

# Du är inte ensam!

Har du varit utsatt för sexuella övergrepp i barndomen?

Nu öppnar vi stödgrupp i Varberg, för vuxna kvinnor som har varit utsatta för incest eller andra sexuella övergrepp i barndomen.

Stödgrupperna träffas regelbundet och tiden ägnas åt samtalsrundor där deltagarna pratar om sina egna erfarenheter. Syftet är att bryta tystnaden och öva dig i att sätta ord på vad du har varit med om. I mötet med andra utsatta släpper också mycket av känslan av skam och skuld, vilket är stärkande och läkande. Våra grupper leds av en särskilt utbildad stödkvinna som har tystnadsplikt och du får självklart vara anonym om du vill.

Kontakta oss på [stod@rise-sverige.se](mailto:stod@rise-sverige.se) eller 08-677 00 75 för mer information.

*Rise - Riksföreningen stödcentrum mot incest och andra sexuella övergrepp i barndomen* är en ideell förening som startade 1981. Vi erbjuder stöd till vuxna som har utsatts för sexuella övergrepp i barndomen.

Läs mer på [www.rise-sverige.se](http://www.rise-sverige.se)

