

Austausch im sicheren Raum

SKFM will Betroffenen von Gewalt helfen

METTMANN. Gewalt jeglicher Art hinterlässt Spuren. Spuren, die nicht dauerhaft ignoriert oder verdeckt werden können. Häufig entwickelt das Gehirn zwar 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“, wissen Experten der Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt.

Und deshalb wollen sie ein Forum schaffen. Die von den Fachberaterinnen des Sozialdienstes Katholischer Frauen und Männer (SKFM) angeleitete Gruppe bietet von Gewalt betroffenen Frauen einen sicheren Raum, um mit Frauen, die Ähnliches erlebt haben, über ihre Erfahrungen zu spre-

chen. Die Teilnehmerinnen erhalten in dieser Runde Informationen zum Thema sexualisierte Gewalt und den daraus resultierenden Folgen. Mit kreativen Übungen werden Wege aufgezeigt, die eigene Stärke wiederzufinden sowie alltagstaugliche Lösungen zu entwickeln.

Das Angebot umfasst zehn Termine. Die Gruppe trifft sich wöchentlich ab Dienstag, 11. September, von 17 bis 19 Uhr in den Räumen des SKFM Mettmann, Neanderstraße 68-72. Weitere Informationen, Anmeldung und Vorgespräch beim SKFM Mettmann, Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt für den Kreis Mettmann, unter Telefon (0 21 04) 1 41 9-2 26 oder per E-Mail an sexualisiertegewalt@skfm-mettmann.de TTR