



TAMPEREEN KAUPUNKI
HYVINVOINTIPALVELUT



Älä vaikene väkivallasta

Pyydä apua



Avopalvelut

PAIKALLISET AUTTAJAT

ENSIAPU ACUTA

Ensiapu Acutassa toimii erikoissairaanhoidon ja perusterveydenhuollon päivystys. Perusterveydenhuoltoon tullaan ilman lähetettä. Ensiapu Acutassa hoidetaan ne äkillisesti loukkaantuneet ja sairastuneet potilaat, joita ei voida hoitaa terveysasemilla. Erikoissairaanhoidon potilaat tulevat läheteellä tai ilman lähetettä äkillisissä terveyttä tai henkeä uhkaavissa tilanteissa.

Puh. 03 311 611

Teiskontie 35 rakennus K, Tampere

SISÄ-SUOMEN POLIISILAITOS

Tampereen pääpoliisiasema

Poliisin palvelupäivystys

Puh. 0295 414 975 Ma-Pe klo 8-17 La-Su 10-15

Sorinkatu 12

TAMPEREEN ENSI- JA TURVAKOTI

Turvakoti on lähisuhdeväkivaltaa tai sen uhkaa kokeneiden henkilöiden kriisivaiheen turvapaikka, jossa tuetaan ja autetaan selviytymään vaikeassa elämäntilanteessa. Voit tulla mihin vuorokauden aikaan tahansa ilman ennakkoon sopimista ja maksutta. Annamme neuvontaa ja ohjausta kriisitilanteiden selvittämiseksi myös puhelimitse.

Puh. 050 309 9313 (24 h)

Mutkakatu 38 B, 33500 Tampere

ensiturvakoti@tetuko.fi

www.tetuko.fi

TAMPEREEN MIELENTERVEYSSEURA

Kriisikeskus Osviitta

Osviitta on matalan kynnyksen auttamispaikka, jonne voi tulla keskustelemaan hankalissa elämäntilanteissa, joustavasti ja maksutta. Kriisiapua ja keskustelutukea antavat kriisityöntekijät sekä vapaaehtoiset tukihenkilöt. Osviittaaan kannattaa varata aika, ettei joudu odottelemaan.

ajanvaraus **puh.** 0400 734 793

Ma-to 9–20 ja pe 9–17

Sorinkatu 4 C, 2.krs, 33100 Tampere

osviitta@osviitta.fi, www.osviitta.fi

RIKOSUHRIPÄIVYSTYS (RIKU), PIRKANMAAN PALVELUPIESTE

RIKU auttaa ja tukee rikoksen (esim. väkivallan) uhreja, läheisiä ja todistajia selviytymään kokemuksestaan. Lisäksi RIKUsta saa tukea ja neuvoja rikosasian etenemiseen.

Puh. 050 309 1551

sisasuomi@riku.fi

Hatanpään valtatie 34 E, 4. krs

Lisätietoja sivulla www.riku.fi.

Katso myös Rikosuhripäivystyksen auttava puhelin, juristin puhelinneuvonta ja internetpalvelut kohdasta valtakunnalliset palvelut.

SETLEMENTTI TAMPERE

Perheväkivaltaklinikka

Perheväkivaltaklinikka antaa apua miehille ja naisille, jotka ovat perheessä tapahtuvan väkivallan tekijänä ja/tai kohteena.

Perheväkivaltayksikön palvelu on asiakkaille maksutonta. Mahdollisuus hakea apua myös yhdessä parina.

Ajanvaraus: ma ja ke klo 12–13

Puh. 040 520 8255

Yhteydenotot myös sähköpostitse

pvk@setlementtitampere.fi

Hatanpään valtatie 34 E, Tampere

SETLEMENTTI TAMPERE

Seksuaaliväkivaltatyön yksikkö Välitä!

Kriisiapua ja ammatillisesti ohjattuja tukiryhmiä seksuaalista väkivaltaa kokeneille ja heidän läheisilleen. Kriisiapua myös seksuaalirikoksista epäillyille, tekoja tehneille tai seksuaalisesta toiminnastaan huolissaan oleville ja heidän läheisilleen. Tekijöille lisäksi mahdollisuus Uusi Suunta - yksilökuntoutukseen. Palvelut ovat maksuttomia ja luottamuksellisia.

Puh. 045 279 8090 arkinen klo 9–15 (tai soittopyyntö)

Hatanpään Valtatie 34 E 4.kerros

valita-yksikko@setlementtitampere.fi

Facebook: Välitä seksuaaliväkivaltatyö

Twitter: Välitä!-yksikkö, @Valitayksikko

www.seksuaalivakivalta.fi

DIDAR

DIDAR tekee kunniaan liittyvää väkivallan ennaltaehkäisytyötä yhteisöissä ja auttaa ratkaisemaan kunniaan liittyviä konflikteja. Didar tarjoaa mm. kunniakulttuuria käsitteleviä ryhmiä eri kielillä dialogityöpajoja ja leirejä. Yksikön työntekijät tarjoavat lisäksi yksilö- ja perhetapaamisia sekä konsultaatiota ammattilaisille kunniakulttuuriin ja siihen kytkeytyvän väkivallan kysymyksissä.

www.didar.fi

MARIA-AKATEMIA ry, Tampereen toimipiste

Tukea ja apua naisille, jotka käyttävät tai pelkäävät käyttävänsä väkivaltaa.

Hatanpään valtatie 34 E, Tampere

Puh 045 118 7811

www.maria-akatemia.fi

PRO TUKIPISTE TAMPERE

Maksuton, nimetön, luottamuksellinen tukipalvelu sinulle, joka työskentelet tai olet työskennellyt kaupallisen seksin tai erotiikan parissa. Avoimet ovet torstaisin klo 15.30–19. Aleksis Kiven katu 10 E, 3.krs, summeria painamalla pääset sisään. Soita ja kysy!

Puh. 040 940 1695 ja 03 3454 2200
tampere@pro-tukipiste.fi

SUOMEN PUNAISEN RISTIN NUORTEN TURVATALO

Keskusteluapua nuorille ja vanhemmille. Kriisitilanteessa myös yöpymismahdollisuus. Suomen Punaisen Ristin Nuorten turvatalo sijaitsee Tampereella aivan keskustassa.

Puh. 040 556 6661
Hämeenkatu 22 C, 33200 Tampere
Avoinna päivittäin kello 17-10
www.turvatalo.tampere@redcross.fi

TAMPEREEN EVANKELIS-LUTERILAINEN SEURAKUNTA, perheneuvonta

Perheasiain neuvottelukeskuksesta voi hakea apua erityisesti parisuhteen ja perheen kysymyksiin. Keskustelut ovat luottamuksellisia ja aina kävijöille maksuttomia.

Ajanvaraus: ma–pe klo 9–11, ma ja ke klo 13–15

Puh. 040 8048100
perheneuvonta.tampere@evl.fi
Hämeenkatu 28, 4. krs



TAMPEREEN KAUPUNKI

Tampereen sosiaalipäivystys

Sosiaalipäivystys toimii Tampereen kaupungin päivystävänä sosiaaliasemana ja antaa apua ja neuvontaa sosiaalisissa hätätilanteissa ympäri vuorokauden.

Puh. 0500 625 990

Sorinkatu 12 D, 33100 Tampere

sosiaalipaivystys@tampere.fi

www.tampere.fi/sosiaalipaivystys

Lastensuojeluilmoitukset arkisin klo 9-15 puh 040 568 5520

Lähisuhdeväkivaltatyön työpari

Tampereen sosiaalipäivystyksessä toimiva työpari (sosiaalityöntekijä ja sairaanhoitaja) tarjoaa lyhytkestoista tukea, ohjausta ja neuvontaa lähisuhdeväkivaltaa kokeneille.

Puh. 040 639 7899, arkisin klo 9-15

Aikuissosiaalityön sosiaaliasema

Neuvonta: 03 5657 9429 Ma, Ti, To ja Pe klo 9-11

Lapsiperheiden sosiaalityö

Neuvonta: 040 639 7979 Ma, Ti, To ja Pe klo 9-12 Ke klo 12-15

Perheneuvola

Perheneuvolaan voi ottaa yhteyttä, kun vanhemmat ovat huolissaan lapsen käyttäytymisestä, sosiaalisesta selviytymisestä tai kehityksestä, perhe haluaa apua kriisitilanteeseen, perheenjäsenten välillä on ristiriitoja, perheessä harkitaan eroa tai tarvitaan apua erosta selviämiseen. Perheneuvolan puhelinpäivystys ja neuvonta antaa keskusteluapua ja ottaa vastaan ilmoittautumisia.

Ajanvaraus: ma, ke klo 12–14 ja to klo 9–11

Puh. 040 800 7910

Ensiohjaus Ensio

Matalan kynnyksen Ensiohjaus Ensio on tarkoitettu 18-64- vuotiaille mielenterveys- ja päihdeasiakkaille.

Avoinna Ma-Pe 8.15-11

Vaihde 03 565 715 Ma-Pe klo 8.15-15.30

Puh. 040 639 7780 päivystävä työntekijä Ma-Pe klo 8.15-15.00

Hatanpääkatu 3 B (2.kerros)

Terveyspalveluiden neuvonta

Tampereen kaupungin terveysasemat, opiskelijaterveydenhuollot sekä työterveyshuollot auttavat väkivaltaa kohdanneita ihmisiä.

Terveyspalveluiden neuvonta ja ajanvaraus terveysaseman lääkärille ja sairaanhoitajalle joka päivä klo 7–22

Puh. 03 10023



VALTAKUNNALLISET TOIMIJAT JA AUTTAVAT PUHELIMET

HÄTÄNUMERO 112

NOLLALINJA

Lähisuhdeväkivallalle ja naisiin kohdistuvalle väkivallalle

Nollalinja - Auttava puhelin lähisuhdeväkivaltaa tai naisiin kohdistuvaa väkivaltaa tai niiden uhkaa kokeneille. Kuuntelemme ja autamme sinua ammattilaisvoimin. Kellon ympäri, vuoden jokaisena päivänä. Voit soittaa maksutta ja nimettömästi. Puhelu ei näy puhelinlaskussasi.

Puh. 080 005 005

AAMUKORVA

Aamukorva kuuntelee sinua joka aamu klo 5–9

Soita meille: **Puh. 03 2133 533**

LASTEN JA NUORTEN PUHELIN

Mannerheimin lastensuojeluliiton lasten ja nuorten puhelin

Puh. 116 111 (maksuton)

Ma–pe klo 14–20

La–su klo 17–20

MARIA AKATEMIA

Maria Akatemian Avoin Linja – valtakunnallinen päivystävä puhelin naisille, jotka käyttävät tai pelkäävät käyttävänsä väkivaltaa.

Puh. 09 7562 2260

tiistaisin ja torstaisin klo 16–18, perjantaisin klo 12–14

MONIKA-NAISET LIITTO RY

Apua väkivaltaa kokeneille maahanmuuttajanaisille ja -lapsille. Monikulttuurinen Voimavarakeskus MONIKA **auttava puhelin** 09 692 2304 klo 9-16

NAISTEN LINJA

Neuvontaa ja tukea väkivaltaa kokeneille naisille ja tytöille:

Puh. 0800 02400, Ma-Pe 16-20 La-Su 12-16

PALVELEVA PUHELIN

Palveleva puhelin tarjoaa yhteyden toiseen ihmiseen, joka ottaa soittajan vakavasti ja pyrkii kuulemaan ja ymmärtämään häntä.

Puh. 0101 90071

Su-to klo 18–01

pe-la klo 18–03

Myös juhlapyhinä



PRO-TUKIPISTE HELSINKI

Vilhonkatu 4 B 20, 00100 Helsinki

Puh. 09 251 2730

RAISKAUSKRIISIKESKUS TUKINAINEN

Kriisiapua seksuaalista hyväksikäyttöä ja väkivaltaa kohdanneille. Tietoa Tukinaisen kriisiyön palveluista, tietoa ja neuvontaa seksuraalirikosasioissa.

Kriisipäivystys

Puh. 0800 97899

Ma–To klo 9–15

La–su sekä pyhinä ja niiden aattona klo 15–21.

Juristipäivystys **Puh.** 0800 97895, ma–to klo 13–16.

Voit ottaa yhteyttä myös nimettömänä netin kautta, osoitteessa www.nettitukinainen.fi

RIKOSUHRIPÄIVYSTYS (RIKU)

Auttava puh. 116 006 (maksuton, valtakunnallinen)

Ma–ti klo 13–21, ke–pe klo 17–21

Juristin puh. 0800 161177 (valtakunnallinen) Ma–To
klo 17–19

Apua netissä www.rikunet.fi

Chat-palvelu Ma klo 17–19; arkisin klo 9–15 työntekijän ollessa paikalla.

SUOMEN MIELENTERVEYSSEURA

Valtakunnallinen kriisipuhelin 010 195202

Päivystys ma–pe klo 9–07, vkl klo 15–07

SUVANTO RY

Neuvontaa ja tukea väkivaltaa ja asiatonta kohtelua kokeneille ikäihmisille, heidän läheisilleen ja ammattihenkilöille.

Puh. 0800 06776 ti ja to 12–16



Neuvontaa ja keskustelupalstoja netissä

www.ensijaturvakotienliitto.fi

www.lyomatonlinja.fi

www.miessakit.fi

www.mll.fi/nuortennetti

www.monikanaiset.fi

www.naistenlinja.fi

www.poliisi.fi

www.riku.fi, www.riku.fi/

nuoret www.rikunet.fi

www.tukinainen.fi

www.tukinet.fi

www.turvakoti.net

www.vaestoliitto.fi

www.tampere.fi/lahisuhdevakivalta



TAMPEREEN KAUPUNKI