



# HJÄLP OCH STÖD VID VÅLD I HEMMET

På grund av coronapandemin är det många människor som är hemma mer än vanligt. Det kan innebära en ännu svårare situation för de som är utsatta för våld av en närstående och inte längre kan gå till jobb eller skola. Känslor av ett samhälle i kris och ekonomisk press kan också vara bidragande orsaker som kan förvärra situationen.

## DET FINNS HJÄLP ATT FÅ

Är du eller någon du känner utsatt och behöver komma i kontakt med någon att prata med? Det finns flera olika aktörer som arbetar med att ge stöd och hjälp för de som är utsatta. Det finns också stöd att få för dig som utövar våld eller på annat sätt riskerar att skada en närstående.

### **KVINNOFRIDSLINJEN**

Kvinnofridslinjen är en nationell stödtelefon för dig som utsatts för fysiskt, psykiskt och sexuellt våld. Du som är anhörig eller vän är också välkommen att kontakta Kvinnofridslinjen.

Telefon: 020 – 50 50 50  
[www.kvinnofridslinjen.se](http://www.kvinnofridslinjen.se)

*Samtalet är gratis, syns inte på telefonräkningen och du kan vara anonym. Tolk finns att tillgå. Stödtelefonen är öppen dygnet runt.*

### **TELEFONLINJEN VÄLJ ATT SLUTA**

Telefonlinjen Välj att sluta är till för dig som riskerar att skada en närstående.

Telefon: 020 – 55 56 66  
[www.valjattsluta.se](http://www.valjattsluta.se)

*Samtalet är gratis, anonymt och syns inte på telefonräkningen.*

### **UNGA RELATIONER**

Ungarelationer.se ger stöd och information till personer under 20 år som blir utsatt i sin relation, är kompis till någon som blir det, eller är den som utsätter. Chatten är öppen varje kväll kl. 20-22.

[www.ungarelationer.se](http://www.ungarelationer.se)

### **SOCIALTJÄNSTEN I YSTADS KOMMUN**

Socialtjänsten erbjuder samtalsstöd till våldsutsatta, våldsutövare och barn som upplevt våld. Socialtjänsten kan även erbjuda praktisk/ekonomisk hjälp utifrån individuell behovsbedömning som t ex skyddat boende.

Dagtid: Ystads kommun 0411 - 57 70 00

Kvällar och helger: Sociala jouren Syd via 112

### **LOKALA IDEELLA ORGANISATIONER**

Freezonen, kvinno- tjej- och brottsofferjour i Ystad.

Telefon: 0733 – 30 30 28  
[www.freezonen.se](http://www.freezonen.se)