

# Opferberatung



eff-zett  
das fachzentrum

# Von häuslicher oder sexueller Gewalt betroffen – wir beraten Frauen, Männer und Jugendliche

## Ihr Anliegen: Gewalterfahrungen zur Sprache bringen

Immer wieder erfahren Frauen, Männer und Jugendliche Gewalt. Häusliche und sexuelle Gewalt sind ein massiver Einschnitt ins Leben. Es ist ein entscheidender Schritt für Sie, Ihre Erlebnisse und die damit verbundenen Gefühle wie Wut und Angst mitzuteilen, auch wenn die Tat schon lange zurückliegt.

## Unser Angebot

**Krisenintervention – wenn Gewalt gegenwärtig ist.** Ein einfühlsames Gespräch hilft nach akuten Gewalterfahrungen entstandene Verunsicherungen zu mildern und Stabilität für das weitere Vorgehen zu gewinnen. Im Zentrum steht die Erarbeitung von Schutzmassnahmen für Sie und allenfalls für Ihre Kinder sowie die Stärkung des Selbstvertrauens. Wenn Sie eine Strafanzeige machen möchten und/oder medizinische Hilfe brauchen – wir können Sie auf Wunsch beraten und begleiten.

**Stärkung des Selbstvertrauens** Gewalterfahrungen führen meist zu Ohnmachtsgefühlen. In Gesprächen zeigen wir Ihnen Wege auf, die es Ihnen ermöglichen, aus der Hilflosigkeit herauszukommen und den Alltag wieder zu meistern. Wir entwickeln mit Ihnen Strategien zum Selbstschutz und unterstützen Sie beim Aufbau eines gewaltfreien Beziehungsumfelds.

**Verarbeitung von Gewalterlebnissen** Die erfahrene Gewalt hinterlässt Spuren. Erinnerungen an das Erlebte können zu quälenden Gedanken werden. Wir helfen Ihnen bei der Verarbeitung des Erlebten und der Bewältigung von Folgen aus der erlittenen Gewalt. Bei Bedarf vermitteln wir erfahrene Psychotherapeut/innen.

**Rechte und finanzielle Ansprüche** Wir geben Ihnen Informationen zu Ihren Rechten und finanziellen Ansprüchen. Je nach Straftatbestand vermitteln wir für weitere Abklärungen juristische Fachhilfe.

### **Gut zu wissen**

Von Montag bis Freitag nehmen wir zu den üblichen Bürozeiten telefonisch Ihre Anmeldung für ein erstes Gespräch an. In Krisensituationen können Sie auch unangemeldet zu uns kommen. Wir beraten Sie ebenfalls via Telefon und E-Mail sowie anonym.

Wir stehen unter Schweigepflicht. Die Beratungen sind kostenlos.

**Rufen Sie uns an – wir sind für Sie da.**

Opferberatung

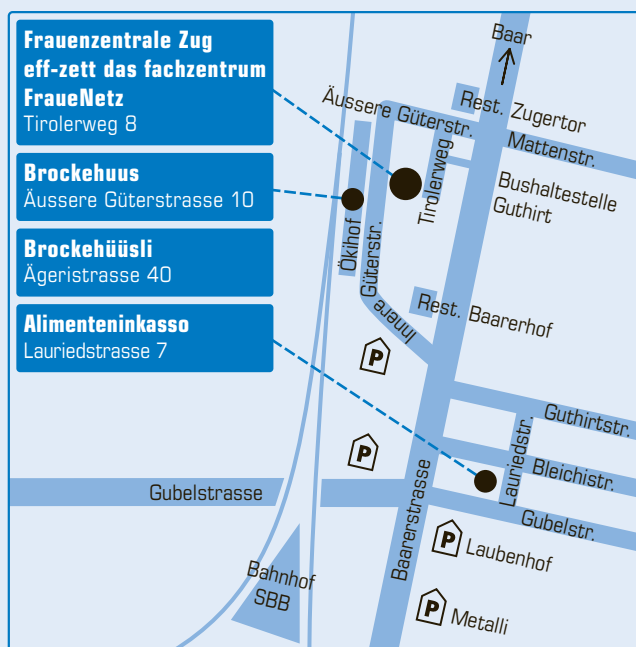
Tel. 041 725 26 50

opfer@eff-zett.ch  
www.eff-zett.ch

## Angebote des eff-zett:

- A Alimenteninkasso und Bevorschussung
- B Budgetberatung
- C Coaching Frau + Arbeit
- E Elternbildung
- K Kontaktstelle Selbsthilfe
- M Trennungs-, Scheidungs- und Familienmediation
- O Opferberatung
- P Paar- und Familienberatung
- R Rechtsberatung
- S Sexual- und Schwangerschaftsberatung

Ein Angebot der Frauenzentrale Zug



**eff-zett**  
das fachzentrum

Opferberatung

Tirolerweg 8  
CH-6300 Zug  
Tel. 041 725 26 50  
Fax 041 725 26 41  
opfer@eff-zett.ch  
www.eff-zett.ch