



## KRIISIKESKUS MONIKA

### Apua väkivaltaa kokeneille maahan muuttaneille naisille

Hae apua Kriisikeskus Monikasta, jos olet kokenut väkivaltaa tai väkivallan uhkaa. Voit asioida nimettömänä ja ilman ajanvarausta. Palvelemme useilla eri kielillä. Kaikki palvelut ovat maksuttomia.

#### Tarjoamme:

- kriisiapua ja psykososiaalista tukea
- neuvontaa ja ohjausta
- apua ja tukea ihmiskaupan, pakkoavioliiton ja kunniaan liittyvän väkivallan uhreille
- tuettua asumista turvakotijakson jälkeen ja
- vertaistukea ryhmissä.

**Kriisikeskus Monika palvelee ma-pe kello 9-17  
osoitteessa Hermannin Rantatie 12 A, 4. kerros, 00580 Helsinki.**

Maksuton auttava puhelin 0800 05058  
on avoinna ma kello 9-19, ti-pe kello 9-16.

Chat-palvelee eri kielillä osoitteessa: [www.monikanaiset.fi](http://www.monikanaiset.fi)

Älä jää yksin, vaan ota rohkeasti yhteyttä!



## مرکز بحران مونیکا

در صورت تجربه یا تهدید به خشونت می توانید از مرکز بحران مونیکا کمک بگیرید.

این خدمات برای تمام زنانی که مهاجر هستند و خشونت یا تهدید به آن را تجربه کرده اند در نظر گرفته شده است. تمامی خدمات برای شما رایگان است و نیازی نیست برای دریافت این خدمات نام خود را به ما بگویید.

### شما می توانید خدمات ما را به راحتی و به زبان های مختلف دریافت کنید

- کمک در مسأله بحران
- حمایت روحی و روانی - اجتماعی
- گروه های حمایتی همتایان
- مشاوره و راهنمای در استفاده از خدمات
- خدمات مسکن پشتیبانی شده پس از یک دوره اقامت در خانه امن

شما می توانید بدون وقت قبلی از دوشنبه تا جمعه ساعت 9-17 به دفتر ما مراجعه کنید.  
آدرس ما Hermannin Rantatie 12 A, 4. kerros, 00580 Helsinki

شماره تلفن رایگان برای دریافت کمک 080005058 دوشنبه ساعت 9-19 و سه شنبه تا جمعه ساعت 9-16 در دسترس می باشد

خدمات چت آنلاین به زبان های مختلف:  
[www.monikanaiset.fi](http://www.monikanaiset.fi)

شجاعانه با ما تماس بگیرید و از تماس گرفتن با ما دریغ نکنید!