



# 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!**



## XARUNTA XAALADAHHA DHIABAATOYINKA MONIKA

**Waxaad caawimo ka heli xarunta xaaladaha dhibaatooyinka Monika, haddii aad la kulantay dhibaato waxyeeleyn ama**

Adeegyada waxaa loogu talagalay dhamaan dumarka soo-galootiga ah ee la kulmay dhibaato waxyeeleyn ama hanjabaad. Dhamaan adeegyada waa kuu bilaash, mana aha inaad noo sheegto magacaaga.

### Xarunta xaaladaha dhibaatooyinka Monika waxay bixisaa

- caawida xaaladaha dhibaatooyinka
- taageero nafsiyeed
- taageero khibrad wadaag
- la-talin iyo hagitaan adeeg
- taageer hawlaha guryaha ka dib xiligaha gurigga ammaanka

**Waxaad imaan kartaa xafiiska soo dhaweenta balan la'aan isniinta ilaa jimcaha saacada 9 subaxnimo ilaa 5 galabnimo.**

**Ciwaanka: Hermannin Rantatie 12 A, 4. dabaqa, 00580 Helsinki.**

Khadka caawida bilaashka ah 0800 05058 wuxuu furan yahay isniinta saacada 9 subaxnimo ilaa 19 fiidkii iyo talaado ilaa jimcaha saacada 9 subaxnimo ilaa 16 galabnimo.

Luuqado kala duwan chatka: [www.monikanaiset.fi](http://www.monikanaiset.fi)

Nala soo xiriir si dhiirranaan!