

Selbsthilfegruppe Betroffene von Häuslicher Gewalt



**Bist du Betroffene und möchtest dich lösen aus der Isolation? Komm zu uns, du bist nicht alleine!
Wir haben Ähnliches erlebt.**

Wir wissen wie es ist...

... mit dem Druck zu leben, sich nichts anmerken zu lassen gegenüber Freunden, Nachbarn und/oder im Job

... Beleidigungen, Drohungen, Abwertungen auszuhalten

... wenn die Kinder alles mitbekommen

... wenn du von ihm kontrolliert wirst

... wenn du aus irgendeinem «Grund» bestraft, gemassregelt und/oder körperlich angegriffen wirst

... wenn du verlernt hast, spontan eigene Entscheidungen zu treffen aus Angst vor weiteren Konflikten

... manchmal Angst um das eigene Leben zu haben und trotzdem nichts zu unternehmen

... wenn in guten Phasen alles Schlimme wieder vergessen ist und die Hoffnung bleibt, alles werde sich zum Besseren wenden

Treffen:

Diese Selbsthilfegruppe ist für Frauen die Häusliche Gewalt erleben oder erlebt haben. Wir tauschen uns aus und stärken uns gegenseitig. Hier kannst du erzählen, wie es dir wirklich geht.

Unsere Gruppe trifft sich regelmässig, alle zwei Wochen. Die Treffen erfolgen mit Unterstützung einer Beraterin der Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt Aarau.

Bei Bedarf wird auch eine Gruppe für Männer stattfinden.

Ort:

Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt, Ziegelrain 1, 5001 Aarau

Weitere Informationen zur Gruppe und Anmeldung

Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt (AHG)

Telefon: 062 550 20 20

info@ahg-aargau.ch