



Negativ social kontrol og æresrelaterede konflikter

ACTIONCARD – BØRN OG UNGE UNDER 18 ÅR

Tegn på negativ social kontrol kan fx være:

- > Barnet eller den unge mangler selvbestemmelsesret i forhold til fx egen krop og valg af venner, kæreste, fritidsaktiviteter, uddannelse, påklædning, religion mv.
- > Barnet eller den unge udviser tegn på selvskade, depression, angst, udadreagerende adfærd eller andre tegn på mistrivsel som en reaktion på negativ social kontrol
- > Barnet eller den unge udsættes for omfattende sladder
- > Familien overvåger brug af mobil og computer
- > Familien styrer barnets eller den unges økonomi, e-boks mv.
- > Barnet eller den unge oplever adfærdsbegrænsning, fx krav om bestemt påklædning eller forbud om at færdes andre steder end i skole
- > Søskende opfordres eller tvinges til at holde øje med hinandens adfærd
- > Barnet eller den unge udsættes for psykisk vold, fx trusler og verbal chikane, og/eller fysisk vold
- > Barnet eller den unge udsættes for følelsesmæssigt pres fra fx forældre, der pålægger barnet/den unge skyld, skam og ansvar for familiens ære
- > Der sker en ændring i barnets eller den unges adfærd, humør, påklædning, fremmøde, sociale relationer og indlæring
- > Familien isolerer sig og ekskluderer barnet/den unge fra andre fællesskaber
- > Familien/familiens tros- eller åndssamfund udstøder barnet/den unge fra familien og fællesskabet

Tegn på æresrelaterede konflikter kan fx være:

- > At barnet eller den unge udsættes for negativ social kontrol
- > Genopdragelsesrejser eller længerevarende ufrivillige udlandsophold
- > Dumping (efterladt i udlandet oftest uden pas og penge)
- > Kvindelig kønslemlæstelse (omskæring)
- > Æresdrab

Æresrelaterede konflikter sker oftest i sammenhæng med negativ social kontrol.

Opmærksomhedspunkter

- > Drøft ikke din bekymring med barnets/den unges familie eller venner. Familiens kendskab til myndighedernes involvering kan eskalere situationen
- > Send ikke breve/SMS/mails/besked på AULA/e-boks til barnet/den unge, da vedkommende kan være overvåget af familien
- > Undgå at afholde samtaler i barnets/den unges hjem
- > Vær opmærksom på eventuelle andre børn i familien – både i forhold til, at disse også kan være underlagt negativ social kontrol og æresrelaterede konflikter, og i forhold til, at disse kan være pålagt at bidrage til at udøve negativ social kontrol og æresrelaterede konflikter.

ACTIONCARD

– BØRN OG UNGE UNDER 18 ÅR

Symptomer og signaler

Hvad skal vi holde øje med

Negativ social kontrol og æresrelaterede konflikter kan give sig til udtryk på forskellige måder.

Det kan bl.a. dreje sig om barnets eller den unges manglende selvbestemmelsesret i forhold til fx:

- > Egen krop
- > Frihed til at vælge venner
- > Fritidsaktiviteter
- > Religion
- > Påklædning
- > Uddannelse
- > Kæreste

Det kan også give sig til udtryk ved, at barnet eller den unge fx udøver selvskade eller udviser tegn på depression, angst, udadreagerende adfærd eller andre tegn på mistrovisel som en reaktion på negativ social kontrol og/eller æresrelaterede konflikter.

Udtryk for æresrelaterede konflikter, fx:

- > Psykisk, fysisk og/eller seksuel vold
- > Økonomisk kontrol
- > Isolation
- > Genopdragelsesrejser eller længerevarende ufrivillige udlandsophold
- > Dumping (efterladt i udlandet oftest uden pas og penge)
- > Kvindelig kønslæmlestelse (omskæring)
- > Æresdrab

Udtryk for negativ social kontrol, fx:

- > Omfattende sladder
- > Familien overvåger brug af mobil og computer
- > Adfærdsbegrænsning, fx krav om bestemt påklædning eller forbud om at færdes andre steder end i skole
- > Søskende opfordres eller tvinges til at holde øje med hinandens adfærd
- > Psykisk vold, fx trusler og verbal chikane
- > Fysisk vold
- > Følelsesmæssigt pres fra fx forældre, der pålægger barnet/den unge skyld, skam og ansvar for familiens ære
- > Ændring i adfærd, humør, påklædning, fremmøde, sociale relationer og indlæring
- > Familien isolerer sig og ekskluderer barnet/den unge fra andre fællesskaber
- > Familien/familiens tros- eller åndssamfund udstøder barnet/den unge fra familien og fællesskabet

Opmærksomhedspunkter

- > Drøft ikke din bekymring med barnets/den unges familie eller venner. Familiens kendskab til myndighedernes involvering kan eskalere situationen
- > Send ikke breve/SMS/emails/besked på AULA/e-boks til barnet/den unge, da vedkommende kan være overvåget af familien
- > Undgå at afholde samtaler i barnets/den unges hjem
- > Vær opmærksom på eventuelle andre børn i familien

ACTIONCARD – BØRN OG UNGE UNDER 18 ÅR

For personer, der udøver offentlig tjeneste eller hverv, og dermed har underretningspligt efter servicelovens § 153

+ Handling

Du har en skærpet personlig pligt til at sende en underretning til Familiecenter Køge, hvis du under udøvelsen af offentlig tjeneste eller hverv får kendskab til eller grund til at antage, at et barn eller en ung under 18 år udsættes for negativ social kontrol eller æresrelaterede konflikter.

Negativ social kontrol og æresrelaterede konflikter er typisk tæt forbundet med psykisk og/eller fysisk vold og vil som minimum give anledning til at antage, at barnet eller den unge kan have behov for støtte efter serviceloven.

Du skal underrette og handle i overensstemmelse med retningslinjerne for underretning om negativ social kontrol og æresrelaterede konflikter efter § 153.

Læs Køge Kommunes underretningsguide

☞ Underretningen sendes med sikker post til underretninger@koege.dk.

Du bør inddrage eller informere din leder, men på grund af forholdets meget følsomme karakter må du ikke dele din bekymring med kolleger, barnets forældre eller andre.

Når underretningen er sendt, er det Familiecenter Køge, der har ansvaret for det videre forløb, herunder eventuel kontakt til øvrige myndigheder og beslutning om, hvornår og hvordan forældrene skal inddrages.

Du vil indenfor 6 dage få en kvittering for modtagelse af underretningen. Som følge af sagens meget følsomme karakter vil du sædvanligvis ikke blive orienteret yderligere om, hvad underretningen har ført til.

! Akut handling

Hvis barnet eller den unge er i akut fare, herunder i akut risiko for at blive sendt ud af landet, skal du:

- > Straks kontakte Familiecenter Køges Underretningsteam på tlf.nr. 56 67 26 81 eller 21 37 79 49 eller, hvis det er udenfor rådhusets normale åbningstid, kontakte Familiecenter Køges døgnvagt via politiet på tlf.nr. 114
- > Sikre, at barnet eller den unge bliver hos dig eller en kollega.

Familiecenter Køge overtager herefter ansvaret for det videre forløb.

ACTIONCARD – BØRN OG UNGE UNDER 18 ÅR

For borgere og civilsamsfundsaktører med underretningspligt efter servicelovens § 154

+ Handling

Negativ social kontrol og æresrelaterede konflikter er typisk tæt forbundet med psykisk og/eller fysisk vold.

Alle borgere, der får kendskab til, at et barn eller en ung under 18 år fra forældres eller andre opdrageres side udsættes for værøgt eller nedværdigende behandling eller lever under forhold, der bringer dets sundhed eller udvikling i fare – herunder bliver udsat for negativ social kontrol eller æresrelaterede konflikter – har pligt til at underrette kommunen.

Du skal underrette og handle i overensstemmelse med retningslinjerne for underretning om negativ social kontrol og æresrelaterede konflikter efter § 154.

Læs Køge Kommunes underretningsguide.

Er du i tvivl om, hvorvidt eller hvordan du skal underrette, kan du få sparring ved Underretningsteamet i Familiecenter Køge på tlf.nr. 56 67 26 81 eller 21 37 79 49.

Hvis du ønsker at være anonym, kan sparringen gives anonymt.

☞ Underretningen sendes elektronisk til Familiecenter Køge

Du kan underrette anonymt, hvis du er bekymret for din egen sikkerhed.

Du må IKKE drøfte bekymringen og underretningen med barnets eller den unges forældre, familiemedlemmer, venner eller naboer eller fortælle dem herom.

Når underretningen er sendt, er det Familiecenter Køge, der har ansvaret for det videre forløb, herunder eventuel kontakt til øvrige myndigheder og beslutning om, hvornår og hvordan forældrene skal inddrages.

Du vil indenfor 6 dage få en kvittering for modtagelse af underretningen.

! Akut handling

Hvis barnet eller den unge er i akut fare, herunder i akut risiko for at blive sendt ud af landet, skal du:

- > Straks kontakte Familiecenter Køges Underretningsteam på tlf.nr. 56 67 26 81 eller 21 37 79 49 eller, hvis det er udenfor normal åbningstid, kontakte Familiecenter Køges døgnvagt via politiet på tlf.nr. 114
 - > Så vidt muligt sikre, at barnet eller den unge bliver hos dig
- Familiecenter Køge vil herefter overtage ansvaret for det videre forløb.

ACTIONCARD – BØRN OG UNGE UNDER 18 ÅR

Til barnet/den unge, der oplever negativ social kontrol eller æresrelaterede konflikter

? Bekymring

Oplever du, at en eller flere i din familie kontrollerer, hvad du laver i din fritid, på de sociale medier osv.; bestemmer hvem du må snakke med og være venner med; eller vil bestemme dit valg af fx uddannelse eller kæreste? Bliver du udsat for psykisk vold, fx trusler, nedværdigende behandling, pålagt skyld eller skam? Bliver du udsat for fysisk vold? Bliver du presset til at udøve kontrol med eller fysisk vold overfor dine søskende eller andre børn eller unge? Er du bekymret for, at din familie vil sende dig ud af landet mod din vilje? Bliver du beskyldt for at krænke din families ære?

Hvis du kan svar ja til et eller flere af ovenstående spørgsmål eller på andre måder oplever negativ social kontrol eller æresrelaterede konflikter, har vi mulighed for at hjælpe dig.

♥ Hvad kan Køge Kommune hjælpe med?

Vi tilbyder støtte til alle, der som følge af negativ social kontrol eller æresrelaterede konflikter forhindres i at leve det liv, de ønsker – uanset alder, køn, religion og etnicitet.

Hjælpen kan være alt fra at give dig og dine forældre råd og vejledning, mægle mellem jer eller yde familiebehandling, til at hjælpe dig til at flytte hjemmefra – om nødvendigt på et safehouse uden dine forældres samtykke og viden, hvis du skal i sikkerhed fra dine forældre.

+ Handling

Du kan få hjælp, råd og vejledning af:

- > Den forebyggende rådgiver, der er tilknyttet din skole. Du kan finde telefonnummeret på AULA, eller du kan kontakte den forebyggende rådgiver personligt på din skole
- > Underretningsteamet i Familiecenter Køge på tlf.nr. 5667 2681 eller 2137 7949
- > **RED** (Center mod æresrelaterede konflikter) på tlf.nr. 7027 7666 (24 timer i døgnet) eller ved at skrive til RED's anonyme brevkasse på [RED \(Center mod æresrelaterede konflikter\)](#)
- > **BørneTelefonen** (24 timer i døgnet) på tlf.nr. 11 61 11 (det er korrekt, at der kun er 6 cifre!) eller chat på [Børnetelefonen](#).

- > Udlændingestyrelsens hotline til unge, der frygter at blive sendt på genopdragelsesrejse, tvangsægteskab eller lignende på tlf.nr. 70 26 28 18 (kan bl.a. hjælpe med at inddrage dit pas, så du ikke kan udrejse)
- > **SABA AH** (Forening for minoritetsetniske LGBT+ personer) på tlf.nr. 3323 2000
- > **Joannahuset** (Krisecenter i København for børn og unge) på tlf.nr. 2575 7558 (24 timer i døgnet)

Du skal være opmærksom på, at det kan udgøre en risiko for dig at snakke med en ven/veninde, et familiemedlem eller en ven af din familie. Selvom du har tillid til personen, kan der være en risiko for, at personen selv er udsat for negativ social kontrol, uden du ved det. Personen kan derfor føle sig presset til at fortælle, hvad I har snakket om.

Hvis du vurderer, at dine forældre eller andre kontrollerer din telefon/computer, og at det kan bringe dig i fare, hvis de finder ud af, at du har talt med nogen om situationen derhjemme, rådes du til at låne en telefon eller computer i stedet for at bruge din egen. Det skyldes, at det er muligt at finde opkaldsdata via telefonregning, gendanne mails mv., selvom du har forsøgt at slette dine spor.

Hvis det er planlagt, at du skal rejse til udlandet, og du er bekymret for, om du kan blive efterladt eller bortgiftet i udlandet, bør du snarest muligt kontakte den forebyggende rådgiver på din skole eller Underretningsteamet for at få råd og vejledning og den nødvendige hjælp.

! Akut handling

Hvis du er i akut fare, herunder i akut risiko for at blive sendt ud af landet, skal du:

- > Straks kontakte politiet på tlf.nr. 112 og fortælle dem dit navn, cpr.nr., hvor du befinder dig og hvad du frygter, vil ske.

Hvis du ikke kan komme til at kontakte politiet, fx fordi du bliver overvåget eller har fået frataget din mobil, kan du sige til en security-medarbejder, at du er i fare, når du går igennem sikkerhedskontrollen i lufthavnen i Danmark, hvorpå security-medarbejderne vil hjælpe dig i sikkerhed og kontakte Køge Kommune.

ACTIONCARD – VOKSNE OVER 18 ÅR

For fagpersoner ansat i Køge Kommune, der er i kontakt med borgere, hvor der er bekymring for negativ social kontrol og æresrelaterede konflikter.

Tegn på negativ social kontrol kan fx være:

Job og uddannelse

- > Ægtefælle/familien vil bestemme niveau af deltagelse på arbejdsmarkedet
- > Stort ansvar og mange forpligtelser i hjemmet
- > Meget fravær fra aktiviteter, hvor der er mødepligt
- > Kommer for sent eller overholder ikke aftale
- > Har ofte familiemedlem med som bisidder/tolk til samtaler
- > Er begrænset af familien ift. uddannelsesvalg
- > Der sker en ændring i adfærd, humør, påklædning, fremmøde, sociale relationer og indlæring.z

Familierelationer

- > Udviser tegn på selvskade, depression, angst, udadreagerende adfærd eller andre tegn på mistriivsel som en reaktion på negativ social kontrol
- > Udsættes for omfattende sladder, kontrol og overvågning (af familie og lokalsamfund)
- > Familie/ægtefælle overvåger og kontrollerer adfærd eller sociale aktiviteter
- > Mangler selvbestemmelsesret i forhold til fx egen krop og valg af venner, kæreste, fritidsaktiviteter, uddannelse, påklædning, religion mv.
- > Familien/ægtefælle styrer økonomi, e-boks mv.
- > Søskende opfordres eller tvinges til at holde øje med hinandens adfærd
- > Familie/ægtefælle overvåger brug af mobil og sociale medier
- > Der har tidligere været psykisk vold, fx trusler og verbal chikane, og/eller fysisk vold i familien
- > Må ikke deltage i aktiviteter med det modsatte køn
- > Har været på krisecenter eller henvendt sig angående muligheden herfor

Tegn på æresrelaterede konflikter kan fx være:

- > At borgeren udsættes for negativ social kontrol
- > Genopdragelsesrejser eller længerevarende ufrivillige udlandsophold
- > Dumping (efterladt i udlandet oftest uden pas og penge)
- > Æresoverfald- eller drab

Æresrelaterede konflikter sker oftest i sammenhæng med negativ social kontrol.

Opmærksomhedspunkter

- > Husk tavshedspligt!
- > Inddrag ikke familiemedlemmer/venner
- > Send ikke breve/sms/mail til borger (overvågning).
- > Indgå helst mundtlige aftaler om fremadrettede møder
- > Hold ikke samtaler hjemme hos borger
- > Obs på eventuelle børn og gravide
- > Kan være nødvendigt at udarbejde akut sikkerhedsvurdering. Åben rådgivning eller Krisecenter Hegnetslund kontaktes for vurdering af sikkerhed.

+ Handling

Ved både tvivlsager samt alvorlig og akut bekymring omkring negativ social kontrol og æresrelaterede konflikter kan du tage kontakt til en eller flere videnspersoner fra Køge Kommune i forhold til at få sparring og afklaret handlemuligheder. Videnspersonen har en særlig viden og erfaring på området og kan derfor give en uformel sparring på konkrete bekymringer.

Husk samtykke fra borgeren, ellers skal sagen drøftes anonymt.

Oversigt over videnspersoner finder du her: [indsæt link](#)

I samarbejde med borgeren kan Åben Rådgivning inddrages. Åben Rådgivning tilbyder gratis rådgivning til borgere som henvender sig på grund af negativ social kontrol eller æresrelaterede konflikter og kan vurdere, om der er behov for at tilbyde og udarbejde en handleplan, jf. serviceloven § 12 a.

Du kan kontakte Åben Rådgivning på tlf. 56 67 26 28 eller mail: aar@koege.dk.

! Akut handling

Hvis der er behov for akut handling, kan du i samarbejde med borgeren kontakte:

- > Køge Kommunes krisecenter Hegnetslund, tlf. 5667 2828 døgntåbent
- > Lev Uden Volds døgntåbne hotline på tlf. 1888.

Her kan du få råd og vejledning samt sparring ift. sikkerhedsvurdering og eventuel henvisning til krisecenter. Husk samtykke fra borgeren, ellers skal sagen drøftes anonymt. Det vil fortsat være myndighedsrådgiver, der har handlepligten og sikrer opfølgning.

! Akut fare

Hvis borgeren vurderes i akut fare, skal du:

- > Straks kontakte politiet på tlf.nr. 112. Hvis du befinder dig sammen med borgeren, kan du med samtykke fra borgeren ringe og drøfte situation med politiet.

ACTIONCARD – VOKSNE OVER 18 ÅR

Til dig der ikke er kommunal fagperson, og som kommer i kontakt med en borger, hvor der er bekymring for negativ social kontrol og/eller æresrelaterede konflikter.

Tegn for negativ social kontrol

- > Udviser tegn på selvskade, depression, angst, udadreagerende adfærd eller andre tegn på mistroivsel som en reaktion på negativ social kontrol
- > Udsættes for omfattende sladder, kontrol og overvågning (af familie og lokalsamfund)
- > Familie/ægtefælle overvåger og kontrollerer adfærd eller sociale aktiviteter
- > Mangler selvbestemmelsesret i forhold til fx egen krop og valg af venner, kæreste, fritidsaktiviteter, uddannelse, påklædning, religion mv.
- > Familien/ægtefælle styrer økonomi, e-boks mv.
- > Søskende opfordres eller tvinges til at holde øje med hinandens adfærd
- > Familie/ægtefælle overvåger brug af mobil og sociale medier
- > Der har tidligere været psykisk vold, fx trusler og verbal chikane, og/eller fysisk vold i familien
- > Må ikke deltage i aktiviteter med det modsatte køn. Familien isolerer sig og deltager ikke i sociale sammenhænge.
- > Har været på krisecenter eller henvendt sig angående muligheden herfor

Tegn på æresrelaterede konflikter kan fx være:

- > At borgeren udsættes for negativ social kontrol
- > Genopdragelsesrejser eller længerevarende ufrivillige udlandsophold
- > Dumping (efterladt i udlandet oftest uden pas og penge)
- > Æresoverfald- eller drab

Opmærksomhedspunkter

- > Drøft ikke din bekymring med personens familie eller venner.
- > Familiens kendskab til myndighedernes involvering kan eskalere situationen
- > Send ikke breve/SMS/mail, da vedkommende kan være overvåget af familien
- > Undgå at italesætte din bekymring for den udsatte mens andre er til stede

Vær opmærksom på eventuelle børn i familien. Du har pligt til at underrette Familiecenter Køge ved bekymring for et barn under 18 år og gravide.

[☞ Du kan underrette anonymt](#)

+ Handling

Hvis du er bekymret for, at en borger er udsat for æresrelaterede konflikter eller negativ social kontrol kan du søge råd og vejledning hos:

- > **Åben Rådgivning, Køge Kommune**, på tlf. 5667 2628 eller mail: aar@koege.dk
- > **Køge Kommunes krisecenter Hegnetslund**, tlf. 5667 2828 døgnåbent
- > **Lev Uden Volds** døgnåbne hotline på tlf. 1888.
- > **SIRIS sikkerhedskonsulenter**, Region Hovedstaden, der tilbyder sparring og rådgivning i konkrete sager. De bistår gerne med udarbejdelse af risikovurderinger. Kontakt på tlf. 5136 8354 eller tlf. 2487 1053
- > **RED-Center**, Anonym døgnåben hotline for unge på tlf. 7027 7666
- > **SABA AH** (Forening for minoritetsetniske LGBT+ personer) på tlf.nr. 3323 2000
- > **Udlændingestyrelsens hotline** til unge, der frygter at blive sendt på genopdragelsesrejse, tvangsægteskab eller lignende på tlf.nr. 7026 2818 (kan bl.a. hjælpe med at inddrage dit pas, så du ikke kan udrejse)

! Akut handling

Hvis der er behov for akut handling, kan du i samarbejde med borgeren kontakte:

- > **Køge Kommunes krisecenter Hegnetslund**, tlf. 5667 2828 døgnåbent
- > **Lev Uden Volds** døgnåbne hotline på tlf. 1888.

Her kan du få råd og vejledning samt sparring ift. sikkerhedsvurdering og eventuel henvisning til krisecenter. Husk samtykke fra borgeren, ellers skal sagen drøftes anonymt.

! Akut fare

Hvis borgeren vurderes i akut fare, skal du:

- > Straks kontakte politiet på tlf.nr. 112. Hvis du befinder dig sammen med borgeren, kan du med samtykke fra borgeren ringe og drøfte situation med politiet.

ACTIONCARD – VOKSNE OVER 18 ÅR

Til dig, der oplever negativ social kontrol eller æresrelaterede konflikter

? Bekymring

Oplever du, at en eller flere i din familie kontrollerer, hvad du laver; bestemmer hvem du må snakke med; eller vil bestemme dit valg af job, uddannelse, ægtefælle mv.? Bliver du udsat for trusler og/eller fysisk eller psykisk vold? Er du bekymret for, at din familie vil sende dig ud af landet mod din vilje? Bliver du beskyldt for at krænke din families ære?

Hvis du kan svar ja til et eller flere af ovenstående spørgsmål eller på andre måder oplever negativ social kontrol eller æresrelaterede konflikter, har vi mulighed for at hjælpe dig.

♥ Hvad kan Køge Kommune hjælpe med?

Vi tilbyder støtte til alle, der forhindres i at leve det liv, de ønsker – uanset alder, køn og etnicitet.

Når man er udsat for negativ social kontrol og/eller æresrelaterede konflikter, er det vores erfaring, at man godt kan være i tvivl om, hvad man skal gøre.

Der er ikke to situationer, der er ens, og dét der er rigtigt for den ene, er måske forkert for den anden.

Yderligere kan man også føle sig splittet, fordi man står i en situation, hvor man måske gerne vil undgå nogle af de ting man oplever, men samtidig ikke har lyst til at give slip på de gode ting.

+ Handling

Hvis du føler dig splittet, kan det være en god idé at snakke med nogle om din situation.

Det kan være en ven/veninde eller et familiemedlem, du har tillid til, men det kan også være en fagperson, såsom en socialrådgiver, jobkonsulent eller lærer.

Du skal dog være opmærksom på, at det kan udgøre en risiko for dig at snakke med et familiemedlem eller venner af familien. Selvom du har tillid til personen, kan der være en risiko for, at personen selv er udsat for negativ social kontrol, uden at du ved det. Personen kan derfor føle sig presset til at fortælle, hvad I har snakket om.

Oplever du, at føle dig utryg i hverdagen kan du også få hjælp via app'en "Skytsengel" fra Dansk Stalking Center: [Skytsengel - Dansk Stalking Center](#).

Du kan få hjælp og vejledning hos:

- > **Åben Rådgivning, Køge Kommune**, på tlf. 5667 2628 eller mail: aar@koege.dk. Der er åbent for personlig henvendelse mandag til fredag Åben Rådgivning – [Køge Kommune](#)
- > **Køge Kommunes krisecenter Hegnetslund**, tlf. 5667 2828, her er døgnåbent
- > **SIRIS sikkerhedskonsulenter**, Region Hovedstaden, der tilbyder sparring og rådgivning i konkrete sager. De bistår gerne med udarbejdelse af risikovurderinger. Kontakt på tlf. 5136 8354 eller tlf. 2487 1053
- > **Lev Uden Volds** døgnåbne hotline på tlf. 1888.
- > **RED-Center**, Anonym døgnåben hotline for unge på tlf. 7027 7666

Der findes herudover mange frivillige organisationer, hvor du kan få rådgivning:

- > **InsideOut**, Rådgivning og juridisk bistand ift. livet i og efter et religiøst destruktivt fællesskab. Kontakt på tlf. 70 60 52 78 eller mail til kontakt@insideout.center.
- > **SABA AH**, Forening for minoritetsetniske LGBT+ personer) på tlf. 3323 2000
- > **GirlTalk**, rådgivning, samtalegrupper, psykologsamtaler og foredrag for piger mellem 12-24 år. Kontakt via sms på 4949 1818.
- > **Livslinien**, Hvis du har det svært kan det føre til selvmordstanker, og det er afgørende at du taler med nogen og får den rigtige hjælp og støtte. Livslinien er vant til at tale om selvmordstanker og forsøg og vil meget gerne hjælpe dig. Kontakt på tlf. 7020 1201 alle dage fra kl. 11-05 eller på mail skrivdet.dk.

Akut brug for hjælp

Hvis du er i akut fare, skal du:

- > Straks kontakte politiet på tlf.nr. 112 og fortælle dem dit navn, cpr.nr., hvor du befinder dig og hvad du frygter, vil ske.

Befinder du dig i lufthavnen i akut fare for at blive sendt ud af landet, kan du:

- > Kontakte politiet i lufthavnen.
- > Hvis du ikke kan komme til at kontakte politiet, fx fordi du bliver overvåget eller har fået frataget din mobil, kan du sige til en security-medarbejder, at du er i fare, når du går igennem sikkerhedskontrollen i lufthavnen i Danmark, hvorpå security-medarbejderne vil hjælpe dig i sikkerhed og kontakte Køge Kommune.

OVERSIGT OVER VIDENSPERSONER I KØGE KOMMUNE

Børn og unge under 18 år

Familiecenter Køge



Underretningsteamet på tlf.nr. 5667 2681
eller 2137 7949



Forebyggende rådgivere på [Køge Kommunes hjemmeside](#)

Voksne over 18 år

Se hvem du kan kontakte på www.koege.dk/videnspersoner