



TØNSBERG
KOMMUNE



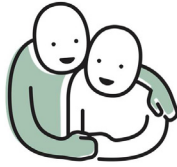
TryggEst.no
Bufdir

INFORMASJON

Du har rett til å være trygg



TryggEst – vern for risikoutsatte voksne
Informasjonsbrosjyre om kommunens **TryggEst**-team



Hva er TryggEst?

Blir du utsatt for vold eller overgrep, eller har du mistanke om at andre blir utsatt for det? Da bør du kontakte kommunens TryggEst-team.

TryggEst skal bidra til å forhindre, avdekke og håndtere vold og overgrep mot voksne som er i en sårbar livssituasjon.

Det kan være personer med

- funksjonsvariasjoner
- minoritetsbakgrunn
- psykiske vansker
- rusproblemer
- demens
- sykdom

Meldeplikt!

Alle har en selvstendig plikt til å melde fra til barneverntjenesten ved mistanke om at barn er utsatt for eller vitne til vold.

Hva bør du varsle om?



- **Fysisk vold:** Å påføre andre smerte ved slag, spark, dytting, lugging mm.
- **Psykisk vold:** Å utsette noen for negative holdninger og handlinger.
- **Seksuelle overgrep:** Å ta på noen på en måte de ikke liker eller å utføre seksuelle handlinger mot personens vilje.
- **Nettovergrep:** Å true, presse eller trakassere andre via digitale medier.
- **Økonomiske overgrep:** Når noen tar eller bruker andres penger eller eiendeler uten at de har rett til det.
- **Omsorgssvikt:** Når noen ikke blir ivaretatt og gitt den hjelpen de har behov for.

Du trenger ikke være sikker på at det du eller andre har opplevd er ulovlig. Det er uansett viktig at du melder fra. Du kan velge å være anonym.

TryggEst-teamet kan gi råd og veiledning og finne riktig hjelpetiltak for videre oppfølging.

Avvergeplikt!

Alle har en personlig plikt til å anmelde eller på annen måte avverge og hindre alvorlige forbrytelser.





TØNSBERG
KOMMUNE

Mer info på
nettsiden



TryggEst-telefonen er betjent hverdager.
Du kan ringe eller sende SMS: **90 58 05 45**

Andre viktige telefonnumre:

Ved behov for akutt hjelp:
Politi **112** | Ambulans **113**

Ved behov for akutt beskyttelse, samtaler, råd eller
veiledning, kontakt **Krisesenteret i Vestfold: 33 35 91 91**

Ved bekymring for barn:
Barneverntjenesten (dagtid): **33 40 61 50**
Barnevernvakta (kveld/helg): **33 31 02 03**



TryggEst.no
Bufdir



TØNSBERG
KOMMUNE

Tønsberg kommune

postmottak@tonsberg.kommune.no

Postboks 2410, 3110 Tønsberg

Telefon 33 40 60 00

www.tonsberg.kommune.no