

การวางแผนครอบครัว

และวิธีปฏิบัติเมื่อเกิดปัญหา



ในกรณีฉุกเฉิน

สามารถติดต่อขอความช่วยเหลือได้จากที่ใด

# การวางแผนครอบครัว

- สามารถติดต่อที่สถานบริการ  
สาธารณสุขใกล้บ้าน
- ศูนย์ให้คำปรึกษาเรื่องการคุมกำเนิด

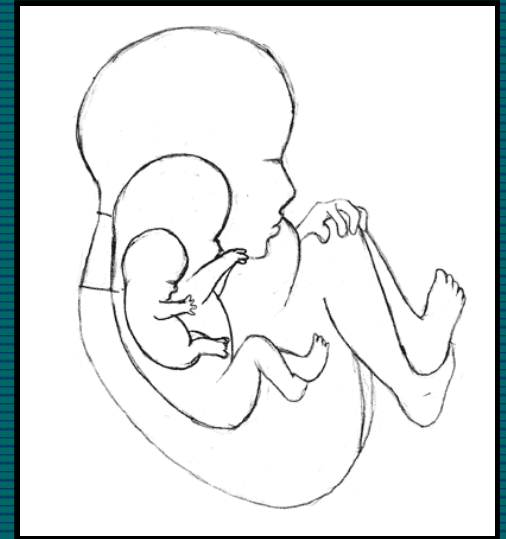
Toinen linja 4 C 00530 Helsinki

ขอนัดเวลา จันทร์-ศุกร์ 12.00-13-30 หมายเลขโทรศัพท์

**0131045566**



# การตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ หรือ ปัญหาขณะตั้งครรภ์



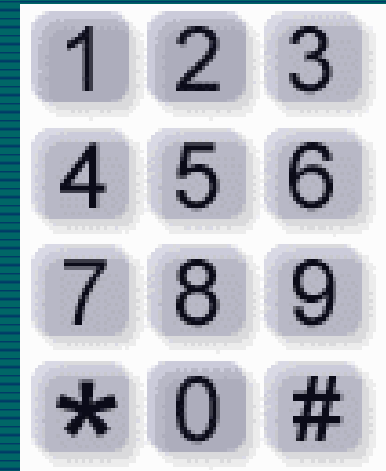
- ❑ ติดต่อที่สำนักงานบริการสาธารณสุขท้องถิ่น
- ❑ สามารถกระทำได้ภายใต้เหตุผลที่มีน้ำหนัก  
เช่นปัญหาทางสุขภาพของแม่ ของทารก ฯลฯ
- ❑ ขอรับคำปรึกษาจากจิตแพทย์ หรือนักจิตวิทยาได้ทั้งก่อนและภายหลังการ  
ทำแท้ง

# กรณีต้องการคำปรึกษาปัญหาครอบครัว (ในครอบครัวที่มีเด็กทารก)

- **Väestöliitto** มีเจ้าหน้าที่คอยให้คำปรึกษาแก่ครอบครัวที่มีบุตรที่ยังเล็ก เกี่ยวกับปัญหาต่างๆในชีวิตประจำวัน โดยให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์ อีเมล และการนัดพบรายตัว
- ทางโทรศัพท์ ทุกวัน จันทร์ 10.00-11.30 น.
- และทุกวันพุธ เวลา 13.00-14.30 น.

หมายเลข **09 6127102**

Email: [perheverkko@vaestoliitto.fi](mailto:perheverkko@vaestoliitto.fi)



# การแจ้งเหตุ ที่หมายเลขฉุกเฉิน

- หมายเลข **112** (ไม่เสียค่าบริการโทรศัพท์)

- บอกรายละเอียดว่าเกิดอะไรขึ้น และที่ไหน

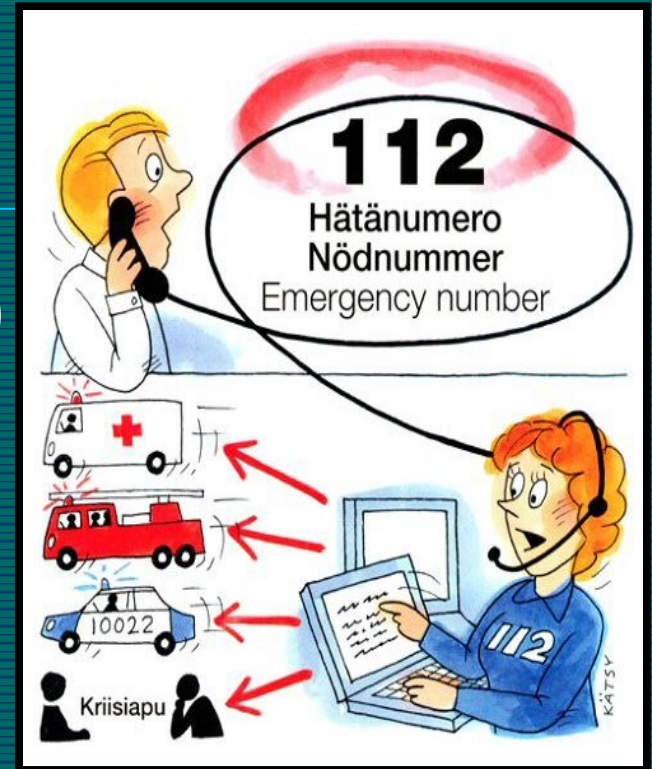
- ตอบคำถามของเจ้าหน้าที่ อย่างซื่อๆ

เจ้าหน้าที่จะรีบส่งคนมาช่วยเหลือหากจำเป็น

- ฟังคำแนะนำและปฏิบัติตาม

- อย่าวางสายจนกว่าเจ้าหน้าที่จะอนุญาต

- อย่าเพิ่งโทรออกไปยังสายอื่นทันที เพราะเจ้าหน้าที่อาจติดต่อกลับมา



# ปัญหาความรุนแรงในครอบครัว



- เมื่อถูกทำร้าย ต้องการติดต่อขอความช่วยเหลือเร่งด่วน โทร **112**
- ไปพบแพทย์เพื่อตรวจรักษาและรับใบรับรองแพทย์เพื่อการแจ้งความ
- ติดต่อที่บ้านพักฉุกเฉินหากต้องการที่พัก **09 4777 180**
- สายด่วนของสำนักงานสังคมสงเคราะห์ **0206 96006**
- สายด่วนสำหรับสตรีต่างชาติ **09 2243 0250**
- แนะนำปัญหากรณีถูกทำร้ายสำหรับสตรี  
**Naistenlinja 0800 02400**

# เมื่อต้องการแจ้งความคดีอาญาถูกทำร้ายร่างกาย ฯลฯ

- เมื่อไปแจ้งความที่สถานีตำรวจ  
สามารถแจ้งความจำนงขอล่ามแปลภาษาได้
- อธิบายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยละเอียด
- ข้อมูลของผู้กระทำผิด รูปพรรณสัณฐาน

ความสัมพันธ์กับผู้เสียหาย ฯลฯ

- เอกสารยืนยันจากแพทย์ ในกรณีที่บาดเจ็บ
- ตำรวจจะทำการลงบันทึกการแจ้งความเบื้องต้น และทำการสืบสวนในเบื้องต้น  
เรียกผู้กระทำผิดมาสอบสวนและรับทราบข้อกล่าวหาต่อไป
- หากต้องการแจ้งเพื่อให้ออกคำสั่งห้ามเข้าใกล้ หรือห้ามติดต่อกับผู้กระทำความผิด  
สามารถแจ้งได้



# ความช่วยเหลือสำหรับผู้เสียหายในคดีอาญา เรื่องเกี่ยวกับคดีความ

---

- หน่วยงาน **Rikosuhripäivystys** ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้เสียหายทางคดีอาญา ติดต่อหมายเลข **0203 16116** จันทร์ – ศุกร์ **15.00-18-00** น.
- สำนักงานที่ปรึกษาทางกฎหมาย ให้คำปรึกษาด้านกฎหมาย การดำเนินคดีในชั้นศาล

ในเขตเฮลซิงกิ **010 36 61820**

# กรณีอุกถ่วงละเมิดทางเพศ

- ❑ ถือเป็นคดีอาญา การข่มขืน คุกคามทางเพศ แม้จะเกิดภายในครอบครัว หรือจากคู่สมรสก็ถือเป็นความผิดตามกฎหมาย รวมทั้งการถูกคุกคามในที่ทำงาน สามารถขอความช่วยเหลือได้ จากหน่วยงานคุ้มครองลูกจ้าง
- ❑ สามารถปรึกษาหรือขอความช่วยเหลือจาก **Tukinainen**

หมายเลข **0800 97899**



ขอความช่วยเหลือ ขอคำสั่งห้ามเข้า

**miskielto**) โดยติดต่อ

ท้องถิ่น

# ปัญหาทางสุขภาพจิต โรคเครียดหรือซึมเศร้า



- เมื่อมีปัญหา หรือวิกฤตการณ์ในชีวิต ต้องการคำปรึกษา สามารถติดต่อขอรับบริการจากศูนย์บริการสาธารณสุขใกล้บ้าน
- หน่วยงาน **SOS** ให้ความช่วยเหลือชาวต่างชาติ  
หมายเลข **09 413 50501**
- สมาคมส่งเสริมสุขภาพจิตของฟินแลนด์  
หมายเลขฉุกเฉิน **0203 445 566**  
จันทร์ – ศุกร์ 9.00 – 6.00, เสาร์ 15.00 – 6.00 และ  
อาทิตย์ 15.00 – 22.00

# ปัญหาจากสุรา หรือสิ่งเสพติด

- ขอคำปรึกษา และรับการบำบัด โดยติดต่อไปที่  
**A Klinikka** ในแต่ละเมืองที่พำนักอยู่
- ใน เฮลซิงกิ มี 3 แห่ง
  - ใจกลางเมือง **Toinen linja 15** โทร. 09 72688080
  - เขตตะวันออก **Visbynkuja 2/ Lyypekinkuja 1**  
โทร. 09 32859320
  - ที่ **Malmi Hietakummuntie 16**
- มูลนิธิ **Irti huumeista ry** ช่วยเหลือเรื่องการบำบัดและเลิกยา  
**010 80 4550**



## ปัญหาอื่น ๆ เช่นปัญหาหนี้สิน

---

- สามารถรับคำปรึกษาเรื่องหนี้สิน ที่สำนักงานคุ้มครองผู้บริโภค หน่วยงานแนะนำเรื่องหนี้สินของแต่ละเมือง

velkaneuvo

ที่ Helsinki ที่ Hämeentie 31A ชั้น 4

โทร. 09 310 43887 จันทร์-ศุกร์ 9.00-12.00น.

# ปัญหาในกรณีไม่มีที่พักอาศัยในกรณีต่าง ๆ

---

- เมื่อถูกทำร้ายจากคู่สมรส และ ต้องการที่พักชั่วคราว

ติดต่อบ้านพักฉุกเฉินของเฮลซิงกิ **09 4777 180**

หรือ **Monika naiset 09 2243 0250**

- สตรีมีครรภ์ หรือมีลูกอ่อน ต้องการที่พักและความช่วยเหลือ

ติดต่อ **Ensikoti 09 7742 460**

- หน่วยงานทางศาสนา **Pelastusarmeija**

บ้านพักชั่วคราวสำหรับบุคคลไม่มีบ้าน **09 7743 1330**

# กรณีบุคคลใกล้ชิดเสียชีวิต

---

- ❑ ติดต่อขอรับความช่วยเหลือเบื้องต้นจากศูนย์บริการครอบครัว
- ❑ หากเสียชีวิตฉับพลันให้แจ้งเจ้าหน้าที่ตำรวจ เพื่อมาพิสูจน์สาเหตุการเสียชีวิต
- ❑ ติดต่อไปยัง **Kela** เพื่อรับคำแนะนำด้านเงินบำนาญ และเงินช่วยเหลือในการยังชีพเบื้องต้น