

Hvis noen har gjort et overgrep mot deg, har du rett til:

- å få hjelp
- å bli trodd
- å bli beskyttet mot nye overgrep

Hvis noe ulovlig har skjedd vil politiet undersøke saken.



Noen det kan være lurt å kontakte:

Hvis du eller noen andre trenger hjelp med én gang, kan du ringe:

Politi
112

Ambulanse
113

For å få hjelp og råd kan du også kontakte:

- Legevakten
- Voldtektsmottaket
- Statens Barnehus
- Krisesenteret
- Senter mot incest
- Habiliteringstjenesten

Du kan også ringe:

på telefon:

vernmotovergrep.bufdir.no

Vern mot overgrep

Noen kan hjelpe deg!



Du skal være trygg både hjemme og ute

Du har rett til:

- å slippe å være redd
- å ikke bli slått eller utsatt for overgrep
- å si nei til ting du ikke har lyst til
- å si nei til ting du ikke helt forstår

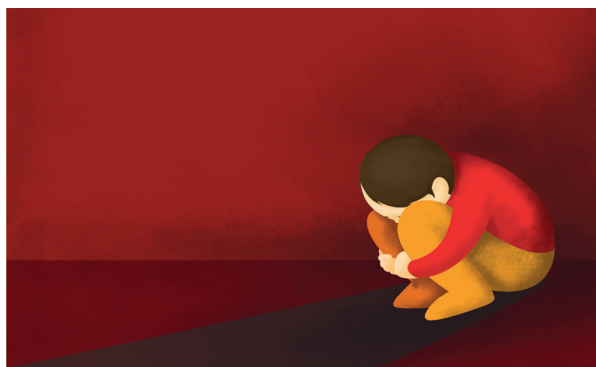
Det kan være vanskelig å vite hva som er galt og hva som er rett. Be om å få hjelp til å lære mer om dette.

Overgrep er ulovlig. Overgrep skal ikke skje med deg.

Det er forbudt:

- å beføle noen i skrittet eller brystene uten at du har sagt JA
- å vise pornofilmer til noen som ikke vil se på, eller til noen som er under 18 år
- å tvinge eller true noen til å ta på skrittet til andre
- å tvinge eller true noen til å ha sex
- å si at du skal ha sex hvis du ikke vil

Dette gjelder både menn og kvinner.



Gjør dette hvis du eller noen du kjenner har blitt utsatt for overgrep:

Da skal du fortelle det til noen du stoler på:

- som jobber der du bor eller der du arbeider
- noen i familien
- legen din

De som skal hjelpe kan finne informasjon på denne hjemmesiden vernmotovergrep.bufdir.no

Hvis du har meldt fra om overgrep, har du rett til:

- å bli trodd
- å få vite hva som vil skje videre
- å være trygg