

Angeleitete Gruppe für Frauen nach sexualisierter Gewalt



Gewalt jeglicher Art hinterlässt Spuren. Häufig entwickelt das Gehirn eine Taktik, mit der Gewalt und den psychischen Verletzungen umzugehen und weiterzuleben. Doch irgendwann kommen die Erinnerungen wieder und es fällt oftmals schwer, in den Alltag zurück zu finden.

In der Gruppe erhalten Sie Informationen zum Thema sexualisierte Gewalt und den daraus resultierenden Folgen. Mit angeleiteten kreativen Übungen werden Wege aufgezeigt, Ihre eigene Stärke wiederzufinden und alltagstaugliche Lösungen zu entwickeln.

Wenn Sie zudem einen sicheren Ort zum Austausch und Kontakt mit Frauen, die Ähnliches erlebt haben, suchen und Neues ausprobieren möchten, sind Sie herzlich willkommen!

Das Angebot umfasst zehn Termine und findet wöchentlich in den Räumen des SKFM Mettmann statt.

Weitere Informationen:

SKFM Mettmann e.V.
Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt
für den Kreis Mettmann

Tel: 02104 1419-226

Mail: sexualisiertegewalt@skfm-mettmann.de