

Gi håp etter vold



Visste du at?

Det er en dokumentert sammenheng mellom voldsutøvelse og bruk av alkohol og andre rusmidler.

Vold i nære relasjon setter spor. Håp kan skape nye muligheter.

Vold rammer ikke bare i øyeblikket. For mange følger konsekvensene med lenge etterpå – i form av utrygghet, ensomhet, skam, angst og tap av tro på framtiden.

Veien videre handler om mer enn å komme seg bort fra volden. Den handler om å finne tilbake til trygghet, mestring og håp.

Ingen skal måtte gå den veien alene.

Hos **ATROP** møter vi hver dag mennesker som trenger støtte, fellesskap og nye muligheter. Gjennom samtaler, veiledning, mestringskurs, aktiviteter og trygge møteplasser bidrar vi til at mennesker utsatt for vold får styrken til å ta nye steg videre i livet.



HVA TRENGER MENNESKER ETTER VOLD?



Å BLI TRODD OG TATT PÅ ALVOR

For mange er det første og viktigste å møte noen som lytter.

- Anerkjennelse av det de har opplevd
- Mennesker som lytter uten å dømme
- Bekreftelse på at vold aldri er akseptabelt



EMOSJONELL OG PSYKISK STØTTE

Konsekvensene av vold kan vare lenge.

- Samtaler basert på erfaringskompetanse og fagkunnskap
- Mestringskurs og støttegrupper
- Fellesskap med andre i lignende situasjoner
- Hjelp til å håndtere frykt, skam, skyldfølelse, angst og traumer



PRAKTISK HJELP OG VEILEDNING, OG STØTTE I MØTE MED POLITIET OG RETTSAPPARATET

Det kan være vanskelig å finne fram i hjelpeapparatet. For mange som har opplevd vold, kan det være krevende og belastende å forholde seg til politi, advokater og rettsprosesser.

- Informasjon om rettigheter og hjelpetilbud
- Informasjon om rettigheter og muligheter for hjelp
- Støtte og veiledning før, under og etter kontakt med politiet
- Hjelp til å forstå prosesser i rettssystemet og støtte til å finne veien videre
- Trygghet og støtte i en sårbar og usikker situasjon
- Bistand til å finne relevant juridisk og offentlig hjelp



DIN GAVE GJØR EN FORSKJELL

Når du gir til ATROP, bidrar du til:

- ✓ Trygge møteplasser for mennesker utsatt for vold
- ✓ Samtaler og støtte i en krevende livssituasjon
- ✓ Fellesskap som motvirker ensomhet og utenforskap
- ✓ Mestringskurs som gir kunnskap og styrke til å komme videre
- ✓ Forebygging av isolasjon og de langvarige konsekvensene vold kan ha for psykisk helse og livskvalitet

*Et lite bidrag
kan være starten
på noe stort:*

**MER TRYGGHET,
MER MESTRING OG
TRO PÅ EN BEDRE
FRAMTID.**

Med din støtte kan du bidra til at en person utsatt for vold får tilgang til støtte gjennom samtaler og kunnskapsbaserte mestringskurs.

Ingen kan endre det som har skjedd.

Men sammen kan vi bidra til at flere får håp, styrke og nye muligheter.

*Gi håp etter vold. ♥
Gi en gave som gjør en forskjell.*

Vipps til

19605

ATROP

www.atrop.no