



Stöd till dig som upplever våld i nära relation

Det finns verksamheter som erbjuder stöd vid våld i nära relationer. Du kan kontakta dem om du lever i en relation som du mår dåligt av. De flesta av verksamheterna riktar sig till alla oavsett könsidentitet, annars är detta angett.

Lokalt stöd

- **IFO Mottagningsenheten Tranemo kommun** – Här kan du bland annat få hjälp med rådgivning, samtalsstöd, ansöka om skyddat boende/och eller socialt stöd samt få hjälp att ta nödvändiga kontakter, såsom andra myndigheter. Telefonnummer: 0325 – 57 62 10.
- **Utväg Södra Älvsborg** - Utväg erbjuder stöd i form av enskilda samtal och gruppverksamhet för personer som är eller har varit utsatta för våld, personer som utövar eller har utövat våld och barn och unga som har upplevt våld. Telefonnummer är 070 716 09 29 och telefontiden är måndag-fredag kl. 08:00-09:00
- **Kvinnojouren i Mark** erbjuder samtalsstöd på jouren eller via telefon, information om det om samhället kan erbjuda och vilka rättigheter du har, akut skyddat boende för dig och dina barn. Telefonnummer är 0320 351 51 och telefontiderna är mån - tor 8.30-21.00, fre 8.30-19.00 och lör & sön 10.00-19.00.

Akut lokalt stöd

Sociala jouren

Om du behöver akut stöd i en utsatt situation på kvällar, veckoslut och helger när mottagningsenheten är stängd kontaktar du sociala jouren i Borås. Det kan handla om våld, övergrepp, missbruk eller om du är orolig för att ett barn far illa. Du ringer 112 och ber att få bli kopplad till sociala jouren i Borås. När du vänder dig hit får du kontakt med en socialsekreterare.

Övrigt stöd

- **Bris** erbjuder samtal och stöd till barn och unga. Ring, sms:a 116 111, chatta och mejla. Öppet varje dag och även på natten. Bris har även en föräldratelefon där du som vuxen kan få råd och stöd.
- **Maana** bedriver nätbaserat stöd. Stödet riktas mot alla som identifierar sig som tjejer och unga kvinnor, främst i åldrarna 10–25 år.

- *Dinarattigheter.se* erbjuder information om rättigheter kopplat till hedersförtryck. Det finns även en stödchatt och en stödmejl. Sajten drivs av Rädda Barnen.
- *Hedersförtryck.se* har information för dig som är utsatt och till dig som vill lära dig mer om hedersförtryck.
- *Jagvillveta.se* är en sajt där du som är ung kan läsa mer om vad som är brottsligt, hur man kan känna om man varit med om brott och var man kan få hjälp.
- *Jourhavande medmänniska*, en ideell organisation som erbjuder samtalsstöd via chatt och telefon.
- *Killfrågor.se* har stöd för killar mellan 10 och 18 år via chatt.
- *Kom till oss*, är polisens informationssida om brott i nära relationer.
- *Kvinnofridslinjen* erbjuder samtalsstöd via telefon dygnet runt. Telefonsamtalet är gratis och syns inte på telefonräkningen. Telefonnummer: 020-50 50 50.
- *RFSL:s brottsofferjour för hbtq-personer*, erbjuder samtalsstöd via telefon.
- *Riksföreningen stödcentrum mot incest och andra sexuella övergrepp* i barndomen finns till för kvinnor som har varit utsatta för sexuella övergrepp i barndomen. Föreningen har en telefonjour 08 - 696 00 95 dit du kan ringa för att få stöd.
- *Stödlinjen för män* är en nationell stödtelefon för män som utsatts för fysiskt eller psykiskt våld av en närstående eller sexuellt våld. Stödlinjen är öppen alla dagar kl. 7–21 och telefonnumret är 020-80 80 80. Samtalet är gratis och du är anonym när du ringer.
- *Stödlinjen för transpersoner* är för vuxna transpersoner, inklusive ickebinära, som utsatts för våld i nära relation eller sexuella övergrepp. Linjen är öppen varje dag kl. 11–19 med telefonnummer 020-55 00 00. Samtalet är gratis och du är anonym när du ringer.
- *Terrafem* är en ideell riksorganisation som ger stöd till våldsutsatta kvinnor med utländsk härkomst via Sveriges första rikstäckande jourtelefon på mer än 70 språk. Det är gratis att ringa, telefonnumret är 020- 52 10 10. Samtalet syns inte på din telefonräkning och numret registreras inte. Du kan vara anonym när du ringer till oss och vi har tystnadslöfte. Jouren är öppen vardagar 09.00-15:00.
- *Ungarelationer.se* ger stöd och information för dig upp till 20 år som blir utsatt i din relation, är kompis till någon, eller är den som utsätter. Du kan chatta anonymt varje kväll kl 20-22. Här kan du också läsa om olika typer av våld, varningstecken och hur en bra relation kan vara.

