

OVERGREPSMOTTAK

for seksuelle overgrep

Medisinsk hjelp og rådgivning

Åpent hele døgnet

Uavhengig av politianmeldelse

Taushetsplikt

Gratis



Seksuelle overgrep

Det er et seksuelt overgrep dersom du tvinges til seksuell omgang enten det er ved vold, truende atferd eller dersom du er ute av stand til å motsette deg handlingen.

Dette gjelder uansett om du var edru, ruset eller sov.





Vold i nære relasjoner

Vold i nære relasjoner omfatter fysisk og psykisk vold og trusler fra familie og mennesker du har et nært forhold til.

Er du redd partneren din, barna dine eller andre i din nærhet? Har du blitt truet på livet, blitt slått eller er du redd for å bli det?

Blir du tvunget til seksuell handling mot din vilje av din partner eller andre i din nærhet?

Blir du utsatt for kontroll, f.eks. manglende rett til å disponere egne penger, ha kontakt med familie og venner? Blir du stadig fortalt hvor lite verd du er?

Har du barn? Barn som er vitne til vold i familien, utsettes for alvorlige påkjenninger som kan føre til økt risiko for angst, depresjon og atferdsproblem.

Mottaket tilbyr

- Rask hjelp
- Samtale i trygge omgivelser
- Medisinsk undersøkelse med tanke på skader, smitte og graviditet
- Rettsmedisinsk undersøkelse for sikring av bevis
- Hjelp til å kontakte politi
- Hjelp, selv om overgrepet har skjedd tilbake i tid
- Hjelp til å kontakte bistandsadvokat (gratis) uavhengig av anmeldelse
- Informasjon om oppfølgingstilbud, krisesentre og andre hjelpeinstanser



Du velger selv om du vil motta hele eller bare deler av tilbudet.

Du kan ta med deg noen om du ønsker det.



Vanlige reaksjoner

Å ville dusje og skifte klær er vanlige reaksjoner etter overgrep, men da kan du fjerne viktige bevis. Søk heller hjelp med en gang.

Du føler kanskje behov for å være alene. Dette er forståelig, men det er viktig å snakke med noen om det du har opplevd.

Mange opplever skyld og skam, men overgrep er utelukkende utøvers ansvar.

Det er en grunnleggende menneskerett å leve
et liv uten vold eller frykt for vold.

Overgrep kan hende alle uansett alder og kjønn.

Ta kontakt!



Andre som kan hjelpe:

Hjelp til utsatte:

Legevakt

Fastlege

Helsestasjon

Statens Barnehus

Krisesenter

Dixi ressurscenter

Incestsenter

Politi tlf.: 02800

Vern for eldre - nasjonal kontakttelefon tlf.: 800 30 196

Krisetelefon for minoriteter tlf.: 800 80 887

Rådgivningskontorene for kriminalitetsofre tlf.: 815 20 077

Senter mot incest og seksuelle overgrep tlf.: 800 57 000

Alarmtelefon for barn og ungdom tlf.: 116 111

Hjelp til voldsutøvere:

Alternativ til Vold

Sinnemestringsprogram



Informasjon på internett:

www.legevaktmedisin.no

www.overgrepsmottak.net

www.nkvt.no

www.krisesenter.com

www.norskkrisesenterforbund.no

www.fmso.no

www.dixi.no

www.dinutvei.no

- nasjonal veiviser ved vold og overgrep



Det finnes overgrepsmottak i alle fylker.

Oversikt finnes på
www.overgrepsmottak.net

Nasjonalt kompetansesenter for legevaktmedisin
er tildelt oppgaver innen fagutvikling, forskning og
kompetansehevning for overgrepsmottakene.



Brosjyren er utarbeidet av Nasjonalt kompetansesenter for legevaktmedisin.

www.legevaktmedisin.no

Finansiering: Helsedirektoratet