

# Telefonlinje för våldsutövare

Information till dig som i ditt yrke träffar personer som  
utövar eller riskerar att utöva våld i en nära relation

<b>VÄLJ</b>	<b>020</b>
<b>ATT</b>	<b>555</b>
<b>SLUTA</b>	<b>666</b>

Telefonlinjen för dig som riskerar  
att skada den du älskar



## Telefonlinjen Välj att sluta blir nationell – hjälp oss att förebygga våld i nära relationer

Efter att ha varit ett pilotprojekt i Stockholms och Skåne län under två år, välkomnar nu telefonlinjen Välj att sluta samtal från hela Sverige. Till Välj att sluta kan personer som utövar eller riskerar att utöva våld i en nära relation vända sig anonymt för att ta första steget mot en förändring. Även våldsutsatta, yrkesverksamma, anhöriga och andra som har frågor om våldsamt beteende kan ringa. Under pilotprojektet ringde över tusen personer till linjen, varav cirka hälften beskrev att de utövat någon form av våld. Det långsiktiga målet med verksamheten är att förebygga våld i nära relationer, genom att motivera dem som utövar våld att söka behandling i sin hemkommun eller närliggande kommun. För att minska våld i nära relationer är det viktigt att även den som utövar våld får stöd.

Personer som utövar någon form av våld i nära relationer (psykiskt, fysiskt, sexuellt, materiellt, ekonomiskt och försummelse) är den primära målgruppen för Välj att sluta. Telefonrådgivarna som svarar i telefonen är vana att samtala med och hjälpa personer med olika typer av kontrollerande och våldsamma beteenden. De kan både ge stöd i stunden för den som ringer och hänvisa vidare till en verksamhet som kan erbjuda långsiktig hjälp i närheten av där inringaren bor.

Välj att sluta drivs av Länsstyrelsen Stockholm i samverkan med Manscentrum Stockholm och i nära samarbete med alla länsstyrelser i Sverige. Välj att sluta har kunskap om verksamheter för våldsutövare i hela landet och kan därför hänvisa de som ringer till rätt ställe även om telefonrådgivarna sitter i Stockholm.

Telefonlinjen har numret 020–555 666 och bemannas av personal med stor vana av att prata med personer som har våldsproblem. **Öppettiderna är måndagar, tisdagar och fredagar klockan 08.30 – 16.00.** De som ringer kan vara anonyma och får alltid ett professionellt och respektfullt bemötande. Läs gärna mer om telefonlinjen på [valjattsluta.se](http://valjattsluta.se).

Våld i nära relationer är vanligt förekommande i vårt samhälle, men det är ofta ett dolt problem på grund av att det är skamfyllt och skuldbelagt att prata om. På arbetsplatser och på andra ställen där människor träffas finns det personer som utsätts eller utövar våld i nära relationer, men som har svårt att berätta om det. Vi tror att det är bra för tränare och andra som är engagerade i idrottsrörelsen att ha kunskap om våld i nära relationer och vart man kan vända sig för att få stöd och hjälp. Vi skulle uppskatta om ni ville hjälpa oss att öka kännedomen om Välj att sluta, så att tjänsten kommer flera till gagn. Detta kan exempelvis göras genom att skriva ut A4-affischer från vår hemsida och fästa på anslagstavlor och liknande i träningslokaler eller i andra utrymmen och genom att informera tränare om att Välj att sluta finns, så att de kan uppmärksamma om någon i träningsgruppen har behov av att ringa. Tränare och andra verksamma inom idrottsrörelsen är också välkomna att ringa till Välj att sluta för att konsultera rådgivarna om hur de bäst skulle kunna agera om de misstänker att någon har problem med ett våldsamt beteende. Vi som arbetar med Välj att sluta har också möjlighet presentera vår tjänst via en föreläsning (just nu via Skype eller liknande plattform). Vid intresse, mejla [info@valjattsluta.se](mailto:info@valjattsluta.se).

Nedan hittar du fler tips om hur du kan sprida kännedom om Välj att sluta. Stort tack på förhand!



Christina Ericson,  
Projektledare för Välj att sluta, Länsstyrelsen Stockholm



I samarbete med övriga länsstyrelser



## Så fungerar telefonlinjen

1. En person ringer till telefonlinjen, helt anonymt. Den som svarar och håller i samtalet är en person som har relevant utbildning (socioonom eller psykolog) och erfarenhet för att prata med personer som är oroliga över ett våldsamt beteende. Samtalet kan pågå i ca 30 minuter. Samtalet är individanpassat och syftar till att stödja och motivera till förändring.
2. Den som söker hjälp uppmanas sedan, om lämpligt, att söka långsiktig behandling med det stöd som finns i den egna hemkommunen. Personen får veta var närmaste behandlingsverksamhet finns samt får kontaktuppgifter.
3. Våldsutövaren kontaktar den lokala behandlingsverksamheten och påbörjar ett behandlingsprogram.

## Så kan du och din organisation hjälpa till i arbetet mot våld i nära relationer

### 1. I kontakt med potentiella våldsutövare

- Berätta att telefonlinjen Välj att sluta finns och att de kan ringa till 020–555 666 om de känner att de behöver prata med någon om sitt beteende eller om en akut situation uppstått. På vår [HEMSIDA](#) finns det en kortare informationstext att skriva ut och ge till dem du träffar.

### 2. Genom kontakt med andra i din organisation

- Har du kollegor som också kommer i kontakt med personer som riskerar att utöva våld, eller som ni misstänker utövar våld? Berätta för dem om telefonlinjen. Du kan till exempel skicka vidare detta brev.

### 3. Genom information på gemensamma ytor och i era kanaler

- Finns det gemensamma ytor, till exempel väntrum, reception eller toaletter, där du anser att det är lämpligt att informera om Välj att sluta så kan du skriva ut affischer i A4-format och en kortare informationstext från vår [HEMSIDA](#).
- Har ni väntrums-TV eller skärmar i personalrummet? Har ni möjlighet att dela film på intranät eller externwebb? Har ni möjlighet att lägga upp bilder i era kanaler, tex hemsida eller sociala medier? [HÄR](#) finns bilder och filmer att ladda ner och publicera.

### 4. Genom att ha visitkort i väntrum och reception

För att höra om din länsstyrelse har möjlighet att skicka tryckta Välj att slutas visitkort till din verksamhet: Mejla [info@valjattsluta.se](mailto:info@valjattsluta.se) för att få kontaktuppgifter till rätt person på din länsstyrelse.

### 5. I kontakt med potentiella våldsutsatta

- Berätta att stödlinjen Kvinnofridslinjen finns och att de kan ringa 020-50 50 50 om de utsatts för fysiskt, psykiskt och sexuellt våld och behöver prata med någon detta. Mer information på Kvinnofridslinjens [HEMSIDA](#).

### 6. Om du misstänker att ett barn far illa eller utsatts för brott

- Läs mer [HÄR](#).