



Turvasuunnitelma auttaa Sinua ja lapsiasi ennakoimaan väkivaltatilanteita, vahvistamaan hallinnan tunnetta väkivaltatilanteissa sekä vähentämään ja lieventämään väkivallan seurauksia. Käy turvasuunnitelma läpi työntekijän tai luotetun ystävän kanssa, ja säilytä suunnitelma sellaisessa paikassa, josta väkivallantekijä ei sitä löydä.

1 Jos minun ja lapsieni ei ole turvallista olla kotona/mennä kotiin, voin mennä:

---

---

2 Merkkejä, joista voin ennakoida tekijän ryhtyvän väkivaltaiseksi (esim. alkoholinkäyttö, kiihtynyt hengitys, ihon väri, sormien puristaminen nyrkkiin):

---

---

---

3 Kuinka pääsen lähtemään kotoa (esim. voinko lähteä viemään roskapussin, ulkoiluttamaan koiran, käymään kaupassa)? Kehitä joku rutiini, jonka takia käyt pikaisesti ulkona ja käytä sitä väkivaltatilanteessa poistuaksesi kotoa.

---

---

4 Poistumisreittejä ulos kodistani:

---

---

5 Voin kertoa väkivallasta seuraaville henkilöille ja sopia heidän kanssaan poliisin kutumisesta, jos he kuulevat asunnostani epäilyttävää melua:

---

Voin käyttää (esim. sana, merkkisoiitto) \_\_\_\_\_  
koodina lapsilleni tai ystäväilleni, jotta he voivat kutsua apua.

6 Jos väkivallan tekijä ei asu kanssani, voin varmistaa turvallisuuteni (esim. vaihtamalla lukot, hankkimalla hälytysjärjestelmän, asentamalla ulkovalot, murtosuojaamalla ovet):

---

---

---

7 Kerron lapsiani hoitaville ihmisille niiden henkilöiden nimet, joilla on lupa hakea lapset. Näitä henkilöitä ovat:

---

---



8 Tarvitsen mm. seuraavia tavaroita varautuessani nopeaan poistumiseen kotoa (kokoja itsellesi ns. turvalaukku valmiiksi)

- rahaa
- varavaatteet itselleni ja lapsilleni
- hygieniavälineet
- vara-avaimet kotiin ja autoon
- tärkeät asiakirjat
- lääkkeet

## Numeroita, joista saa apua: HÄTÄKESKUS 112

Lähin turvakoti \_\_\_\_\_ puhelin \_\_\_\_\_

osoite: \_\_\_\_\_

Sosiaali- ja kriisipäivystys \_\_\_\_\_ puhelin \_\_\_\_\_

Ystävä \_\_\_\_\_ puhelin \_\_\_\_\_

osoite: \_\_\_\_\_

Paikkakunnan taksi, puhelin \_\_\_\_\_

Suunnittele yhdessä lastesi kanssa milloin ja miten kotoa poistutaan nopeasti ja turvallisesti. Ota lapset mukaasi aina, jos se on mahdollista. Opeta lapset soittamaan hätänumeroon.

## TÄRKEITÄ YHTEYSTIETOJA

**NOLLALINJA** (lähisuhdeväkivalta ja naisiin kohdistuva väkivalta, tiedot turvakodeista)

p. 080 005 005 | [www.nollalinja.fi](http://www.nollalinja.fi)

**RIKOSUHRIPÄIVYSTYS**

p. 116 006 (auttava puhelin) | p. 0800 161 177 (juristin neuvonta)

RIKUchat arkisin klo 9–15 ja ma-iltaisoin klo 17–19 | [riku.fi](http://riku.fi)

**RAISKAUSKRIISIKESKUS TUKINAINEN**

p. 0800 97899 (kriisipäivystys) | p. 0800 97895 (juristin neuvonta) | [www.tukinainen.fi](http://www.tukinainen.fi)

**NAISTEN LINJA**

p. 0800 02400 | [www.naistenlinja.fi](http://www.naistenlinja.fi)

**MONIKA-NAISET LIITTO, Kriisikeskus Monika**

p. 0800 05058 (auttava puhelin, ma-pe 9-16, soittajalle maksuton) | [www.monikanaiset.fi](http://www.monikanaiset.fi)

**SUOMEN MIELENTERVEYSSEURA**

p. 09 2525 0111 (keskusteluapua kriisissä oleville ja heidän läheisilleen)