



ohvriabi

seksuaalvägivalla
kriisiabikeskused



SOTSIAALKINDLUSTUSAMET

Seksuaalvägivalla kriisiabikeskuste (SAK) teenust koordineerib Sotsiaalkindlustusamet. Ettepanekud ja tagasiside teenuse osas on oodatud palunabi.ee/seksuaalvagivald.ee.

seksuaalvägivalla kriisiabikeskused

Mis on seksuaal- vägivald?

Seksuaalvägivald on igasugune nõusolekuta toime pandud seksuaalse iseloomuga tegu, sh vägistamine või sellega ähvardamine. Sellised teod on valdavalt kuriteod.

Mitte kunagi ega milleski ei pea seksuaalvägivalla üleelanu tundma end süüdi. Vastutus teo eest lasub selle toimepanijal.

palunabi.ee

palunabi.ee

Kellele?

Seksuaalse rünnaku järgselt on igaühel õigus pöörduda abi järele seksuaalvägivalla kriisiabikeskustesse.

- Lisaks naistele on keskused avatud ka meestele ja lastele.
- Tulla võib nii üksi kui ka koos saatjaga.
- Keskused on avatud 24h.
- Saatekirja pole vaja.
- Abi saamiseks politseisse pöördumist ei nõuta.

Tulla võid ka siis, kui Sa pole kindel või Sa ei mäleta, mis Sinuga juhtus.

Millist abi kriisiabikeskustest saab?

Pöörduja soovil ja nõusolekul pakutakse seksuaalvägivalla kriisiabikeskustes järgmist:

- ärakuulamine, toetus ja esmane nõustamine;
- läbivaatus ja tõendite kogumine;
- abi raseduse ärahoidmisel;
- suguhaiguste testimine ja HIV kontaktijärgne ravi;
- psühholoogiline nõustamine;
- tugi politseisse pöördumisel.

Kõik uuringud ja ravi keskuses on tasuta. Loe lähemalt kodulehelt palunabi.ee/seksuaalvagivald.ee.

Kui oled kogunud seksuaalvägivald viimase 7 päeva jooksul

- Mine kohta, kus Sul on ohutu ja turvaline.
- Hädaolukorras helista numbrile 112.
- Kui Sul on tõsised vigastused ja vajad kiiret arstiabi, siis helista 112.
- Ära pese, ära vaheta riideid, võimalusel ära söö ega joo.
- Tõendite kogumise huvides on hädavajalik ennast mitte pesta ega riideid vahetada, kuigi selline seersmine vajadus võib tekkida. Abi järele pöördudes võta vahetusriided kaasa. Juhul, kui oled siiski riideid vahetanud, säilita seljas olnud riideid (sh aluspesu) pesemata, soovitatavalt puhtas paberkotis.
- Pöördu võimalikult kiiresti abi järele lähimasse seksuaalvägivalla kriisiabikeskusesse.
- Kui tunned, et ise ei jaksa, siis palu abi kelleltki, keda usaldad.

Kui Sina või Su lähedane on kogunud seksuaalvägivald minevikus

Minevikus läbielatud seksuaalvägivald võib häirida Sinu toimetulekut igapäevaelus. Saad pöörduda abi ja nõu saamiseks lähima ohvriabitöötaja poole. Vaata kodulehelt palunabi.ee.

Kuhu pöörduda?

Tallinn

Lääne-Tallinna Keskhaigla naistekliiniku erakorraline vastuvõtt, Sõle 23
Vastuvõtutuba: tel 5342 4724
synnitusmaja.ee

Kohtla-Järve

Ida-Viru Keskhaigla, Ilmajaama 12
Sisenemine EMO kaudu.
Günekoloogia osakonna valveõde:
tel 331 1041
ivkh.ee

Pärnu

Pärnu Haigla, Ristiku 1
Sisenemine EMO kaudu.
Valvegünekoloog: tel 447 3505
ph.ee

Tartu

Tartu Ülikooli Kliinikum, L. Puusepa 8
Sisenemine EMO kaudu.
Günekoloogia osakonna valveõde:
tel 731 9954
kliinikum.ee

Keskused töötavad ööpäevaringselt ning abi on tasuta.

palunabi.ee

Lasteabitelefon **116111**

lasteabi.ee