

Krisesenteret - et tilbud til deg?

Ikke trygg i eget hjem?

Dessverre er det mange kvinner, menn og barn som opplever vold og overgrep i sitt eget hjem. I Norge kaller vi det «vold i nære relasjoner». Det betyr at det er en som står deg nær, for eksempel ektefelle, foreldre, søsken eller egne barn som er den som utsetter deg for vold/overgrep.

Det finnes mange typer vold/overgrep:

- **Fysisk** (slag, spark, lugging, holde fast)
- **Psykisk** (si stygge ord, kalle stygge ting, kontrollere, isolere, true)
- **Seksuell** (voldtekt, tvinge noen til sex)
- **Materiell** (kaste ting, knuse ting, ødelegge noe som betyr mye for deg)
- **Økonomisk** (ta pengene dine, ikke gi deg egne penger, tvinge deg til å skrive under på økonomiske papirer som du ikke forstår innholdet av)
- **Tvangsekteskap** (å true/tvinge noen til å gifte seg mot sin vilje)
- **Kjønnslemlestelse** (omskjæring av kvinnelige kjønnsorganer)
- **Menneskehandel** (handel med kvinner, menn og barn)

Trenger du noen å snakke med?

Ta kontakt med et krisesenter nær deg. I Norge har alle kvinner, menn og barn rett på et krisesentertilbud når de er truet eller utsatt for vold.

Ny i Norge?

Vi på krisesentrene møter ofte mennesker fra andre land og andre kulturer. **Vi bruker alltid tolk når det er behov for det.** Våre ansatte har utdanning og spesiell

kompetanse til å bistå personer som er utsatt for vold. Du vil få informasjon om dine rettigheter, plikter og muligheter i Norge.

Vi har taushetsplikt! Din historie er trygg hos oss inntil vi sammen er enige om å gå videre slik at du får riktig hjelp.

Vi har meldeplikt til barneverntjenesten og må melde fra dersom vi får vite om barn som ikke har det godt hjemme. Slik kan barna og familien få den hjelpen de trenger for å ha et godt liv.

Dette kan vi hjelpe deg med:

Du kan få et trygt sted å bo for deg og barna dine for en periode Eller du kan velge å bo hjemme og bare komme til krisesenteret for samtale. På krisesenteret vil du møte en fagperson som lytter til det du vil fortelle. Du kan få hjelp til å få kontakt med lege, advokat, politi, NAV, barnevern eller andre kontorer. Vi vil støtte deg og følge deg til avtaler om du ønsker det og sikkerhetssituasjonen gjør det mulig. Når du flytter ut av krisesenteret, kan vi fortsette kontakten hvis du har behov for det.

Vårt arbeid er å gi nødvendig informasjon, støtte og veiledning på veien videre til et nytt og bedre liv uten vold.

Crisis Centre - need our help?

Not safe in your own home?

There are unfortunately many women, men and children who experience violence and assault in their own homes. In Norway we call this 'violence in close relationships'. This means that there is someone who is close to you, for example a spouse, parent, sibling or own child who exposes you to violence/assault.

There are many types of violence/assault:

- **Physical** (hit, kick, pulling by the hair, holding down)
- **Psychological** (saying unpleasant words, calling unpleasant names, control, isolation, threats)
- **Sexual** (rape, force to have sex)
- **Material** (throw things, break things, damage something which means a great deal to you)
- **Financial** (take your money, not give you your own money, force you to sign financial documents which you do not understand)
- **Forced marriage** (threaten/force someone to marry against their will)
- **Genital mutilation** (female genital circumcision)
- **Human trafficking** (trading in women, men and children)

Do you need someone to talk to?

Contact a crisis centre near you. In Norway, all women, men and children have the right to receive help from a crisis centre when they are threatened or exposed to violence.

New in Norway?

We who work at crisis centres meet many people from other countries and other cultures. **We always use an interpreter when there is a need for this.** Our

employees are professionally trained and have special skills in helping those who are exposed to violence. They will inform you of your rights, obligations and options in Norway.

We are sworn to professional secrecy! Your story is safe with us. We will not divulge anything you tell us unless we have together agreed to this and as a part of moving forwards and helping you to get the help you need.

We are however obliged to report to child welfare services if we become aware of children with unacceptable home situations. So, that the children and families get the help they need to make a good life.

We can help you with the following:

We can provide you and your children with a safe place to live for a period of time or you can choose to live at home and only come to the crisis centre to talk about your situation. You will, at the crisis centre, meet a professional person who will listen to what you say. We can help you contact a doctor, lawyer, the Police, NAV, child care services or other agencies. We will support you and go with you to meetings if you would like this and the safety situation makes this possible. We can continue to remain in contact after you move out of the crisis centre, if you have a need for this.

Our role is to provide you with the information, support and guidance you need to help you on your way to a new and better life without violence.