Lasteabi

Kui tunned millegi tõttu hirmu ja häbi, keegi on sulle kuidagi liiga teinud või sinuga imelikult käitunud, ja sa ei tea, mida teha, siis lasteabi on sinu jaoks olemas. Et saaksid oma muret jagada!

Sa ei ole üksi – lasteabi kuulab sind alati ära ja aitab leida võimalusi, kuidas abi saada!

Lasteabi on sinu jaoks olemas 24/7. Saad meie poole pöörduda tasuta ja sa ei pea meile ütlema enda nime.

116 111

· räägime sinuga telefonil 116111
· vestleme sinuga www.lasteabi.ee chati kaudu
· kirjutame sinuga e-kirja kaudu info@lasteabi.ee

. . . . . .

Hädaabinumber

112

Lapsele

Lasteabi.ee
116 111

LASTEMAJA

Lastemaja infotelefon on 58 54 5498. Lastemajaga saad ka ühendust, kui helistad lasteabitelefonile 116 111 või kirjutad info@lasteabi.ee. Hädaohukorral palun pöördu politseisse telefonil 112.

Lasteabi poole saad pöörduda nõu küsimiseks kui oled laps või täiskasvanu. Saad küsida nõu, kui Sul on mõni mure enda või enda sõbraga seoses.

Lastemaja

Lastemaja on lapsesõbralik erialade vaheline teenus, mida pakume seksuaalselt väärkoheldud või selle kahtlusega laste abistamiseks.

Tel: +372 5854 5498 või 116 111
E-mail: info@lastemaja.ee

Ohvriabi

Ohvriabi aitab Sind lihtsalt, kiirelt ja hoolivalt:

- psühholoogiline abi
- seksuaalvägivalla kriisiabikeskused
- tugigrupid seksuaalvägivalda kogenud täiskasvanutele
- nõu inimestele kes lähedase või spetsialistina soovivad abivajajat toetada

116 006

Kui oled langenud kuriteo ohvriks või oled kogenud vägivalda, hoolimatust või halba kohtlemist, siis on sul võimalik pöörduda ohvriabisse.

Seksuaalvägivalla kriisiabikeskus (SAK)
pakub 24/7 abi, kui oled kogenud seksuaalvägivalda viimase seitsme päeva jooksul.
Kuhu saaksid pöörduda?

- Lääne-Tallinna keskhaigla naistekliiniku erakorraline vastuvõtt, Sõle 23, Tallinn. Tel 5342 4724
- Ida-Viru keskhaigla, Ilmajaama 12, Kohtla-Järve. Tel 331 1041
- Pärnu haigla, Ristiku 1, Pärnu. Tel 447 3505
- Tartu Ülikooli kliinikum, L. Puusepa 8, Tartu. Tel 731 9954

Täiskasvanule

www.palunabi.ee

Individuaalse psühholoogilise nõustamise ja teraapia teenus seksuaalvägivalla ohvrile
(ka minevikus toimunud seksuaalvägivalla korral), kui Sa ei ole muul viisil nõustamist ega teraapiat senini saanud.
Psühholoogilise nõustamise ja teraapia saamiseks pöördu ohvriabitöötaja poole, kelle kontaktid leiad siit.

Tugigrupid seksuaalvägivalda kogenud täiskasvanule
tugigrupp@sotsiaalkindlustusamet.ee

Vägivaldsest käitumisest loobumise tugiliin
Vägivaldne käitumine on õpitud käitumine, millest on võimalik loobuda. Pöördu abi saamiseks juba täna tugiliinile 660 6077 või e-posti aadressile tugiliin@sotsiaalkindlustusamet.ee.

Ohvriabi kriisitelefon

Ohvriabi kriisitelefon 116 006 pakub ööpäevaringset kriisinõustamist, annab infot Sinu õiguste ja abivõimaluste kohta ning viib Su kokku õigete spetsialistidega.

www.palunabi.ee