

A portrait of a woman with blonde hair, looking directly at the camera with a slight smile. The image is partially obscured by a white rectangular box containing text. The background features soft, abstract shapes in shades of pink and purple.

Opas väkivaltaa kokeneen läheiselle

**Naisten puolella.
Väkivaltaa vastaan.**

Naisten Linja

Sisällysluettelo:

Johdanto	3
Mitä lähisuhdeväkivalta on	4
Kuinka tunnistaa väkivalta	5
Miksi lähteminen on niin vaikeaa	6
Pitäisikö minun puuttua asiaan	7
Kuinka ottaisin asian puheeksi	8
Miten voin auttaa	9
Mitä ei kannata tehdä	10
Miten läheisen turvallisuutta voi parantaa	11
Pidä huolta itsestäsi	12
Naisten moninaisuus	13
Oikeudet ja palvelut	14

Johdanto

Kun läheinen kokee väkivaltaa tai elää suhteessa, jossa pelko on läsnä, se koskettaa myös lähipiiriä. Moni läheinen jää yksin huolensa kanssa, epäroii mitä voisi tehdä tai pelkää sanovansa jotain väärää.

Lähisuhdeväkivaltaa voi kohdata kuka tahansa. Se voi tapahtua parisuhteessa, perheessä tai muussa läheisessä ihmissuhteessa. Väkivalta ei ole aina näkyvää. Se voi olla henkistä, taloudellista, seksuaalista, digitaalista tai fyysistä. Yhteistä kaikelle väkivallalle on vallankäyttö sekä toisen ihmisen kontrollointi ja alistaminen.

Väkivallan kokijan tukeminen ei tarkoita, että läheisenä sinun pitäisi tietää, mitä tehdä tai miten toimia. Riittää, että olet läsnä, kuuntelet ja uskot. Usein juuri se, että joku pysähtyy ja ottaa tilanteen puheeksi, voi olla ratkaisevaa ja merkityksellistä.

Tämä opas tarjoaa tietoa, vinkkejä ja tukea sinulle, joka haluat auttaa läheistäsi väkivallan keskellä tai sen jälkeen. Se kertoo myös, miten voit huolehtia omasta jaksamisestasi ja löytää apua tarvittaessa myös itsellesi.

Mitä lähisuhdeväkivalta on?

Lähisuhdeväkivalta tarkoittaa väkivaltaa, joka tapahtuu ihmisten välillä, joilla on tai on ollut läheinen suhde. Se voi ilmetä parisuhteessa, perheessä, sukulaisten välillä tai muussa läheisessä ihmissuhteessa.

Väkivalta voi olla monenlaista. Se ei aina näy ulospäin eikä rajoitu yksittäiseen tekoon. Usein se on toistuvaa ja sen avulla tekijä pyrkii hallitsemaan ja kontrolloimaan toista. Jokainen väkivallan muoto on vahingollinen ja väärin.

Lähisuhdeväkivalta voi olla esimerkiksi:

- **Henkistä väkivaltaa**, kuten mitätöintiä, uhkailua, nimittelyä, kontrollointia, eristämistä tai pelottelua.
- **Taloudellista väkivaltaa**, kuten rahan tai omaisuuden hallinnan rajoittamista, työssäkäynnin estämistä tai taloudellista riippuvuuden luomista.
- **Fyysistä väkivaltaa**, kuten tönimistä, lyömistä, kuristamista, esineellä lyömistä tai liikkumisen estämistä.
- **Seksuaaliväkivaltaa**, kuten seksuaaliseen tekoon painostamista, pakottamista tai toisen kehon ja rajojen loukkaamista.
- **Digitaalista väkivaltaa**, kuten viestien tai some-tilien valvontaa, yksityisyyden loukkaamista, uhkailua verkossa tai kuvien levittämistä ilman lupaa.
- **Vainoamista**, kuten seuraamista, jatkuvia yhteydenottoja, tarkkailua tai häirintää esimerkiksi suhteen päättymisen jälkeen.

Väkivalta voi alkaa vähitellen ja pahentua ajan myötä. Se voi kietoutua arkeen niin, että omia rajoja on enää vaikea tunnistaa. Väkivalta ei ole koskaan oikeutettua, eikä sen loppuminen ole kokijan vastuulla. Vastuu on aina väkivaltaa käyttävällä henkilöllä.

Turvallisessa ja kunnioittavassa ihmissuhteessa on tilaa omille mielipiteille, rajoille ja päätöksille. Jokaisella on oikeus elää ilman pelkoa ja väkivaltaa.

Kuinka tunnistaa väkivalta?

Huoli läheisen tilanteesta voi herätä pienistäkin asioista. Saat huomata, että läheisesi on muuttunut, vetäytynyt tai vaihtaa poikkeuksellisen varautuneelta. Väkivaltaa ei aina ole helppo tunnistaa, mutta joskus läheisestä voi huomata, että hänellä ei ole kaikki hyvin. On täysin mahdollista, että läheisesi ei itse tunnista kokemaansa väkivallaksi tai ei uskalla puhua siitä. Siksi huolesi ja kiinnostuksesi voivat olla tärkeässä roolissa.

Seuraavat asiat voivat viitata siihen, että läheisesi saattaa kokea väkivaltaa:

- Hän vaikuttaa pelokkaalta, varautuneelta tai varoo sanomisiaan kumppanin seurassa.
- Hän yrittää jatkuvasti miellyttää kumppaniaan tai pyytää anteeksi asioita, joista ei ole vastuussa.
- Hän on eristäytynyt ystävistä, sukulaisista tai muista läheisistä.
- Hän välttää puhumista kumppanistaan tai hänen käytöksestään.
- Kumppani arvostelee, vähättelee tai nolaa häntä muiden läsnä ollessa, usein ”vitsin” varjolla.
- Hän kertoo kumppanin mustasukkaisuudesta, kontrollista tai äkkipikaisuudesta.
- Hänellä on selittämättömiä mustelmia, vammoja tai muita merkkejä väkivallasta.
- Lapset vaikuttavat pelokkailta tai välttelevät aikuista, jonka käytös aiheuttaa heissä pelkoa.
- Eron jälkeen entinen kumppani ottaa jatkuvasti yhteyttä, seuraa tai uhkailee.

Yksittäinen havainto ei aina tarkoita väkivaltaa, mutta useamman merkin toistuessa on hyvä pysähtyä pohtimaan tilannetta. Jos jokin tuntuu vääralta tai huolestuttavalta, siihen on syytä kiinnittää huomiota.

Väkivalta ei koskaan ole kokijan syy. Läheisen tehtävä ei ole tehdä johtopäätöksiä, vaan osoittaa myötätuntoa ja kuunnella. Sinun ei tarvitse olla varma väkivallasta voidaksesi osoittaa huolta. Usein jo se, että joku kysyy, voi olla ensimmäinen askel kohti turvaa ja apua.

Miksi lähteminen on niin vaikeaa?

Ulkopuolisesta voi joskus tuntua, että väkivaltaisesta suhteesta lähteminen olisi yksinkertainen ratkaisu. Todellisuudessa irtautuminen on usein monimutkaista, pelottavaa ja täynnä ristiriitaisia tunteita. On tärkeää ymmärtää, että lähteminen on suuri elämänmuutos, joka voi herättää epävarmuutta ja pelkoa.

On monia syitä, miksi väkivaltaisesta suhteesta irrottautuminen voi olla vaikeaa:

- **Pelko.** Läheisesi saattaa pelätä, mitä tapahtuu, jos hän yrittää lähteä. Väkivaltaa käyttänyt henkilö voi uhkailla väkivallalla, kostolla, itsemurhalla tai lasten viemisellä.
- **Häpeä ja syyllisyys.** Väkivallan kohteeksi joutuminen voi aiheuttaa häpeää tai se voi tuntua epäonnistumiselta. Häpeä voi estää puhumasta ja hakemasta apua.
- **Rakkaus ja toivo.** Ihminen voi edelleen rakastaa väkivaltaista kumppaniaan ja toivoa muutosta. Väkivallan tekijä saattaa myös luvata parantaa käytöstään, mikä ylläpitää toivoa paremmasta.
- **Syyllisyyden siirtäminen.** Tekijä voi syyttää väkivallasta

”Perheeni tiesi, että mieheni oli väkivaltainen minua kohtaan, mutta sain tietää sen vasta eromme jälkeen. Asiasta ei koskaan puhuttu. Minä häpesin omaa tilannettani, ja pelkäsin että tuotan surua äidilleni. Pelkäsin myös, että äiti sanoo: ”Itse olet osasi valinnut.”

uhria, jolloin tämä alkaa itsekin uskoa olevansa syyllinen tilanteeseen.

- **Eristäminen ja riippuvuus.** Kumppani on saattanut rajoittaa yhteydenpitoa muihin, kontrolloida taloutta tai luoda tilanteen, jossa lähteminen tuntuu mahdottomalta.
- **Lapset ja vastuu.** Moni jää suhteeseen, koska ajattelee sen olevan lasten edun mukaista. Todellisuudessa väkivalta vaikuttaa aina myös lapsiin.
- **Kulttuuriset ja yhteisölliset paineet.** Joissain yhteisöissä eroa pidetään häpeällisenä tai perheen maineen menetyksenä. Lähteminen voi tarkoittaa myös yhteisön tuen menettämistä.
- **Epävarma tulevaisuus.** Lähteminen voi merkitä taloudellisia vaikeuksia, yksinäisyyttä tai pelkoa siitä, ettei selviydy yksin.

Väkivaltaisesta suhteesta lähteminen on prosessi. Ihminen voi ottaa monia pieniä askelia kohti turvallisuutta ennen kuin on valmis lähtemään. Jokainen askel on tärkeä.

Jos läheisesi pohtii lähtemistä, on tärkeää, että häntä kuunnellaan ja hänen pelkonsa otetaan vakavasti. Erotilanne on usein väkivallan kokijan kannalta kaikkein vaarallisinta aikaa. Hän tarvitsee tukea, ei painostusta.

Kerro, että apua on saatavilla ja että hän ei ole yksin. Turvakodit, väkivaltatyön avopalvelut ja auttavat puhelimet voivat tukea häntä sekä käytännön järjestelyissä että turvallisuus-suunnitelman tekemisessä.

Pitäisikö minun puuttua asiaan?

Kun huomaat tai aavistat, että läheisesi kokee väkivaltaa, voi olla vaikea tietää, mitä tehdä. Moni epäröi, onko oikeus ottaa asia puheeksi tai voiko sillä pahentaa tilannetta. Useimmiten juuri huolen näyttäminen merkitsee paljon.

Väkivaltaa ei pidä ohittaa tai selittää pois. Jos jokin läheisesi tilanteesta tuntuu huolestuttavalta, omaan tunteeseen

kannattaa luottaa. Useimmat ihmiset arvostavat sitä, että joku välittää ja uskaltaa kysyä, vaikka asia olisi vaikea.

Puuttuminen ei tarkoita syyttelyä tai neuvomista, vaan kiinnostusta ja halua auttaa. Voit kertoa läheisellesi, että olet huomannut jotakin, mikä huolestuttaa sinua, ja että haluat olla tukena. Tärkeintä on, että hän tietää, ettei ole yksin.

Kuinka ottaisin asian puheeksi?

Väkivallan puheeksi ottaminen voi tuntua vaikealta. Usein pelottaa, että sanoo jotain väärin tai loukkaa toista. Silti tärkeintä on, että asia tulee esiin. Jo se, että joku kysyy, voi olla merkki siitä, että väkivaltaa kokenut ei ole yksin.

Keskustele läheisesi kanssa rauhallisessa tilanteessa, mieluiten kahden kesken. Kerro, että olet huolissasi, ja sano ääneen, mitä olet huomannut.

Voit aloittaa esimerkiksi näin:

- *”Olen huomannut, että olet viime aikoina ollut usein surullinen. Haluaisin tietää, miten voit.”*
- *”Minua huolettaa, miten kumppanisi kohtelee sinua.”*
- *”Onko sinun turvallista olla kotona?”*
- *”Jos sinulla on vaikeaa kotona, haluan, että tiedät, että voit puhua minulle.”*

Ole kärsivällinen. Läheisesi ei välttämättä ole valmis puhumaan heti. Hän voi kieltää väkivallan, puolustella tekijää tai vaihtaa aihetta. Se ei tarkoita, että keskustelu olisi ollut turha.

Jos hän kertoo väkivallasta, kuuntele rauhallisesti ja usko häntä. Älä kysele yksityiskohtia, äläkä kiirehdi ratkaisujen

”Paras ystäväni todella auttoi minua. Hän ei koskaan tuominnut eikä syylistänyt minua.”

kanssa. Tärkeintä on, että hän saa puhua ja että hänen kokemuksensa otetaan vakavasti.

Voit kertoa, että apua on saatavilla ja että väkivalta ei ole hänen syynsä. Kerro myös, että olet valmis auttamaan esimerkiksi etsimällä tietoa tai soittamalla yhdessä auttavaan puhelimeen.

Miten voin auttaa?

Kun läheinen kertoo väkivallasta, olo voi olla neuvoton. Voi tuntua, ettei tiedä mitä sanoa tai tehdä. Useimmiten tärkeintä on kuitenkin kuunnella ja olla läsnä. Sinun ei tarvitse ratkaista tilannetta, mutta voit olla läheisellesi tärkeä tuki.

Voit auttaa esimerkiksi näin:

- **Kuuntele.** Anna läheisellesi tilaa puhua omassa tahdissaan. Kuuntele keskeyttämättä ja osoita, että uskot häntä.
- **Osoita myötätuntoa.** Kiitä siitä, että hän uskalsi kertoa. Väkivallasta puhuminen on vaikeaa ja vaatii rohkeutta.
- **Vahvista hänen kokemustaan.** Sano suoraan, että kukaan ei ansaitse väkivaltaa ja että väkivalta on aina väärin.
- **Pidä huolta turvallisuudesta.** Jos väkivallan uhka on läsnä, voitte yhdessä miettiä, mitä hän voisi tehdä ollakseen turvassa ja mistä saa apua.
- **Tue hänen päätöksiään.** Läheisesi on paras asiantuntija omassa tilanteessaan. Älä painosta, vaan tue hänen omia valintojaan.
- **Tarjota käytännön apua.** Voit auttaa esimerkiksi lastenhoidossa, asiointissa, yhteydenotossa viranomaisiin tai etsimällä tietoa palveluista.
- **Pidä yhteyttä.** Väkivaltaisessa suhteessa oleva ihminen voi olla hyvin yksinäinen. Viesti, että olet hänen tukenaan myös jatkossa.

”Ei tarvitse ymmärtää täydellisesti voidakseen olla avuksi.”

Mitä ei kannata tehdä?

Kun haluaa auttaa väkivaltaa kokenutta, on luonnollista yrittää löytää ratkaisuja ja suojella häntä kaikin tavoin. Silti jotkin reaktiot voivat vahingossa vaikeuttaa tilannetta tai saada läheisen vetäytymään. Seuraavat ohjeet voivat auttaa välttämään sen.

Vältä näitä asioita:

- **Älä syytä tai kyseenalaista.** Väkivalta ei ole koskaan kokijan syy. Myötätunto ja usko hänen kertomaansa ovat tärkeintä.
- **Älä painosta tekemään päätöksiä.** Lähteminen tai avun hakeminen voi olla pelottavaa ja viedä aikaa. Läheisesi tarvitsee tilaa tehdä päätöksensä omassa tahdissaan.
- **Älä arvostele väkivallan tekijää.** On luonnollista tuntea vihaa tai suuttumusta, mutta suora arvostelu voi saada kokijan puolustamaan tekijää ja saada hänet sulkeutumaan.
- **Älä tarjoa valmiita ratkaisuja.** Sen sijaan että kertoisit, mitä hänen pitäisi tehdä, kysy, mitä hän itse ajattelee ja tarvitsee.
- **Älä vähättele väkivaltaa.** Ilmaisut kuten *”kaikilla on joskus riitoja”* tai *”ehkä hän vain hermostui”* voivat vähätellä kokijan kokemuksen.
- **Älä lupaa sellaista, mitä et voi pitää.** Jos et pysty olemaan tavoitettavissa jatkuvasti, kerro se rehellisesti. Luotettavuus on tärkeämpää kuin täydellisyys.

Läheisesi ei tarvitse neuvoja, vaan ihmisen, joka pysyy rinnalla ja uskoo häneen. Pienetkin teot ja sanat voivat antaa voimaa ja toivoa.

Miten läheisen turvallisuutta voi parantaa?

Kun läheisesi elää väkivallan uhan alla, turvallisuus on tärkein asia. Et voi poistaa vaaraa yksin, mutta voit tukea häntä tekemään ratkaisuja, jotka lisäävät turvaa ja hallinnan tunnetta.

Jos väkivalta tai sen uhka on välitön, **soita hätänumeroon 112**. Ammatillaiset osaavat arvioida tilanteen ja lähettää apua paikalle.

Näin voit tukea läheisesi turvallisuutta:

- **Rohkaise avun hakemiseen.** Kerro, että apua on saatavilla ja että väkivalta ei koskaan ole hänen syynsä. Turvakodit, väkivaltatyön avopalvelut ja auttavat puhelimet tarjoavat tukea valtakunnallisesti.
- **Kannusta lääkäriin tai terveydenhuoltoon.** Vammat ja tapahtumat on hyvä dokumentoida, vaikka rikosilmoitusta ei tehtäisi heti.
- **Keskustelkaa turvallisuussuunnitelmasta.** Miettikää yhdessä, minne hän voi mennä hätätilanteessa ja miten hän pääsee nopeasti pois kotoa.
- **Auta häntä valmistautumaan.** Voitte yhdessä pohtia, mitä asioita kannattaa pitää helposti saatavilla: tärkeät asiakirjat, lääkkeet, varavaatteet, puhelin, avaimet ja rahaa esimerkiksi taksimatkaa varten.
- **Sovi merkistä tai sanasta.** Voitte keksiä viestin tai sanan, jolla hän voi kertoa tarvitsevänsä apua, jos ei voi puhua suoraan.
- **Kerro lähestymiskiellosta ja rikosilmoituksesta.** Nämä ovat virallisia keinoja hakea suojaa. Voit tarjoutua mukaan poliisille tai oikeusaputoimistoon, jos hän haluaa tukea.
- **Turvallisuuden suunnittelu ei tarkoita, että väkivallan kokija olisi vastuussa väkivallasta.** Se tarkoittaa, että hänellä on oikeus suojella itseään ja lapsiaan. Valmistautuminen voi lisätä kokijan hallinnan tunnetta ja vähentää pelkoa.

”Eron jälkeen olin hyvin uupunut. Lapset tarvitsivat minua, mutta elämä oli kaoottista. Ystävien huolenpito ja konkreettinen apu kodin hoidossa auttoivat minua jaksamaan päivästä toiseen.”

Pidä huolta itsestäsi

Kun seuraa läheisen vaikeaa tilannetta, on luonnollista tuntea huolta, pelkoa ja turhautumista. Väkivallan todistaminen sivusta voi olla henkisesti raskasta ja herättää monenlaisia tunteita, kuten vihaa, surua ja voimattomuutta. Siksi on tärkeää, että huolehdit myös itsestäsi.

Läheisen tukeminen ei tarkoita, että sinun pitäisi jaksaa loputtomiin. Et voi olla avuksi, jos oma hyvinvointisi horjuu. Pidä yhteyttä ihmisiin, joihin luotat, ja puhu tunteistasi. Keskustelu ystävän, ammattilaisen tai vertaistukiryhmän kanssa voi auttaa jaksamaan ja selkiyttää ajatuksia.

Muista nämä asiat:

- Sinä et ole vastuussa väkivallasta etkä sen loppumisesta.
- On sallittua tuntea turhautumista ja uupumusta. Ne eivät tarkoita, ettet välittäisi.
- Aseta rajat sille, kuinka paljon ja millä tavalla voit olla tukena.
- Hae tukea itsellesi, jos tilanne alkaa viedä liikaa voimia. Myös sinulla on oikeus saada apua.
- Tee asioita, jotka auttavat sinua palautumaan. Lepää, liiku, ulkoile tai vietä aikaa läheisten kanssa.
- Läheisen tukeminen voi olla pitkä prosessi, mutta et ole siinä yksin. Auttavia tahoja on myös sinua varten. Kun pidät huolta itsestäsi, jaksat paremmin olla se turvallinen ihminen, jota väkivaltaa kokenut tarvitsee rinnalleen.

Naisten moninaisuus

Jokaisella oma tarinansa. Väkivallan kokemuksiin voivat vaikuttaa ikä, kieli, kulttuuri, terveys, toimintakyky, sukupuoli-identiteetti, seksuaalinen suuntautuminen ja elämäntilanne. Nämä tekijät voivat vaikuttaa siihen, millaista väkivaltaa ihminen kokee, miten hän hakee apua ja millaista tukea hän tarvitsee.

On tärkeää muistaa, että väkivalta ei katso taustaa. Sitä voi tapahtua missä tahansa perheessä, ihmissuhteessa tai yhteisössä. Jotkut väkivallan muodot voivat kuitenkin kietoutua osaksi muita haavoittavia tekijöitä.

Esimerkiksi:

- Ihminen, joka ei puhu suomea tai ruotsia, voi jäädä ilman tietoa ja tukea, jos palveluja ei ole saatavilla hänen kielellään.
- Vammainen henkilö voi olla riippuvainen väkivallan tekijästä arjen avussa, mikä tekee irtautumisesta erityisen vaikeaa.
- Ikääntynyt ihminen voi kokea väkivaltaa perheenjäsenen tai hoitajan taholta, eikä aina tunnista sitä väkivallaksi.
- Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluva ihminen voi kohdata väkivaltaa sekä parisuhteessa että yhteisön ennakkoluuloissa.
- Maahan muuttanut henkilö voi pelätä avun hakemista kieli- muurin, oleskeluluvan tai yhteisön paineiden vuoksi.

Jokaisella on oikeus tulla kohdatuksi yksilönä ja saada tukea ilman syrjintää. Kun läheinen huomioi toisen taustan ja kuuntelee avoimin mielin, hän voi auttaa väkivaltaa kokenutta löytämään sopivan avun.

Moninaisuuden ymmärtäminen ei tarkoita, että kaikkien tilanteet pitäisi tietää tai osata ratkaista. Riittää, että on valmis kuulemaan ja kunnioittamaan sitä, miten toinen itse kuvaa kokemustaan ja tarpeitaan.

Oikeudet ja palvelut

Suomen laki suojaa väkivallan uhreja ja velvoittaa viranomaisia toimimaan, kun väkivaltaa epäillään. Väkivalta on aina rikos, riippumatta siitä, kuka sen tekee tai missä se tapahtuu.

Väkivaltaa kokenut henkilö on oikeutettu apuun, tukeen ja suojeluun. Apua saa myös silloin, kun ei halua tehdä rikosilmoitusta tai jos on epävarma siitä, mitä on tapahtunut.

Auttavia tahoja:

Turvakodit tarjoavat ympärivuorokautista suojaa ja tukea väkivaltaa kokeneille ja heidän lapsilleen. Turvakotiin voi mennä maksutta ja ilman lähetettä.

Nollalinja (p. 080 005 005) on valtakunnallinen puhelin- ja chat-palvelu, joka palvelee vuorokauden ympäri ja ohjaa sopivien palvelujen piiriin.

Rikosuhripäivystys tarjoaa tukea ja neuvontaa rikoksen uhreille, heidän läheisilleen ja todistajille.

Sosiaalipalvelut ja terveydenhuolto ovat velvollisia tarjoamaan apua ja ohjausta väkivaltaa kokeneille.

Poliisi neuvoo lähestymiskiellon hakemisessa ja toimii, jos väkivaltaa tai uhkailua tapahtuu.

Väkivaltatyön avopalvelut tarjoavat keskusteluapua ja tukea väkivallan kokemuksiin ja niistä toipumiseen.

Lastensuojelu ja sosiaalipäivystys auttavat, jos perheessä on lapsia, jotka ovat vaarassa tai ovat nähneet väkivaltaa. Yhteydenotto ei velvoita mihinkään, mutta se voi olla ensimmäinen askel kohti turvaa ja toipumista.

Naisten Linjan palvelut:

Naisten Linja tarjoaa luottamuksellista tukea ja neuvontaa väkivaltaa kokeneille naisille, tytöille ja heidän läheisilleen valtakunnallisesti ja maksutta.

Auttava puhelin | 0800 02400

Koulutetut vapaaehtoiset tukenasi maksutta, anonyymisti ja luottamuksella.

Chat | naistenlinja.fi

Joskus on helpompi kirjoittaa. Koulutetut vapaaehtoiset keskustelevalle kanssasi.

Tapaamiset | naistenlinja.fi

Voit varata ajan tapaamiseen väkivaltatyön asiantuntijan kanssa Helsinkiin tai valtakunnallisesti videoyhteydellä. Lisätiedot puhelimitse 050 428 0883.

Some | @naistenlinja

Tavoitat väkivaltatyön asiantuntijamme sosiaalisesta mediasta.

Vertaisryhmät | naistenlinja.fi

Vertaistukea väkivallasta toipumiseen kasvokkain Helsingissä ja valtakunnallisesti netissä.

NAISTEN PUOLELLA. VÄKIVALTA VASTAAN.

Tämä opas on uudistettu painos alkuperäisestä *Onko joku tuntemasi nainen väkivallan kohteena* -julkaisusta, joka rahoitettiin Oikeusministeriön myöntämällä valtionavustuksella rikoksen uhrien tukipalveluihin vuonna 2017.

Naisten linja