

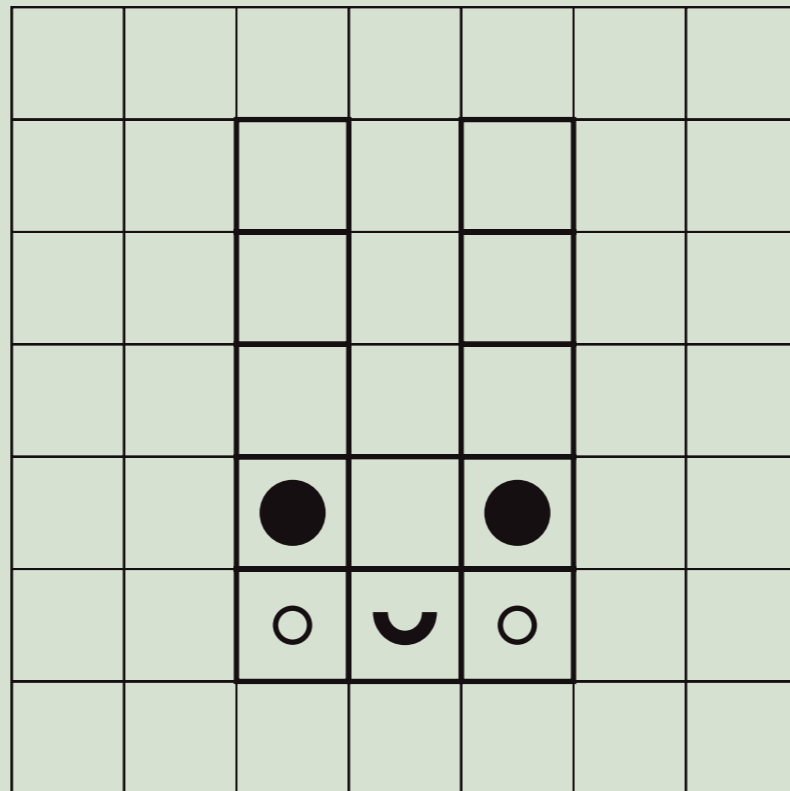
Свяжитесь с нами!

• Дополнительная информация по телефону помощи детям 116 111. Принимаются все звонки, касающиеся темы детей или сообщения о нуждающихся в помощи детях. По телефону помощи детям консультируют, дают информацию и при необходимости передают информацию соответствующим специалистам. Звонить могут и дети, и взрослые. Телефон работает круглосуточно, по телефону отвечают на эстонском и русском языках. Звонок для абонентов бесплатный и при желании анонимный.

• Вдобавок к телефонному звонку совет можно получить и в качестве консультации *online* на сайте www.lasteabi.ee "Küsi abi", отправив письмо по эл. почте info@lasteabi.ee, или по Skype: Lasteabi_116111.

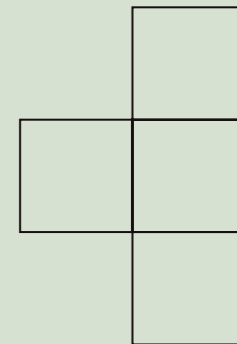


„Trükist rahastati Õiguste, võrdõiguslikkuse ja kodakondsuse Euroopa Komisjoni programmi (2014–2020) projekti BADEV raames. Trükise sisu on ainuüksi selle looja vastutus. Euroopa Komisjon ei võta sisu ega selle kasutamise eest mitte mingit vastutust.“



БЕЗОПАСНЫЙ
ДРУЖЕСТВЕННЫЙ
ПРИВАТНЫЙ

info@lastemaja.ee
116 111

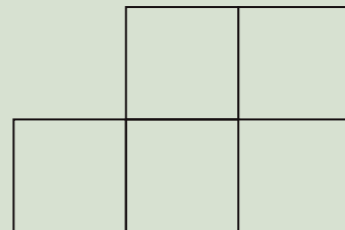


Для родителя

Информация для родителей

Все дети нуждаются в чувстве безопасности и любви. Получившие травму дети нуждаются в особой поддержке и заботе своих родителей. Если родители не понимают последствий пережитой ребёнком травмы, они не всегда сумеют правильно оценить поведение ребёнка и могут оказаться один на один со своей проблемой.

В сложной ситуации всяческую поддержку и помощь родителям пережившего травму ребёнка окажет дом детей, к специалистам которого могут обращаться все родители, имеющие подозрение по поводу ненадлежащего обращения с их ребёнком либо беспокоящиеся из-за неподобающего сексуального поведения ребёнка.



Что такое ненадлежащее обращение с детьми?

Ненадлежащее обращение с детьми – это поведение, негативно влияющее на физическое и психическое благополучие ребёнка и угрожающее развитию в соответствии с возрастом и состоянию здоровья ребёнка.

Что такое ненадлежащее сексуальное обращение с детьми?

Ненадлежащее сексуальное обращение с детьми – это вовлечение ребёнка в сексуальную деятельность, содержания которой он до конца не понимает, на которую он не может дать адекватного согласия и которая преступает законы или социальные нормы в обществе.

Доверительные отношения между ребёнком и родителем

Для обнаружения ненадлежащего обращения важно установить доверительные отношения между ребёнком и родителем, а при обнаружении ненадлежащего обращения важна родительская поддержка и любовь.

Куда обращаться, если есть проблемы?

Со своей проблемой или подозрением родитель может обратиться к специалисту по защите детей по месту жительства или напрямую в дом детей. При наличии информации о ненадлежащем обращении об этом следует сразу сообщить в полицию

по телефону 112, поскольку речь идёт о ребёнке, которому угрожает опасность.

Что такое дом детей?

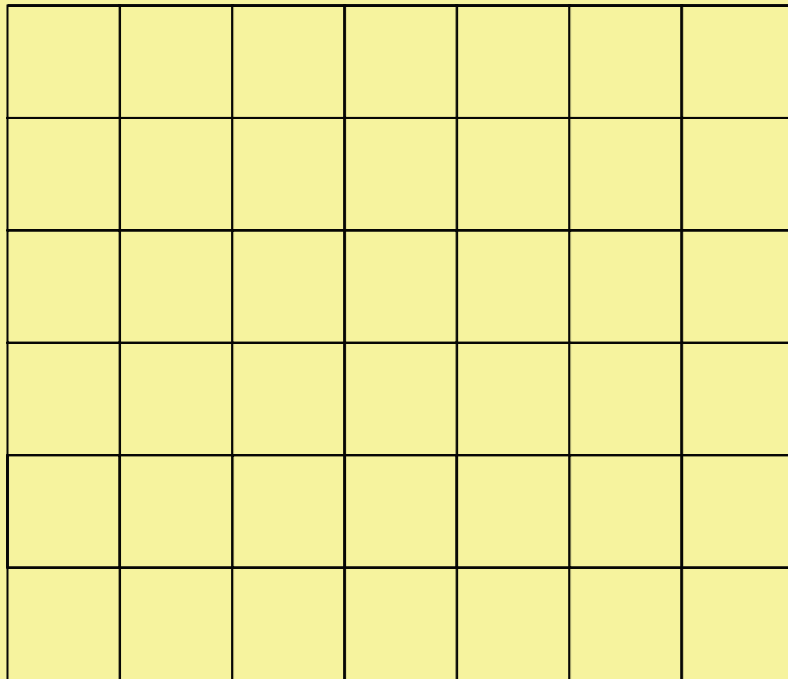
Дом детей – это дружественная к ребёнку бесплатная государственная услуга, предназначенная для детей, в отношении которых есть подозрение или подтверждение ненадлежащего сексуального обращения. Под одной крышей во имя благополучия детей и оказания им помощи работают разные специалисты – консультант, психолог, работник по защите детей, полицейский и многие другие.

Какую помощь предлагает дом детей?

В доме детей с ребёнком проведут необходимые действия, оценят состояние здоровья ребёнка и определят, в какой конкретно помощи нуждаются ребёнок и семья.

Где ребёнок и семья получают необходимые услуги?

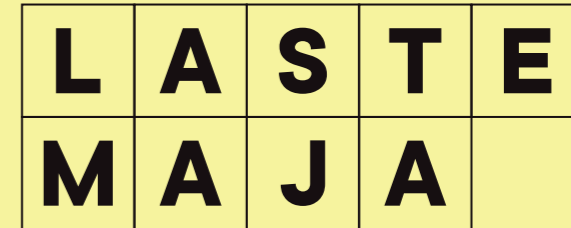
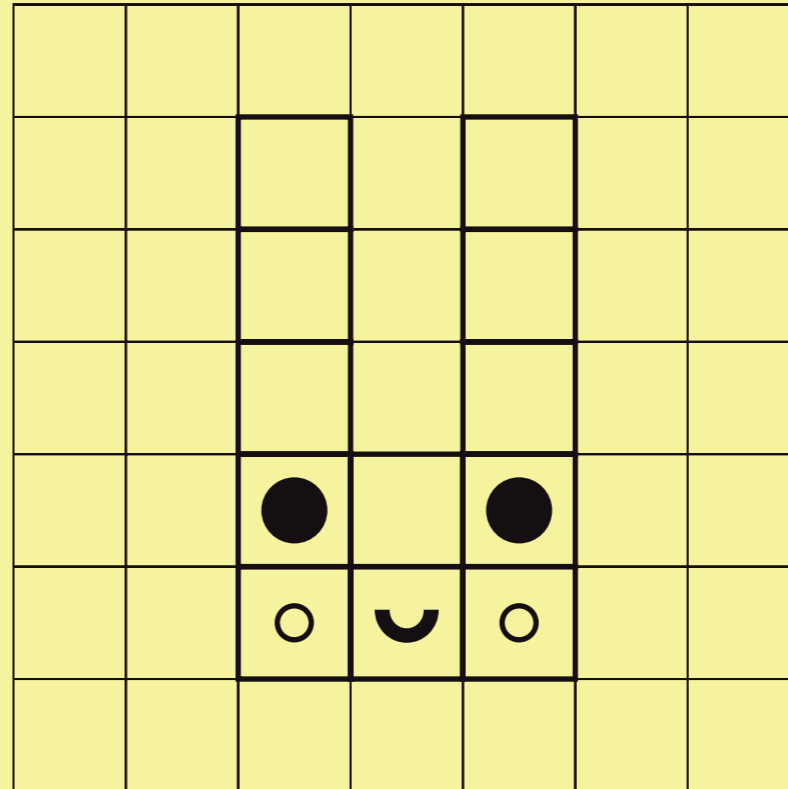
Ребёнок и родители могут прийти на консультацию к психологу в дом детей, однако для получения бесплатной услуги семья может выбрать подходящее для себя место также посредством государственной системы помощи жертвам.



Trükist rahastati Õiguste, võrdõiguslikkuse ja kodakondsuse Euroopa Komisjoni programmi (2014–2020) projekti BADEV raames.
Trükise sisu on ainuüksi selle looja vastutus. Euroopa Komisjon ei võta sisu ega selle kasutamise eest mitte mingit vastutust.

Kust ma võin abi saada?

- Lasteabitelefonile 116111 helistades. Oodatud on kõik lapsi puudutavate teemadega kõned või kui on vaja teatada abivajavast lapsest. Lasteabitelefonis antakse nõu, jagatakse informatsiooni ning vajadusel tagatakse info edastamine vastavatele spetsialistidele. Helistajateks võivad olla nii lapsed kui ka täiskasvanud. Telefon töötab ööpäevaringselt, vastatakse nii eesti kui vene keeles. Kõne on helistajale tasuta ning soovi korral anonüümne.
- Lisaks helistamisele saab nõuannet küsida ka *online* nõustamisena läbi kodulehe www.lasteabi.ee “Küsi abi”, kirjutades info@lasteabi.ee või Skype-i [Lasteabi_116111](https://www.skype.com/partners/lasteabi_116111).
- Seksuaalvägivalda kriisiabikeskused pakuvad professionaalset ööpäevaringset abi seksuaalvägivalda kogunud inimestele. Rohkem infot: www.palunabi.ee
- Noorte Nõustamiskeskustest www.amor.ee
- Politseist — 112



TURVALINE
SÕBRALIK
PRIVAATNE

info@lastemaja.ee
116 111

Lapsele

Sul on mure? Sinuga või Su sõbraga juhtus midagi kohutavat. Mida teha?

Kui Sind on seksuaalselt või füüsiliselt väärkoheldud, räägi sellest täiskasvanule, keda Sa usaldad ja kellega tunned ennast mugavalt. Usaldusisik võib olla Su ema-isa või mõni teine sugulane või ka õpetaja, nõustaja või sõbra vanem. Peamine on, et Sa usaldad seda isikut.

Avalikustamine võib olla hirmutav, aga see on esimene samm vajaliku abi saamiseks. Kui Sa ei ole kindel, kellele rääkida, siis helista lasteabitelefoni numbrile 116111. Kõne on tasuta, telefon töötab ööpäevläbi ja nõustajad aitavad Sul abi leida. Sa ei pea isegi oma nime neile ütleva.

Miks on vaja kellelegi rääkida, kui ainus, mida ma tahan, on sellest üle saada.

Juhtunust rääkimine on Sinu jaoks esimene samm paranemise suunas. Kui Sa räägid, siis võid Sa võtta Sulle haiget teinud isikult ära võimaluse teha veel Sulle või kellelegi teisele haiget. Seksuaalne väärkohtlemine võib edasi toimuda salajas

hoidmise tõttu. Väärkohtlejad süüdistavad, häbistavad või ähvardavad sageli oma ohvreid, et mitte keegi ei saaks nende tegudest teada. Kui Sa räägid, siis Sa saad abi ja tuge. Sa ei ole siis enam oma mures üksinda.

Mida teha, kui inimene, kellele ma räägin, ei usu mind?

Räägi kellelegi teisele! Enamik lapsi leiab, et täiskasvanud, kellele nad räägivad, usuvad ja aitavad neid. Kui väärkohtleja on sugulane või perekonnasõber, siis mõned täiskasvanud ei taha alati uskuda, et inimene, keda nad usaldasid, võis hakkama saada millegi nii kohutavaga.

Kui esimene inimene, kellele Sa räägid, ei usu Sind või ei võta Sinu aitamiseks midagi ette, siis jätkka oma murest rääkimist teistele. Räägi oma lemmikõpetajale, koolinõustajale, kooliõele, lastekaitsetöötajale või helista lasteabitelefoni numbrile 116111, kuni saad toetust ja abi, mida Sa vajad.

--	--

--

Mis juhtub peale seda, kui ma olen rääkinud?

Võid tunda muret enda ja oma keha pärast. Arstlik läbivaatus aitab teha kindlaks, et Sa oled terve. Lisaks sellele võib Sul olla vaja rääkida sotsiaaltöötaja, nõustaja või politseiga. Kui väärkohtleja oli keegi, kellega Sa koos elad, võib Sinu kodune elukorraldus muutuda, et tagada Sinu ja teiste perekonnaliikmete turvalisus. Mis ka ei juhtuks, pea meeles, et kõike tehakse Sinu turvalisuse ja Sinu paranemise huvides.

Oma loo rääkimisega võivad esile kerkida mitmed segadust tekitavad tunded. Võid tunda ennast hästi, sest Sa ei pea enam suurt saladust hoidma ning turvalisemalt, sest oled kellelegi juhtunust teada andnud. Kuid võid tunda ka viha juhtunu pärast ja karta inimeste reaktsioone. Sa võid isegi tunda muret, mis saab edasi väärkohtlejast. Kõik need tunded on loomulikud. Kõige tähtsam on meeles pidada, et Sa toimisid õigesti ja Sina ei ole toimunud süüdi.

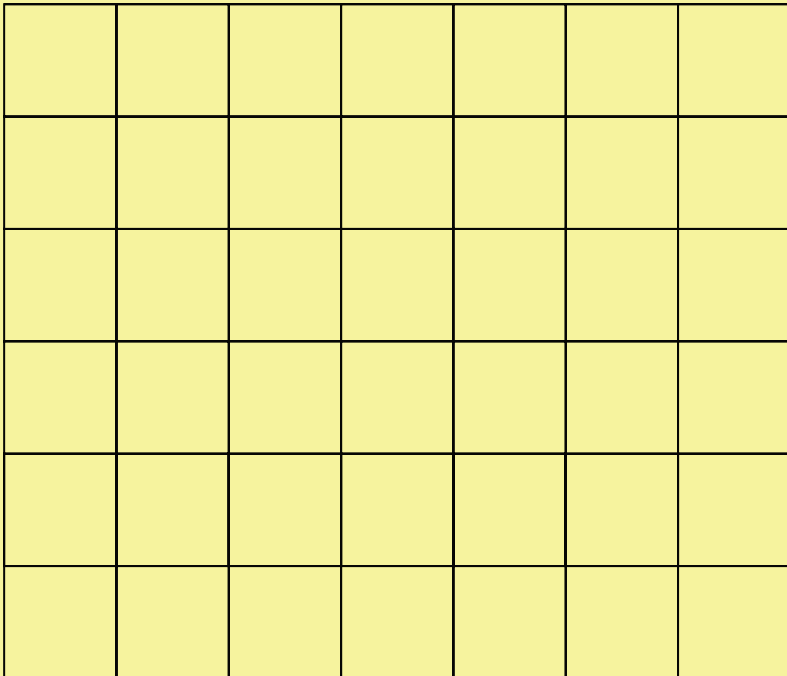
--

●		●
---	--	---

Kas ma saan oma sõnu tagasi võtta?

Päevad ja nädalad pärast seda, kui Sa rääkisid oma seksuaalselt väärkohtlemisest, võivad olla rasked, eriti siis, kui see oli keegi, keda Sa tundsid hästi. Paljud väärkohtlejad püüavad panna oma ohvreid väärkohtlemise eest vastutust tundma või uskuma, et see oli armastus. Sina ei ole KUNAGI süüdi seksuaalses väärkohtlemises, samuti ei ole see KUNAGI sobiv viis ei lapse, teismelise ega ka täiskasvanu vastu armastuse väljendamiseks.

Väärkohtlemisest rääkimisega oled kaitsnud ennast ja teisi lapsi, keda oleks võidud edaspidi väärkohelda. Võisid isegi aidata väärkohtlejal abi saada, et ta edaspidi enam teisi ei väärkohtleks. Mõnikord võib perekonnal ja sõpradel kuluda aega juhtunu mõistmiseks ja selle kohutava teo täielikuks tunnistamiseks. See võib olla ärritav ja hirmutav, kuid enamikul oma loo avalikustanud lastel ja noortel on perekonnaliikmeid ja sõpru, kes neid toetavad ja tahavad aidata. Otsi abi ja toetu inimestele, kes Sind usuvad ja keda Sa usaldad.



Где я могу получить помощь?

• Позвонив по телефону помощи детям 116 111. Принимаются все звонки касающиеся темы детей или сообщения о нуждающихся в помощи детях. По телефону помощи детям консультируют, дают информацию и при необходимости передают информацию соответствующим специалистам. Звонить могут и дети, и взрослые. Телефон работает круглосуточно, по телефону отвечают на эстонском и русском языках. Звонок для абонентов бесплатный и при желании анонимный.

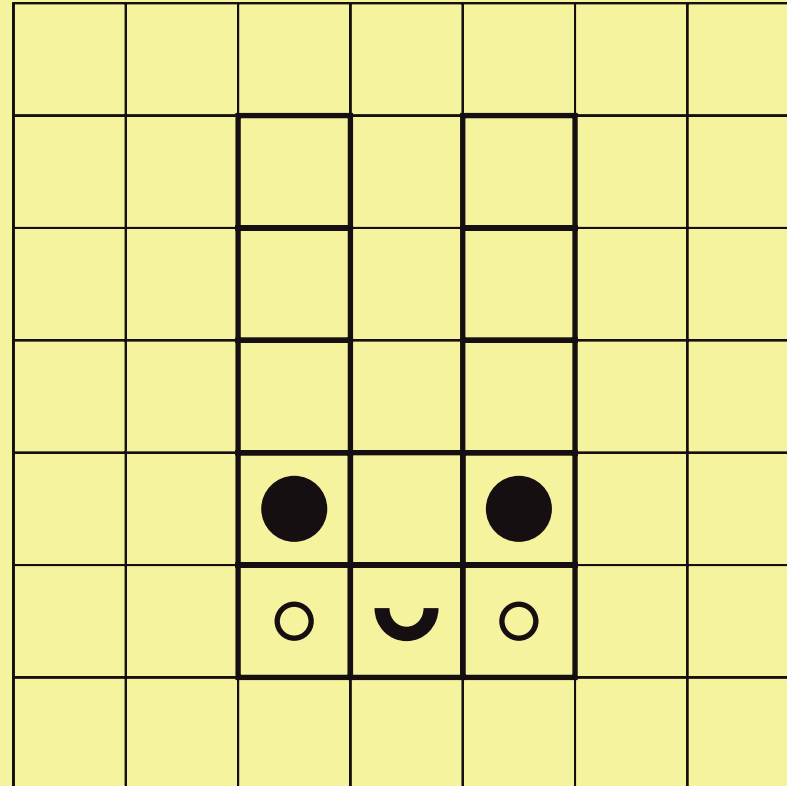
• Вдобавок к телефонному звонку совет можно получить и в качестве консультации *online* на сайте www.lasteabi.ee "Küsi abi", отправив письмо по эл. почте info@lasteabi.ee, или по Skype: [Lasteabi_116111](https://www.skype.com/partner/Lasteabi_116111).

• Кризисные центры помощи жертвам сексуального насилия предлагают профессиональную круглосуточную помощь людям пережившим сексуальное насилие.

• Подробная информация: www.palunabi.ee

• В молодёжных консультационных центрах: www.amor.ee

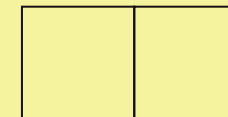
• В полиции – по телефону 112



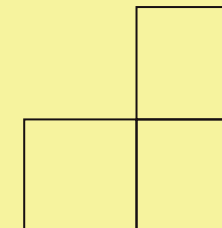
Д О М
Д Е Т Е Й

БЕЗОПАСНЫЙ
ДРУЖЕСТВЕННЫЙ
ПРИВАТНЫЙ

info@lastemaja.ee
116 111



Для ребёнка



„Trükist rahastati Õiguste, võrdõiguslikkuse ja kodakondsuse Euroopa Komisjoni programmi (2014–2020) projekti BADEV raames.
Trükise sisu on ainuüksi selle looja vastutus. Euroopa Komisjon ei võta sisu ega selle kasutamise eest mitte mingit vastutust.“

У тебя проблемы? С Тобой или Твоим другом случилось что-то страшное. Что делать?

Если Ты пережил сексуальное или физическое ненадлежащее обращение, поговори об этом со взрослым, которому Ты доверяешь и с которым чувствуешь себя комфортно. Доверенным лицом может быть Твоя мама или папа либо другой родственник, а также учитель, консультант или родитель друга. Главное, чтобы Ты доверял этому человеку.

Разглашение может пугать, но это – первый шаг к получению необходимой помощи. Если Ты не уверен, кому можешь рассказать о случившемся, позвони по телефону помощи детям 116111. Звонок бесплатный, телефон работает круглосуточно, консультанты помогут Тебе найти помощь, и Тебе не нужно даже называть своё имя.

Почему нужно поговорить с кем-нибудь, если единственное, что я хочу, – пережить и забыть.

Разговор о случившемся – первый шаг к тому, чтобы справиться и пережить произошедшее с Тобой. Когда Ты заговоришь, Ты лишишь возможности человека, сделавшего Тебе больно, продолжать делать больно Тебе или другим. Ненадлежащее сексуальное обращение может продолжаться именно по той

причине, что Ты сохранишь это в тайне. Практикующие ненадлежащее сексуальное обращение люди обвиняют, стыдят или угрожают своим жертвам, чтобы никто не узнал об их действиях. Когда Ты заговоришь, Ты получишь помощь и поддержку и не останешься больше один на один со своими проблемами.

Что делать, если человек, которому я рассказал, мне не верит?

Поговори с кем-нибудь другим! Большинство детей считают, что взрослые, которым они рассказали, верят и помогут им. Однако если человек, который обращался с тобой ненадлежащим образом, твой родственник или член семьи, некоторые взрослые могут не поверить в то, что человек, которому они доверяли, мог так ужасно поступить.

Если первый человек, с которым Ты поговорил, Тебе не поверил или ничего не предпринял, чтобы тебе помочь, расскажи о своих проблемах кому-нибудь другому (любимому учителю, школьному консультанту, школьной медсестре, работнику по защите детей) или позвони по телефону помощи детям 116111 – продолжай действовать до тех пор, пока не получишь ту помощь, в которой нуждаешься.

Что произойдёт после того, как я расскажу о своей проблеме?

Ты можешь беспокоиться из-за себя и своего тела. Медицинский осмотр поможет определить состояние Твоего здоровья. Кроме того, Тебе может быть полезна беседа с социальным работником, консультантом или полицейским. Если ненадлежащим образом с Тобой обращался кто-то, с кем Ты вместе живёшь, Твой жизненный распорядок может измениться для обеспечения Твоей безопасности и безопасности остальных членов семьи. Что бы ни случилось, помни о том, что всё будет сделано в интересах Твоей безопасности и сохранения Твоего здоровья.

Рассказывая свою историю, Ты можешь испытывать смешанные чувства. Ты можешь чувствовать облегчение, ведь Тебе больше не нужно хранить всё в тайне, чувствовать себя безопаснее, ведь Ты рассказал о случившемся. Но Ты можешь чувствовать и злость из-за случившегося, а также бояться реакций других людей. Ты даже можешь беспокоиться из-за того, что будет дальше с человеком, который сделал Тебе больно. Все эти чувства естественны. Самое важное – помнить о том, что Ты поступил правильно, а Твоей вины в случившемся нет.

Могу ли я взять своё слово обратно?

После того как Ты рассказал о пережитом ненадлежащем сексуальном обращении, могут наступить трудные дни и даже недели, особенно в том случае, если это был человек, которого Ты хорошо знаешь. Многие практикующие ненадлежащее сексуальное обращение люди стараются переложить ответственность на жертву или заставить её верить в то, что это любовь. Ты НИКОГДА не виноват в ненадлежащем сексуальном обращении, и оно НИКОГДА не будет подходящим способом выражения любви к ребёнку, подростку или взрослому.

Когда Ты заговоришь о ненадлежащем сексуальном обращении, Ты защитишь себя и других детей, которые могут стать следующими жертвами. Ты можешь даже помочь получить помощь самому человеку, который сделал Тебе больно, чтобы пресечь его дальнейшие попытки. Иногда семье или друзьям может потребоваться время на осознание случившегося и полного признания этого ужасного деяния. Это может тревожить и пугать, но у большинства детей и подростков, которые рассказали свою историю, есть члены семьи и друзья, которые всегда поддержат и захотят помочь. Ищи помощь и поддержку у тех людей, которые Тебе верят и которым Ты доверяешь.

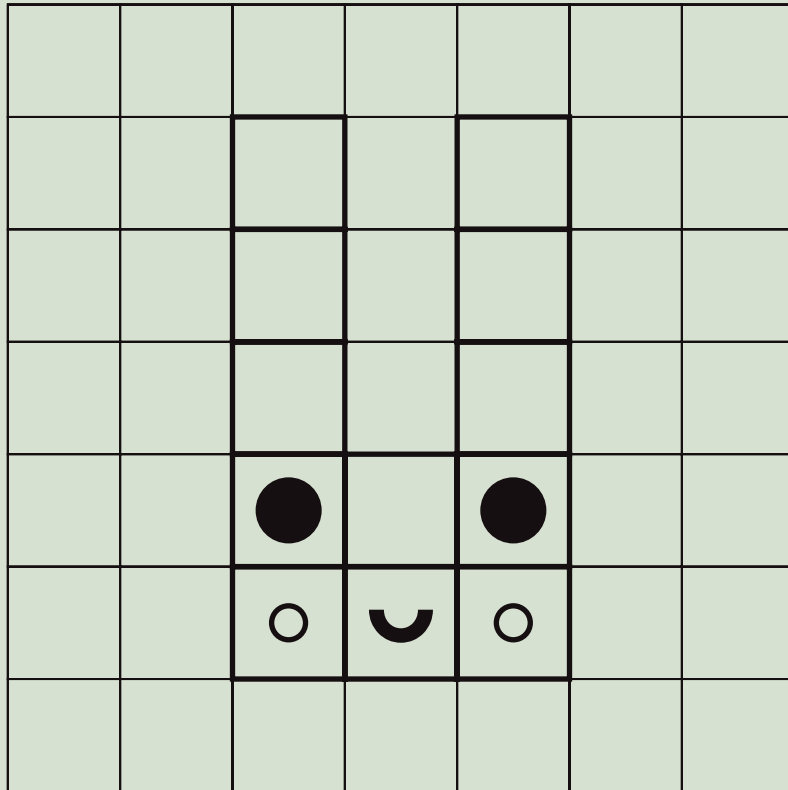
Võta meiega ühendust!

• Lisainfo lasteabitelefoni 116 111. Oodatud on kõik lapsi puudutavate teemadega kõned või kui on vaja teatada abi-vajavast lapsest. Lasteabitelefoni antakse nõu, jagatakse informatsiooni ning vajadusel tagatakse info edastamine vastavatele spetsialistidele. Helistajateks võivad olla nii lapsed kui ka täiskasvanud. Telefon töötab ööpäevaringselt, vastatakse nii eesti kui vene keeles. Kõne on helistajale tasuta ning soovi korral anonüümne.

• Lisaks helistamisele saab nõuannet küsida ka *online* nõustamisena läbi kodulehe www.lasteabi.ee "Küsi abi", kirjutades info@lasteabi.ee või Skype-i Lasteabi_116111.

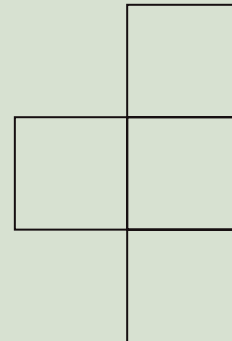


Trükist rahastati Õiguste, võrdõiguslikkuse ja kodakondsuse Euroopa Komisjoni programmi (2014–2020) projekti BADEV raames. Trükise sisu on ainuüksi selle looja vastutus. Euroopa Komisjon ei võta sisu ega selle kasutamise eest mitte mingit vastutust.



TURVALINE
SÕBRALIK
PRIVAATNE

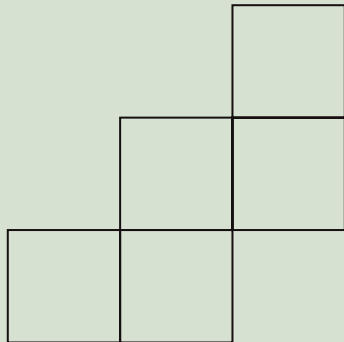
info@lastemaja.ee
116 111



Lapsevanemale

Info vanematele

Kõik lapsed vajavad turvatunnet ja armastust. Traumat kogenud lapsed vajavad oma vanematelt erilist tuge ja hoolt. Kui vanematel puudub teadmine lapse poolt läbi elatud trauma tagajärgedest, siis ei oska nad alati lapse käitumist õigesti hinnata ning võivad end tunda oma mures üksinda. Keerulises situatsioonis on ka traumat kogenud lapse vanemale igakülgseks toeks ja abiks lastemaja, kelle spetsialistide poole võivad pöörduda kõik lapsevanemad, kellele on kahtlus lapse seksuaalsest väärkohtlemisest või kellele teeb muret nende lapse kohatu seksuaalne käitumine.



Mis on laste väärkohtlemine?

Laste väärkohtlemine on lapse füüsilist ja psüühilist heaolu alandav käitumine, mis seab ohtu tema eakohase arengu ja tervisliku seisundi.

Mis on laste seksuaalne väärkohtlemine?

Laste seksuaalne väärkohtlemine on lapse kaasamine seksuaalsesse tegevusse, mille sisust ta ei saa täielikult aru, millele ta ei ole võimeline andma adekvaatset nõusolekut ning mis astub üle seadustest või ühiskonna sotsiaalsetest normidest.

Lapse ja lapsevanema usalduslik suhe

Igasuguse väärkohtlemise varajaseks avastamiseks on oluline lapse ja lapsevanema usalduslik suhe ning väärkohtlemise avastamisel lapse toetamine ja armastus.

Kuhu pöörduda, kui on mure?

Lapsevanem saab oma mure või kahtlusega pöörduda elukohajärgse lastekaitse spetsialisti või otse lastemaja poole. Kui on teavet väärkohtlemise kohta, tuleb sellest koheselt

teatada politseid numbril 112, kuna tegemist on hädaohus oleva lapsega.

Mis on lastemaja?

Lastemaja on lapsesõbralik tasuta riiklik teenus seksuaalse väärkohtlemise kahtluse või kinnitusega lastele. Ühe katuse all töötavad lapse heaolu ja abistamise nimel erinevad spetsialistid nagu nõustaja, psühholoog, lastekaitsetöötaja, politsei ja paljud teised.

Millist abi pakub lastemaja?

Lastemajas tehakse lapsega vajalikud toimingud, hinnatakse lapse tervislikku olukorda ning tehakse kindlaks, millist abi laps ja pere täpsemalt vajab.

Kust saavad laps ja pere vajalikke teenuseid?

Laps ja lapsevanemad võivad nõustamisele ja psühholoogi juurde tulla lastemajja, kuid pere võib tasuta teenuse saamiseks enda jaoks meelepärase koha valida ka riikliku ohvriabisüsteemi kaudu.