



Om våld i nära relationer

Risken för våld och utsatthet i nära relationer ökar vid stress, oro och isolering. Både du som är våldsutsatt och du som använder dig av våld kan få råd och stöd från kommunen och andra organisationer.

Kontakt för akut hjälp

Om du befinner dig i en nödsituation – ring 112.

Upplands-Bro kommun arbetar med vuxna, barn och ungdomar som har blivit utsatta för våld samt vuxna som har använt våld i nära relationer. Ta kontakt med mottagningen som nås på vardagar, via kontaktcenter, telefon 08-581 690 00.

Under andra tider kan du vända till socialjouren i Nordväst. Öppet måndag-torsdag kl 17-02, fredag 15-02, lördag-söndag 16-02. Telefon: 010-444 05 00.

Kvinnojouren Anna arbetar under kontorstid med att stötta utsatta kvinnor och deras barn. Telefon: 08-582 409 99, e-post: info@kvinnojourenanna.se

Kvinnofridslinjen är en nationell stödtelefon för dig som utsatts för fysiskt, psykiskt och sexuellt våld. Du som är an-

hörig eller vän är också välkommen att ringa. Kvinnofridslinjen är öppen dygnet runt på telefonnummer 020-50 50 50. Samtalet är gratis, numret syns inte på telefonräkningen, och det finns tolk på de flesta språk som talas i Sverige.

Origo arbetar mot hedersrelaterat förtryck och våld. Samtalet är gratis och du behöver inte säga vem du är om du inte vill. Samtalet syns inte på telefonräkningen. Origo har öppet under vardagar kl 09-16 på telefon 020-25 30 00, för dig som är mellan 13-26 år.

Hos **Unizon** kan du hitta information om öppna kvinnojourer som erbjuder stöd via telefon eller chatt, <http://unizon.se/>

Unga Relationer ger stöd och information till dig under 20 år som blir utsatt i din relation, är kompis till någon som blir det, eller är den som utsätter. Chatten är öppen varje kväll kl. 20-22, <https://ungarelationer.se/>

Välj att sluta. Riskerar du att skada den du älskar? Har du svårt att hantera din ilska och riskerar att skada din partner? Ring Välj att sluta på 020-555 666 för att få hjälp att bryta ett våldsamt beteende.