

## APUA ON SAATAVILLA – ET OLEYKSIN!

### Tietoa ja keskustelupalstoja verkossa

www.turvakoti.net  
www.ensijaturvakotienliitto.fi  
www.rikosuhripaivystys.fi  
www.tukinainen.fi  
www.naistenlinja.com  
www.lastenjanuortennetti.net  
www.lyomatonlinja.fi  
www.poliisi.fi  
www.monikanaiset.fi  
www.tukinet.fi

### Valtakunnallisia palvelunumeroita

- Lasten ja nuorten puhelin  
**0800 120400**  
Keskusteluapua elämän eri ongelmissa.  
ma-pe klo 14-20,  
la-su klo 17-20
- Naisten Linja  
**0800 02400**  
suomeksi ma-pe klo 16-20  
ruotsiksi ke klo 16-20  
venäjäksi ma klo 16-20  
englanniksi pe klo 16-20
- Rikosuhripäivystys,  
auttava puhelin  
**0203 16116**  
ma-ti klo 13-21,  
ke-pe klo 17-21
- Rikosuhripäivystyksen  
juristipuhelin  
**0203 16117**  
ma-to klo 7-19
- Raiskauskriisikeskus  
Tukinainen  
**0800 97 899**  
Seksuaalista väkivaltaa ja  
hyväksikäyttöä kokeneille  
naisille, keskusteluapua ja  
tietoa ryhmätoiminnasta.  
**Kriisipäivystys**  
ma-to klo 9-17,  
pe-su sekä pyhinä ja  
niiden aattona klo 17-24
- Maksuton juristipäivystys  
lähisuhdeväkivallan uhreille  
ja ammattiauttajille  
**0800 97895**  
ma-to klo 14-17, pe klo 9-17
- Suomen Mielenterveysseuran  
valtakunnallinen kriisipuhelin  
**0203 445 566**  
ma klo 9 - 22, ti-pe klo 9-06,  
la klo 15-06 ja su klo 15-22
- Monika, Monikulttuurinen  
Voimavarakeskus  
**(09) 6922 304**  
Väkivaltaa kokeneille  
maahanmuuttajanaيسille  
ma-su 24 h
- Lyömätön Linja  
**(09) 612 66 212**
- Miesten kriisikeskus  
**(09) 612 93750**
- Maria-Instituutin  
avoin linja  
**(09) 7562 2260**  
Väkivaltaa käyttäville  
naisille  
ti-to klo 16-18
- Suomen vanhusten  
turvakotiyhdistys  
**(09) 726 2422**  
tiistaisin klo 12–15

## PAIKALLISET JA ALUEELLISET PALVELUT

Yleinen hätänumero 112  
- poliisi  
- sosiaalipäivystys  
(kiireelliset asiat virka-ajan ulkopuolella)

### APUA JA TUKEA SAAT MYÖS

kuntasi terveyskeskuksesta, äitiys- ja lastenneuvolasta,  
työterveyshuollosta, mielenterveystoimistosta,  
perheneuvolasta, A-klinikasta, sosiaalitoimistosta,  
seurakunnasta ja oikeusaputoimistosta.

### SOSIAALI- JA TERVEYSMINISTERIÖ PL 33, 00023 VALTIONEUVOSTO Meritullinkatu 8, HELSINKI

Puh. vaihde (09) 16001  
Faksi (09) 160 74126  
Internet: www.stm.fi  
Sähköposti: etunimi.sukunimi@stm.fi

Esitteen tilaukset:  
lahettamo@yliopistopaino.fi  
vähimmäistilaus 10 kpl

Sosiaali- ja terveysministeriön esitteitä 2006:15

ISSN 1236-2123

ISBN 952-00-2200-7 (nid.)

ISBN 952-00-2201-5 (PDF)

Sosiaali- ja terveysministeriön toimintaohjelma  
lähisuhde- ja perheväkivaltaa vastaan

# Meillä jokaisella on vastuu

PERHE- JA LÄHISUHDEVÄKIVALLASTA



- Oletko väkivallan tai sen uhan kohteena perheessäsi?
- Onko lähipiirissäsi joku, joka pelkää, mutta ei uskalla hakea apua?
- Käyttäytytkö itse väkivaltaisesti läheisiäsi kohtaan?

### OMAA VÄKIVALTAISUUTTA

voi testata osoitteessa [www.turvakoti.net](http://www.turvakoti.net)



## MITÄ VÄKIVALTA ON?

### Fyysinen väkivalta

lyöminen, kuristaminen, hiuksista tai vaatteista repiminen, esineiden heittäminen, teräaseella uhkaaminen, rajoittaminen tai liikkumisvapauden estäminen, pakottaminen seksuaaliseen kanssakäymiseen

### Henkinen väkivalta

nimittely, vähättely, nöyryyttäminen, pelottelu, uhkaaminen, painostus, kiristäminen, kontrollointi ja muista ihmisistä eristäminen

### Taloudellinen väkivalta

pakottaminen taloudelliseen riippuvuuteen, toisen oman rahan käytön kontrollointi tai toisen rahojen tai omaisuuden luvaton käyttö

### Lapsen kaltoinkohtelu

hoidon ja huolenpidon laiminlyönti, yksin jättäminen ikätasoon nähden liian pitkäksi ajaksi, lapsen hylkääminen tunnetasolla

### Väkivalta voi kohdistua

lapsiin, aikuisiin, vanhuksiin, myös kotieläimiin. Väkivallan tekijä voi olla mies, nainen tai lapsi. Mitä vakavammasta fyysisestä väkivallasta puhutaan, sitä useammin se on miesten väkivaltaa naisia kohtaan.

## Vanhemmat voivat käyttäytyä väkivaltaisesti lasta kohtaan.

Lasta vahingoittaa pelon ja uhan ilma-  
piirissä eläminen, väkivallan näkeminen ja sen kohteena oleminen. Väkivallan käyttö kasvatukseen ei ole oikeutettua missään tilanteessa. Väkivallasta voi tulla käyttäytymismalli, joka siirtyy sukupolvelta toiselle.

## Kun perheessä on toistuvasti väkivaltaa, se alkaa tuntua normaalilta.

Väkivalta herättää syyllisyyttä ja häpeää usein sekä tekijässä että väkivallan uhrissa. Jatkuessaan väkivalta usein raaistuu. Uhri syyllistää itseään, salaa tapahtuneen ja uskoo väkivallan loppuvan, kuten tekijä vakuuttelee. Hyvien ja huonojen kausien vaihtelu on tavanomaista, mutta pelko on usein jatkuvaa. Väkivallan tekijällä on vastuu käyttämästään väkivallasta.

## Vastuu on meillä jokaisella.

Perhe- ja lähisuhdeväkivalta on vaiettu ilmiö. Perheessä, jossa on väkivaltaa, ei usein jakseta hakea apua. Väkivalta ei ole perheen sisäinen asia, vaan väkivaltaan pitää ulkopuolisten puuttua.

Jos epäilet tai havaitset väkivaltaa läheisesi tai tuttavasi perheessä, ota asia puheeksi ja kannusta avun hakemiseen.



## YLEINEN HÄTÄNUMERO

# 112

## KATKAISE VÄKIVALLAN KIERRE!

### ■ Älä jää yksin!

Kerro kokemuksestasi ystävälle, sukulaiselle, jollekin luotettavalle ihmiselle tai ammattiauttajalle.

### ■ Etsi tietoa!

Tietoa väkivallasta ja avun saannin mahdollisuuksista löytyy sekä väkivallan uhrille, tekijälle että lapsille mm. kirjoista, internetistä, auttavista puhelimista, ammattiauttajilta ja viranomaisilta.

### ■ Hae apua!

Pyydä ohjausta, neuvontaa ja tukea oman kunnan ja alueen palveluista. Lähdä liikkeelle, ota yhteyttä. Väkivaltainen käyttäytyminen ei lopu pelkillä lupauksilla.

### ■ Apua on saatavilla!

Et ole yksin kokemustesi kanssa.