

Gemeinsam zu neuen Horizonten



**Selbsthilfegruppe für Betroffene
von häuslicher Gewalt**

Gemeinsam zu neuen Horizonten

In der Selbsthilfegruppe erhalten von häuslicher Gewalt betroffene Frauen jeden Alters und sozialen Hintergrundes die Möglichkeit in einem geschützten vertraulichem Rahmen über ihre Situation, ihre Geschichte mit häuslicher Gewalt zu sprechen.

Das Thema häusliche Gewalt ist eines, bei dem Frauen sich häufig schämen und sich nicht trauen, über ihre Erfahrungen zu reden.

Viele Frauen haben gute Strategien entwickelt, um ihre Situation zu Hause so gut es geht zu verheimlichen.

Je weniger über diese Sache gesprochen wird, umso mehr wird sie totgeschwiegen.

Je mehr darüber gesprochen wird, umso stärker rückt das Thema in den öffentlichen wie den privaten Fokus.

In der Selbsthilfegruppe können Betroffene:

- Mut finden über das Erlebte zu sprechen
- Erfahrungen im Umgang mit häuslicher Gewalt austauschen
- Unterstützung bieten und Hilfen annehmen
- wichtige Informationen erhalten

Frauen, die Gewalt erleben oder erlebt haben, sind Expertinnen in eigener Sache.

Statt alleine sprachlos, hilflos, passiv und ein Opfer zu sein, wollen wir in der Gruppe gemeinsam kraftvoll, ausdrucksstark und selbstbewusst werden, dazu sollen sich alle mit ihren persönlichen Erfahrungen, Fähigkeiten und Stärken aktiv einbringen.

Die Gruppe trifft sich jeden zweiten Montag um 17 Uhr nach Absprache in der Braunschweiger Innenstadt.

Interessierte können sich bei der Initiatorin Hiam unter Tel. 0152-25 85 20 89

oder info@bilmati.de

melden und informieren.

