



AKUTTE SITUASJONAR

Ved alvorlege truslar og/eller fysiske skader, ring **politiet 112!**

Kontakt **overgrepsmottaket** eller legevakt for undersøking og sporsikring. Unngå kroppsvask før undersøkinga.

Ved halsgrep bør ein alltid ha legetilsyn.

Tilby den valdsutsatte å kontakte **Krisesenteret for Sunnmøre.**

Avvergeplikt

Gjennom straffelova § 196 har vi alle ei personleg plikt til å anmelde eller på annan måte avverge og hindre straffbare forhold. Dette er eit personleg ansvar og det overstyrar teieplikta.

KVA GJER DU?

Rådføring

Er du usikker på kva du skal gjere kan du drøfte saka med krisesenter eller politi.

Informasjon om hjelpetilbod

Hjelp den valdsutsatte med å komme i kontakt med hjelpeapparatet.

Krisesentertilbodet

Alle som er utsatt for vald eller overgrep frå partner, familie eller andre i nære relasjonar kan få tilbod om beskyttelse, sikkerheit, råd og rettleiing. Ein treng ikkje vere i akutt krise for å få hjelp. Tenesta er gratis og tilgjengeleg heile døgnet. Du kan ta direkte kontakt og treng ikkje tilvising.

VIKTIGE TELEFONNUMMER

Døgnopne telefonar

Politi: 112 eller 02800

Krisesenter for Sunnmøre:

- Avdeling kvinner og barn: 70 16 33 33

- Avdeling menn og barn: 90 70 74 33

Legevakta: 116 117

Barnevernvakta: 91 57 60 20

Overgrepsmottaket: 116 117

Kva gjer du som tilsett, kollega eller venn

VED MISTANKE OM VALD I NÆRE RELASJONAR



Krisesenter for SUNNMØRE

Eit interkommunalt samarbeid mellom

Fjord | Giske | Hareid | Herøy | Sande | Stranda

Sula | Sykkylven | Ulstein | Vanylven | Volda | Ørsta | Ålesund

Illustrasjonar Liza Hasan.

Design og trykk: Hustrykkeriet, Ålesund kommune

Tiltak i handlingsplan mot vald i nære relasjonar - Sunnmøre 2021-2025



SJÅ

- Sår og blåmerke
- Brann- og kuttskade
- Sjølvskading
- Konsentrasjonsproblem
- Søvn- og spiseproblem
- Uro og utagerande åtferd
- Endring i sinnsstemning
- Avtalar blir ofte endra
- Familien motsett seg innsyn
- Hyppige legebesøk med diffuse symptom
- Reaksjonar ved kroppskontakt
- Bruk av rusmiddel

SPØR

Prøv å få til ein dialog.

Start gjerne med:

- *Eg har lagt merke til at...*

Beskriv det du ser:

- *du er ofte borte frå jobb*
- *du virkar sliten*
- *du har blåmerke på armen*

Fortsett med:

- *Det gjeld kanskje ikkje deg, men mi erfaring er at mange som ikkje har det greit heime kan få slike plager.*
- *Korleis har du det eigentleg heime?*

TIPS

- Prøv å unngå ordet vald
- Still opne spørsmål
- Bruk aktiv lytting som - *hmmm...fortell meir om det...*
- *Kva gjorde du?*, - *Kvar var du?* - *Korleis opplevdes det?*
osv.
- Gjenta nøkkelord i det som blir sagt.
- Unngå vurderingar av det som har skjedd:
- *Oi, så forferdelig*, osv.

AVKLAR

Korleis artar valden seg?

- Slag, trugslar, seksuell tvang
- Lugga, brent, audmjuka eller latterleggjort
- Manglande råderett over eigen økonomi
- Sosial kontroll
- Øydelegg ting vedkomande er glad i
- Kjæledyr blir mishandla
- Tvangsekteskap, kjønnslemlesting

Kor alvorleg er valden?

- Er det fare for liv og helse?
- Beskriv kva som skjedde.
- Er du redd noko skal skje i framtida?
- Har du tidlegare vore i kontakt med politi eller krisesenter?

OBS! Kan barn ha vore vitne til valden?

Send bekymringsmelding til barnevernet. Å vere vitne til vald kan vere like skadelig som å sjølv bli utsett.

Risikofaktorar

Samlivsbrot, tidlegare valdsepisodar, tap av ære, rus og tilgang til våpen kan gi auka risiko for grov vald og partnerdrap.



Vald handlar om
meir enn å slå!