehtyneen asiantuntijan kanssa.

www.naistenlinja.fi/turvaverkko

MARIA AKATEMIAN EHKÄISEVÄ VÄKIVALTATYÖ

DEMETER-TYÖ tarjoaa apua naisille, jotka käyttävät tai pelkäävät käyttävänsä henkistä tai fyysistä väkivaltaa.

p. 09 7562 2260 Avoin linja -puhelinpäivystys

NAISENVÄKIVALTA.FI on nettipalvelu, josta löytyy tietopaketteja ja chat naisen aggressioon ja väkivaltaan liittyen.

www.naisenvakivalta.fi

TUNNISTA, OTA PUHEEKSI, HAE APUA!

3.3 Miehillle

[MIESSAKIT ry](http://www.miessakit.fi)

www.miessakit.fi

[LYÖMÄTÖN LINJA](#) on lähisuhdeväkivaltaan erikoistunut toimintamuoto miehille. Valtakunnallisesti tukea on tarjolla puhelimesta ja verkossa.

p. **044 751 1334** (ajanvaraus)

[VÄKIVALTAAN KOKENEET MIEHET -TOIMINTA](#) tarjoaa apua henkistä tai fyysistä väkivaltaa kotona tai kadulla kokeneille miehille. Valtakunnallista keskusteluapua voi saada puhelimitse, sähköpostilla

p. **044 751 1340**

3.4 Lapsille ja nuorille

[LASTEN JA NUORTEN PUHELIMESSA](#) (MLL) voit kysyä tai keskustella luottamuksellisesti mistä tahansa itseä mietityttävästä asiasta. Puhelimen toisessa päässä on koulutettu vapaaehtoinen aikuinen, jolla on aikaa kuunnella.

p. 116 111

[KEIJUN VARJO -TOIMINTA](#) on tarkoitettu 15–28-vuotiaille nuorille naisille, jotka tarvitsevat tukea tunteiden, itsehillinnän ja väkivallan kysymysten kanssa. Keijun varjo -chatin kautta voi päästä kahdenkeskisiin keskusteluihin (1–3 kpl) väkivaltatyön asiantuntijan kanssa joko kasvokkain tai videovälitteisesti.

www.keijunvarjo.fi

3.5 Ikäihmisille

[SUVANTO ry:n](#) toiminnan tarkoituksena on ikääntyneisiin kohdistuvan kaltoinkohtelun, hyväksikäytön ja väkivallan ehkäiseminen. Valtakunnallisena palveluna toimii auttava puhelin sekä lakineuvonta.

p. 080 006 776

[AAMUKORVA](#) tarjoaa koulutetun vapaaehtoisen kuulijan ja keskustelukumppanin ikäihmisille aamun varhaisina tunteina (klo 5-8).

p. 045 341 0504

[TUNNE VOIMAVARASI -HANKE](#) (Maria Akatemia) auttaa ikääntyviä omaishoitajanaisia, jotka käyttävät tai pelkäävät käyttävänsä väkivaltaa. Hankkeella edistetään naisten hyvinvointia ja jaksamista sekä ehkäistään omaishoitosuhteissa tapahtuvaa kaltoinkohtelua. Auttava puhelin ja chat.

p. 044 271 1188

www.tunnevoimavarasi.fi

TUNNISTA, OTA PUHEEKSI, HAE APUA!

3.6 Monikulttuuriset palvelut

[KRIISIKESKUS MONIKA](#) tarjoaa apua väkivaltaa tai sen uhkaa kokeneille maahanmuuttajataustaisille naisille. Auttava puhelin ja chat.

p. 0800 05058

www.monikanaiset.fi

[DIDAR](#) työskentelee niiden maahanmuuttajayhteisöjen ja henkilöiden kanssa, jotka voivat kohdata kunniaan liittyviä haitallisia perinteitä, mm. yksilö- ja perhetyötä.

p. 045 141 1888 Sari Mattila

p. 050 407 5445 Fardin Abbasi

p. 050 435 0511 Abdullah Ahmadi

4. HÄMEENLINNAN KAUPUNGIN MUUT PALVELUT

[TYÖIKÄISTEN SOSIAALITYÖ](#) auttaa täysi-ikäisiä hämeenlinnalaisia vaikeissa elämäntilanteissa. Apua voi saada esim. erilaisiin arjen haasteisiin, asumiseen, työttömyyteen ja talouteen liittyen.

p. 03 621 3303 (Sosiaalipalvelujen neuvonta)

[VAMMAISPALVELUJEN ASIAKASOHJAUSYKSIKKÖ](#) vastaa palvelutarpeen arvioinnista ja niistä etuuksista ja palveluista, jotka vammaispalvelulaki ja kehitysvammalaki määräävät.

Yhteystiedot työntekijöille:

www.hameenlinna.fi/sosiaali-ja-terveys/vammaispalvelut

TUNNISTA, OTA PUHEEKSI, HAE APUA!

IKÄIHMISTEN PALVELUOHJAUKSEN tehtävänä on selvittää ikäihmisten palvelutarpeita ja auttaa palveluiden järjestämisessä.

p. 03 621 3103

p. 03 621 3303 (Sosiaalipalvelujen neuvonta)

LAPSIPERHEIDEN PALVELUTARPEEN ARVIOINNISTA saa neuvontaa, ohjausta ja tukea silloin, kun lapsiperhe kohtaa erilaisia haasteita. Työskentelyssä kartoitetaan yhdessä perheen kanssa sopivia palveluja perheen tilanteeseen.

p. 03 621 2115

NUORTEN TERVEYSNEUVONTA on tarkoitettu työttömille 15-25 -vuotiaille nuorille, jotka eivät kuulu koulu- ja opiskeluterveydenhuollon palvelujen piiriin. Nuorten terveysneuvontapisteessä voi asioida, jos tarvitsee tukea ja neuvontaa terveyteen liittyvissä asioissa sekä erilaisissa huolissa.

p. 050 5461389

p. 050 4660324

TUNNISTA, OTA PUHEEKSI, HAE APUA!

[PSYKIATRISET SAIRAANHOITAJAT](#) tarjoavat Hämeenlinnan seudun terveysasemilla tukea ja keskusteluapua erilaisissa elämäntilannevaikeuksissa ja mielenterveyteen liittyvissä ongelmatilanteissa.

Yhteystiedot:

www.hameenlinna.fi (mielenterveys- ja päihdepalvelut)

5. HÄMEENLINNASSA TAI VALTAKUNNALLISESTI TOIMIVAT MUUT PALVELUT

[PERHEASIAIN NEUVOTTELUKESKUKSESTA](#) saa ammatillista keskusteluapua parisuhteeseen tai perheeseen liittyviin huoliin. Perheneuvontaan voi hakeutua yksin, parina tai perheenä. Perheasianneuvottelukeskus järjestää myös perheasioiden sovittelua ja erilaisia ryhmiä.

p. 040 804 9340

TUNNISTA, OTA PUHEEKSI, HAE APUA!

[DIAKONIATYÖSTÄ](#) saa henkistä ja hengellistä tukea ja apua erilaisissa elämän kriiseissä. Diakoniatyöstä voi hakea myös taloudellista apua sekä ruoka-apua.

p. 040 804 9350

[SUOMEN MIELENTERVEYS RY:N / MIELI](#) kriisipuhelimessa vastaavat kriisityön ammattilaiset sekä koulutetut vapaaehtoiset ympäri Suomea. Kriisipuhelin tarjoaa keskusteluapua kriisissä oleville ja heidän läheisilleen.

p. 09 2525 0111

TUNNISTA, OTA PUHEEKSI, HAE APUA!

OMAT TÄRKEÄT YHTEYSTIEDOT



TUNNISTA, OTA PUHEEKSI, HAE APUA!