

# Mistä saan apua ja tukea?

- **Koulussa:** kuraattori, hyvinvointitutor, terkkari ym.
- **Lastensuojelun ohjaus ja neuvonta**
- **Nuorten Matala**
- **Perheneuvola**
- **Nuorisopsykiatrian poliklinikka**
- **Nuorisopalvelut**
- **Yleinen hätänumero 112**
- **Poikienpuhelin**
- **Tyttöjentalo**
- **Poikien talo** (myös jos oma seksuaalisuus aiheuttaa huolta esim. kiinnostusta lapsiin)
- **Sexpo** (jos oma seksuaalisuus aiheuttaa huolta esim. kiinnostusta lapsiin)
- **Mannerheimin lastensuojeluliitto**
- **Rikosuhripäivystys**

# Chat

- [tyttojentalo.fi/tyttojen-talo](http://tyttojentalo.fi/tyttojen-talo)
- [poikientalo.fi/](http://poikientalo.fi/)
- [nuortenexit.fi/](http://nuortenexit.fi/)
- [nuoret.riku.fi/](http://nuoret.riku.fi/)
- [nuortennetti.fi](http://nuortennetti.fi)
- [normaali.fi](http://normaali.fi)
- [vaestoliitto.fi/nuoret/](http://vaestoliitto.fi/nuoret/)
- [sekasin247.fi/](http://sekasin247.fi/)