

I en akut nödsituation ring 112

Behöver du hjälp på **kväll, natt** eller **helg** kan du ringa:

Trygghetsjouren **08-508 40 700**

Övriga kontaktuppgifter för råd och stöd:

Polisen **114 14**

Sjukvårdsrådgivningen **11 77**

Nationella hjälplinjen **020-22 00 60**

Kvinnofridslinjen **020-50 50 50**

Manscentrum **08-643 11 84**

Värngruppen

Kungsholmens resursgrupp för
våldsutsatta äldre och personer med
funktionsnedsättning



Blir du utsatt för någon form av våld av en närstående? Det kan vara din partner, barn, förälder, släkt, omsorgspersonal etc. Eller känner du någon som är i den situationen?

Våld jämställs ofta med fysiska övergrepp, men det finns även andra former av våld. Exempel på handlingar som bedöms som brottsliga i lagens mening:

Fysiskt våld

slag, knuffar, skakningar, sparkar

Psykiskt våld

hot, trakasserier, förnedring, verbala kränkningar, inlåsning, social isolering, utpressning

Sexuellt våld

tvingas utföra sexuella aktiviteter som man inte vill ha del i, våldtäkt, sexuella trakasserier, oönskad beröring

Materiellt våld

förstörelse av bohag och värdesaker

Ekonomiskt våld

stöld av pengar eller ägodelar, utpressning, förskingring, oönskad kontroll över din ekonomi

Försummelse

vanvård, bristande hygien, för lite mat och dryck, medvetet felaktig medicinering, att inte få tillgång till hjälpmedel

Känner du igen dig?

Känner du någon som blivit utsatt?

Vill du ha någon att prata med?

Du kan vända dig till Värngruppen på Kungsholmens stadsdelsförvaltning för att få råd och hjälp. Vi kan erbjuda dig:

- Råd – och stödsamtal
- Stöd i kontakt med andra myndigheter och organisationer
- Stöd i eventuell rättsprocess
- Skyddat boende

Information och kontakt med
Värngruppen sker via
Äldre Direkt 08-80 65 65
Kontaktcenter 08-508 11 508

Behöver du hjälp på **kväll, natt** eller **helg**?
Se kontaktinformation på broschyrens baksida