

Kontakta oss på:

Telefon: 073-584 91 45

E-post: vagengruppen@hotmail.com

www.varmland.boj.se

Besök oss gärna på Drottninggatan 30
i Karlstad.

BROTTSOFFER
JOUREN
0200-21 20 19

Vi ger dig stöd

Är du en ung kvinna 14-21 år och
har varit utsatt för sexuellt våld?
Då kan Vågen vara något för dig.

Brottsofferjouren Värmland

Välkommen till Vågen

Vågen är en stödgrupp som vänder sig till dig som har varit utsatt för sexuellt våld.

I gruppen får du träffa andra med liknande erfarenheter.

Syftet är att du ska få strategier för att kunna hantera och i framtiden leva med det du har upplevt.

”träffa andra med liknande erfarenheter och prata”

Genom att delta i Vågen får du möjlighet att bearbeta det du har varit med om och hjälper även andra att göra detsamma.

Erfarenheten visar att utbytet med andra i liknande situation ökar chansen till ett bra mående efter utsatthet för sexuellt våld.

”i Vågen vill vi stärka din självkänsla”

Vi träffas en gång i veckan under två timmar. Tillsammans samtalar vi kring olika teman som har en koppling till det sexuella våldet.

Vi varvar samtal, övningar och studiebesök som tillsammans skapar en helhet. Givetvis bjuder vi på fika.

Gruppen leds av utbildade stödgruppsledare som har tystnadslöfte.