

**für Erwachsene mit
spezialisierte Fachberatung
für sexualisierte Gewalt in
Kindheit und Jugend**

Offene Sprechzeiten

Dienstag	13:00 - 15:00 Uhr
Donnerstag	09:00 - 11:00 Uhr

Sowie Termine nach Vereinbarung.

Grenzenlos e.V.

Rathausgasse 4
07743 Jena

Tel: 03641/232777

Mail: traumafachberatung@grenzenlos-jena.de

Web: www.grenzenlos-jena.de

Gefördert vom:

Freistaat
Thüringen



Ministerium
für Soziales, Gesundheit,
Arbeit und Familie



**Beratungsstelle
Seerose**

**Beratungsstelle
-Seerose-**

Traumafachberatung

Grenzenlos e.V.

Menschen, denen sexualisierte Gewalt widerfahren ist, entwickeln unterschiedliche Überlebens- und Bewältigungsmuster.

Das traumatische Erlebnis fordert nicht nur die individuellen Bewältigungsstrategien heraus, sondern beeinflusst auch, wie ein Mensch die Welt und seinen Platz darin versteht und einnehmen kann.

Die Erinnerungen an solche Ereignisse vergehen nicht von allein, sie müssen in das eigene Leben eingebunden werden. In unserer Beratung klären wir darüber auf, was bei einem Trauma in Körper und Seele geschieht.

Wir möchten das emotionale Erleben verstehbar machen. Weiterhin möchten wir Ihre Ressourcen stärken und mit Ihnen gemeinsam Wege für eine neue Lebensperspektive finden.



Unser Beratungsangebot:

- Wir hören Ihnen in einer ruhigen und sicheren Umgebung zu
- Wir unterstützen Sie dabei, Ihre Situation besser zu verstehen
- Wir klären mit Ihnen, ob Sie weitere Hilfe benötigen
- Wir zeigen Ihnen Möglichkeiten, sich zu stabilisieren und neu zu orientieren
- Wir unterstützen Sie bei der Beantragung von Hilfeleistungen aus dem Fond sexueller Missbrauch.

Unser Beratungsangebot richtet sich an alle erwachsenen Menschen, die unter den Folgen traumatischer Ereignisse leiden.

Wir beraten Sie gern.

Sie können uns telefonisch, per Mail oder über das Kontaktformular auf unserer Internetseite kontaktieren.