

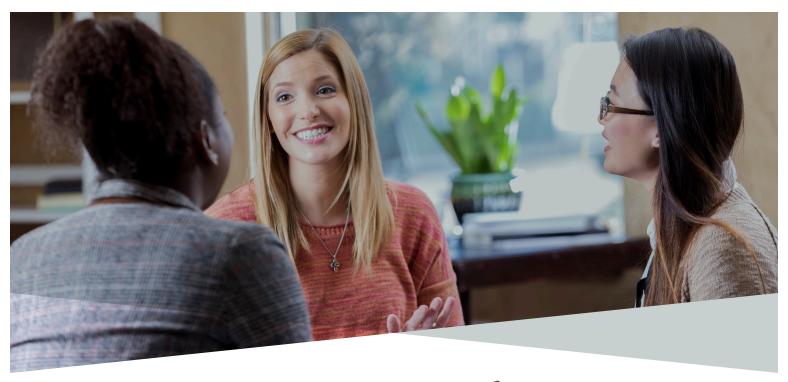
FINDING hope

Überlebende von sexuellem Missbrauch im Kindesalter erleben aufgrund ihres Übergriffs oft traumatische Folgen bis ins Erwachsenenalter. Zu diesen Auswirkungen können gehören: Angst, Depressionen, Flashbacks, Süchte, Entfremdung, Selbstmord.

Viele Überlebende finden Wege, mit dem erlittenen Missbrauch umzugehen. Diese Bewältigungsmechanismen können Dinge wie riskante Beziehungen, Alkohol- und Drogenmissbrauch, selbstverletzendes Verhalten usw. aufweisen. Diese Methoden können nicht nur ungesund, sondern auch erschöpfend sein. Nimm an einer "Finding Hope"-Selbsthilfegruppe teil und unterbreche diesen Teufelskreis. In unseren wöchentlichen Treffen lernst Du über die fünf Strategien der Hoffnung. Diese Strategien können Dir helfen zu lernen, wie Du mit den Auslösern umgehen und auf Deinem Weg der Genesung voranschreiten kannst.

DIESE GRUPPEN WERDEN VON ÜBERLEBENDEN FÜR ÜBERLEBENDE GEFÜHRT. DORT ERLEBST DU SICHERHEIT, GEMEINSCHAFT UND AUFKLÄRUNG MIT FRAUEN, DIE VERSTEHEN, WAS DU ERLEBT HAST.

Treffpunkt:	Datum:	_
Zoit	Kontakt	



FINDING hope

Überlebende von sexuellem Missbrauch im Kindesalter erleben aufgrund ihres Übergriffs oft traumatische Folgen bis ins Erwachsenenalter. Zu diesen Auswirkungen können gehören: Angst, Depressionen, Flashbacks, Süchte, Entfremdung, Selbstmord.

Viele Überlebende finden Wege, mit dem erlittenen Missbrauch umzugehen. Diese Bewältigungsmechanismen können Dinge wie riskante Beziehungen, Alkohol- und Drogenmissbrauch, selbstverletzendes Verhalten usw. aufweisen. Diese Methoden können nicht nur ungesund, sondern auch erschöpfend sein. Nimm an einer "Finding Hope"-Selbsthilfegruppe teil und unterbreche diesen Teufelskreis. In unseren wöchentlichen Treffen lernst Du über die fünf Strategien der Hoffnung. Diese Strategien können Dir helfen zu lernen, wie Du mit den Auslösern umgehen und auf Deinem Weg der Genesung voranschreiten kannst.

DIESE GRUPPEN WERDEN VON ÜBERLEBENDEN FÜR ÜBERLEBENDE GEFÜHRT. DORT ERLEBST DU SICHERHEIT, GEMEINSCHAFT UND AUFKLÄRUNG MIT FRAUEN, DIE VERSTEHEN, WAS DU ERLEBT HAST.

Treffpunkt:	Datum:
7ait:	Kontakt



FINDING hope

Überlebende von sexuellem Missbrauch im Kindesalter erleben aufgrund ihres Übergriffs oft traumatische Folgen bis ins Erwachsenenalter. Zu diesen Auswirkungen können gehören: Angst, Depressionen, Flashbacks, Süchte, Entfremdung, Selbstmord.

Viele Überlebende finden Wege, mit dem erlittenen Missbrauch umzugehen. Diese Bewältigungsmechanismen können Dinge wie riskante Beziehungen, Alkohol- und Drogenmissbrauch, selbstverletzendes Verhalten usw. aufweisen. Diese Methoden können nicht nur ungesund, sondern auch erschöpfend sein. Nimm an einer "Finding Hope"-Selbsthilfegruppe teil und unterbreche diesen Teufelskreis. In unseren wöchentlichen Treffen lernst Du über die fünf Strategien der Hoffnung. Diese Strategien können Dir helfen zu lernen, wie Du mit den Auslösern umgehen und auf Deinem Weg der Genesung voranschreiten kannst.

DIESE GRUPPEN WERDEN VON ÜBERLEBENDEN FÜR ÜBERLEBENDE GEFÜHRT. DORT ERLEBST DU SICHERHEIT, GEMEINSCHAFT UND AUFKLÄRUNG MIT FRAUEN, DIE VERSTEHEN, WAS DU ERLEBT HAST.

Treffpunkt:		Datum:
Zoit:	Kontakt:	