

# Er du bekymret for at en sårbar voksen utsettes for vold og overgrep?



# TryggEst




## TryggEst

---

TryggEst er et vern for voksne som i liten eller ingen grad er i stand til å beskytte seg selv.

Gjennom å ta kontakt med TryggEst vil du få råd og veiledning fra fagpersoner.



Brosjyren er for deg som er bekymret for at en sårbar voksen blir utsatt for vold eller overgrep.

Du kan melde din bekymring som fagperson eller privatperson.

TryggEst-teamet i Mosseregionen består av fagpersoner ansatt i Mosseregionens kommuner.

Når en melding mottas, vil teamet vurdere tiltak for å stoppe volden. Det kan være akutte tiltak, eller kommunenes tjenestesteder kan få i oppdrag å gjøre undersøkelser før tiltak iverksettes.

Du som melder vil få beskjed når meldingen er mottatt.

Det er også mulig å ringe for informasjon og veiledning, eller avtale møte med fagpersoner i TryggEst.



## Alle kan ta kontakt med TryggEst

---

TryggEst gjelder for personer over 18 år, som i særlig grad har behov for beskyttelse mot vold og overgrep. Det kan være for eksempel på grunn av fysisk, psykisk eller kognitiv funksjonsnedsettelse, høy alder/demens, rusproblemer eller sykdom.

### **Hva kan TryggEst bidra med?**

TryggEst kan bidra med hjelp, støtte og beskyttelse til den utsatte. TryggEst kan også gi råd, veiledning og bistand til profesjonelle hjelpere og andre involverte.



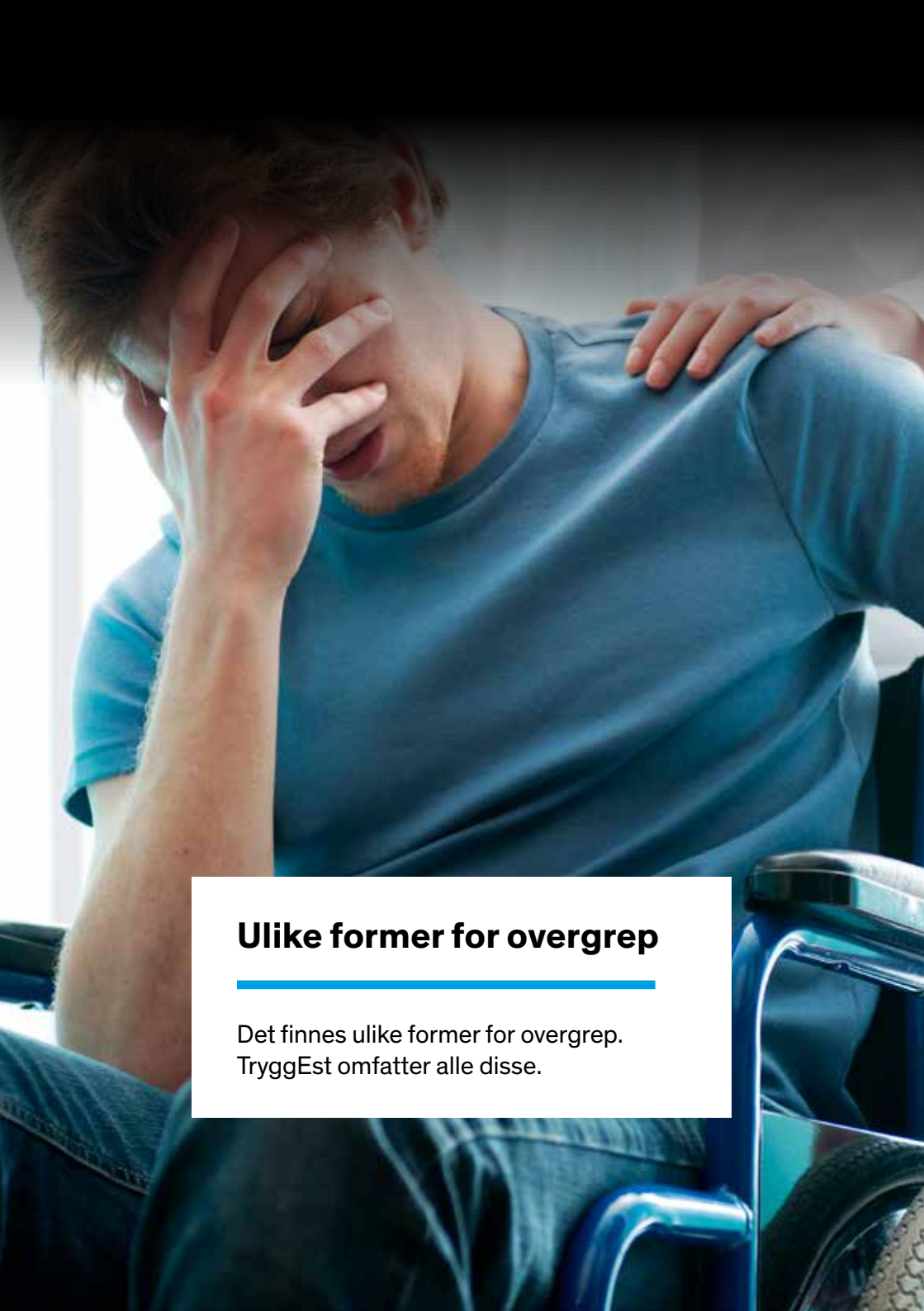
## Overgrep mot risikoutsatte voksne

---

Overgrep mot risikoutsatte voksne skjer ofte i hjemmet, og av personer som står vedkommende nær.

Personer med funksjonsnedsettelse, eldre og personer med rusproblemer eller psykiske vansker kan bli utsatt for ulike former for overgrep.

Det er derfor viktig at hjelpeapparatet og andre som møter voksne som er i en risikoutsatt situasjon, har kunnskap om overgrep og konsekvenser dette kan ha for utsatte.



## **Ulike former for overgrep**

---

Det finnes ulike former for overgrep.  
TryggEst omfatter alle disse.

# Eksempler på ulike former for overgrep

## Fysiske overgrep

- Slag og spark
- Fastbinding, fastholdning eller innestenging
- Dytting, biting eller lugging
- Kloring, klyping eller spytting
- Hardhendt stell
- Brenning med varme ting
- Utestengelse i kulden

## Psykisk vold

- Trusler om vold
- Verbal utskjelling
- Umyndiggjøring
- Latterliggjøring
- Bevisst påføring av engstelse og redsel
- Plaging, mobbing

## Hatkriminalitet

- Vold eller krenkelser mot kroppen, trusler eller skade på eiendeler eller eiendom på grunn av nedsatt funksjonsevne, hudfarge, nasjonal eller etnisk opprinnelse, religion eller seksuell orientering.

## Økonomiske overgrep

- Tyveri av penger, verdisaker og eiendeler
- Bedrageri
- Urettmessig salg av eiendeler eller eiendom
- Å tvinge noen til å kausjonere eller pantsette eiendom
- Tømming av kjøleskap eller medisinskap
- Utpressing og stadige lån
- Å bli hindret i å velge livssituasjon, fordi andre har gjort seg økonomisk avhengig gjennom for eksempel leieinntekter eller omsorgslønn
- Å forhindre at noen får sin rettmessige del av arv
- Internettsvindel

## Seksuelle overgrep

- Å tvinge eller lure noen til å ha sex
- Å beføle noen innenfor eller utenpå klærne uten at personen vil det
- Å vise pornografiske filmer eller bilder til noen som ikke vil se det
- Å gjøre noe seksuelt med en person som sover
- Å tvinge noen til å ta på seg selv
- Å tvinge eller lure noen til å sende nakenbilder av seg selv
- Å utnytte noens psykiske lidelser eller psykiske utviklingshemming seksuelt
- Å utnytte sin stilling eller et tillitsforhold /avhengighetsforhold til å skaffe seg seksuell omgang

## Omsorgssvikt / forsømmelse

- Mangel på nødvendig tilsyn
- Nærpersoner tillater ikke nødvendig hjelp i hjemmet
- Omsorgspersoner tar ikke kontakt med helsepersonell til tross for åpenbar sykdom
- Mangelfull ernæring
- Mangelfull hjelp til hygiene og påkledning
- Mangelfull hjelp til å være trygg

## Nettovergrep

- Å lure noen til å låne penger eller kjøpe ting på internett
- Å spre nakenbilder av noen på internett
- Å skrive stygge eller truende ting om andre på internett
- Å lure noen til låne penger eller kjøpe ting på internett

# Meld fra om din bekymring til TryggEst

---

TryggEst-teamet i Mosseregionen koordineres fra Krisesenteret i Moss.

**Ring krisesenteret** – både for veiledning eller for å melde per telefon: **69 25 05 50** (døgnåpen telefon) – opplys om at henvendelsen gjelder TryggEst.

**Fyll ut meldeskjemaet** for Mosseregionen (bekymringsmelding). Skjemaet finner du på [utenvold.no/tryggest](https://utenvold.no/tryggest) og sendes per post til: Krisesenteret i Moss IKS, PB 2093, 1521 Moss

**Merk!** Ved akutt fare for liv og helse kontaktes politiet direkte (avvergeplikten) på **02800**.

