



## Helsingfors Tyttöjen Talo

Tyttöjen Talo är öppet måndagar och tisdagar mellan kl. 15-19. Vi erbjuder en trygg och trevlig vardagsrumsmiljö, dit du kan komma för att göra läxor, lyssna på musik, diskutera, spela spel och träffa andra flickor och kvinnor. Vi ordnar gemensamma temkvällar torsdagar kl. 15-17.30. Tyttöjen Talo välkomnar alla flickor och kvinnor, och de som upplever sig höra till denna grupp. För dig som är mellan 10-29 år.

I kaféet finns att köpa olika mellanmål, kaffe och te. Du kan även ta med dig eget mellanmål och värma i vårt kök. På Tyttöjen Talo finns alltid handledare, och frivilliga så kallade "stora systrar" som håller dig sällskap.

### Hobbygrupper

Vi erbjuder hobbygrupper av olika slag, bland annat dans-, matlagnings-, och handarbetsgrupper. De öppna grupperna är gratis och du kan gå med när som helst. De andra grupperna kostar en slant, men första gången får du prova gratis.

Dessutom håller vi slutna referensgrupper för flickor och kvinnor i liknande livssituation, samt individuella stödsamtal för den som behöver.

### KONTAKT

Helsingin Tyttöjen Talo  
Tavastvägen 13, 4:e vån.  
00530 Helsingfors  
[www.tyttojentalo.fi](http://www.tyttojentalo.fi)

Tel: 050 9111370

(vi svarar då vi har öppet dvs. må, ti 15-19, to 15-17.30)

e-post: [tyttojentalo@tyttojentalo.fi](mailto:tyttojentalo@tyttojentalo.fi)

Ingång från Tavastvägen. Tryck på summern inne  
intill hissen, så sänder vi ner hissen åt dig. Hinderfri  
ingång via innergården.



### Pop-in reception

Till pop-in receptionen kan man komma utan att boka tid. Tjänsten är konfidentiell och gratis. Pop-in är öppet måndagar, tisdagar och torsdagar mellan kl. 15-17. Här kan man diskutera t.ex. könssjukdomar, parförhållande, kropp och känslor. Du kan även göra klamydia- eller graviditetstest, få akutpreventivmedel och kondomer. Vi erbjuder sexualundervisning via skolor runt om i Helsingfors samt fortbildning.

### Sexuellt våld

I Tyttöjen Talo kan du delta i en referensgrupp eller få individuellt stöd om du blivit utsatt för sexuellt våld. Till sexuellt våld hör exempelvis att bli pressad eller tvingad till att göra något man inte har lust med. Sexuellt våld kan även förekomma på nätet. Det är viktigt att bearbeta dessa erfarenheter med en trygg professionell. Stöd fås vid behov i brotts- och rättsprocesser. Tjänsterna erbjuds för flickor och kvinnor i åldern 13-29 år.

### Frivilligt arbete

Våra frivilliga kallas för ”stora systrar” och deltar i husets aktiviteter på olika sätt. Denna verksamhet är tänkt för vuxna kvinnor som vill vara med och bidra utgående från sina styrkor och möjligheter. Alla frivilliga genomgår en kort utbildning.

### Mångkulturellt arbete

Oavsett din kulturella eller etniska bakgrund är du välkommen till Tyttöjen Talo, precis som du är. Att växa upp som flicka eller kvinna i en mångkulturell miljö är inte alltid lätt. På Tyttöjen Talo funderar vi tillsammans på olika utmaningar och möjligheter gällande kulturell mångfald. Vi erbjuder stöd- och referensgrupper, samt möjlighet att delta i olika mångkulturella och antirasistiska evenemang.

### Unga mammor

Verksamhet menad för mammor eller gravida under 21 år. Vi erbjuder stöd och hjälp i vardagens situationer samt referensgrupper där du får träffa andra i samma livssituation. Individuella möten med en professionell är också möjligt.