

# Är du utsatt för våld?

Är du utsatt för övergrepp, nedlåtande beteende eller våld i en nära relation. Nedan finns kontaktuppgifter dit du kan vända dig anonymt. Även för dig som har ett annat modersmål än svenska.

Kvinnofridslinjen ger stöd till dig som utsatts för våld och hot

**020-50 50 50**

[Kvinnofridslinjen](#)

Kvinnojouren Nacka/Värmdö

**08-601 95 72**

[Mejl till Kvinnojouren Nacka Värmdö](#)

[Kvinnojouren Nacka Värmdö](#)

Alla kvinnors hus

**08-644 09 20**

[Mejl till Alla kvinnors hus](#)

[Alla kvinnors hus](#)

Riksorganisationen för kvinnojouren och tjejjourer i Sverige

**08-442 99 30**

[Mejl till Riksorganisationen för kvinnojouren och tjejjourer i Sverige](#)

[Riksorganisationen för kvinnojouren och tjejjourer i Sverige](#)

VOOV

Tillfälliga jourhem för djur för så våldsutsatta kan fly

[Tillfälligt jourhem för djur](#)

Om du har djur som inte kan vara på det skyddade boendet så kontaktar kvinnojouren, polisen eller socialtjänsten VOOV.