

Älä jää yksin

Jos turvattomuus lähisuhteissasi mietityttää sinua, ota asia puheeksi luotettavan läheisen kanssa tai keskustele siitä ammattilaisen kanssa

- **Lahden ensi- ja turvakoti ry**

lahdenensijaaturvakoti.fi

- Apua väkivallan kokijoille ja tekijöille sekä heidän läheisilleen p. **050 561 4132, 050 345 4781** ja **050 345 4793**
- Lasten ja nuorten työntekijä p. **044 705 3706**
- Turvakoti 24/7 p. **03 875 090** ja **044 335 6906**

- **Nollalinja lähisuhdeväkivallalle p. 080 005 005**

- **nettiturvakoti.fi**

- **Rikosuhripäivystys p. 116 006**

Palvelut ovat maksuttomia



LAHDEN
ENSI- JA TURVAKOTI RY

4/2024



Aikuisiän turvallisuus



Suomessa jokaisella on oikeus

- henkilökohtaiseen vapautteen ja koskemattomuuteen
- liikkumisvapauteen
- sananvapauteen
- yksityiselämän suojaan



Turvallisuus lähisuhteissa syntyy siitä, miten

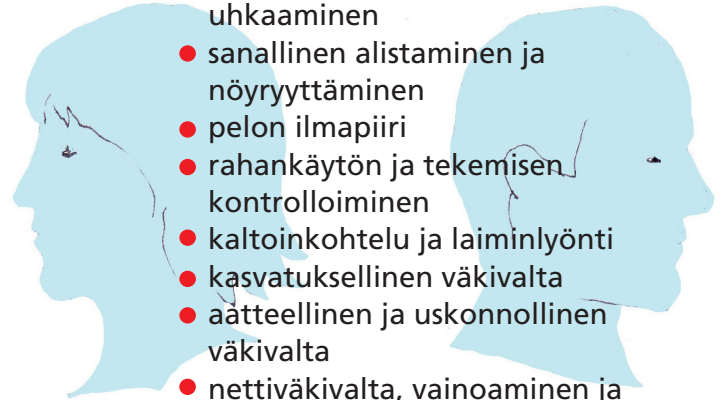
- arvostamme itseämme ja toisiamme
- huomioimme toisiamme
- ratkaisemme erimielisyyksiä



Miten sinä huolehdit omasta ja läheistesi turvallisuudesta?

Väkivalta on vallan väärinkäyttöä. Se satuttaa, aiheuttaa pelkoa ja turvattomuutta

- fyysinen väkivalta tai sillä uhkaaminen
- sanallinen alistaminen ja nöyryyttäminen
- pelon ilmapiiri
- rahankäytön ja tekemisen kontrolloiminen
- kaltoinkohtelu ja laiminlyönti
- kasvatuksellinen väkivalta
- aatteellinen ja uskonnollinen väkivalta
- nettiväkivalta, vainoaminen ja seksuaalinen väkivalta



Mitä mielestäsi olisi tärkeää tehdä, jos koet turvattomuutta tai havaitset sitä lähipiirissäsi?