

Hjælp og rådgivning i forbindelse med seksuelle overgreb

I dette dokument finder du oplysninger om adresser og hjemmesider, hvor der er mulighed for at få rådgivning og hjælp i forbindelse med seksuelle overgreb.

Listen er opdelt efter hvilken målgruppe, der har brug for hjælpen. Da nogle tilbud dækker flere målgrupper vil der være gentagelser i listen.

Underretningspligt

Ved mistanke om seksuelle overgreb på et barn er man som borger forpligtet til at underrette kommunen og videregive de informationer man har.

Læs mere på Ankestyrelsens hjemmeside

<https://ast.dk/born-familie/hvad-handler-din-klage-om/underretninger>

Indhold

Børn og unge	2
Voksne	5
Pårørende.....	9
Børn og unge med seksuelt grænseoverskridende adfærd	11
Fagfolk	12

Børn og unge

Børnehusene er fem regionale centre i Danmark, der i forbindelse med mistanke eller viden om voldelige eller seksuelle overgreb på børn samler de relevante myndigheder under samme tag i et børnevenligt miljø. Børnehusene åbnede 1. oktober 2013 og drives af den kommune de ligger i, men betjener alle borgere i regionen. Det er fortsat den kommunale sagsbehandler, som koordinerer sagen i samarbejde med børnehuset. I nogle regioner har Børnehusene to fysiske adresser. Du kan læse mere generelt om Børnehusene her: <https://www.boernehuse.dk/>

Børnehus Hovedstaden København

Henrik Pontoppidans Vej 8
2200 København N
Telefon: 3317 3030
Mail: boernehushovedstaden@sof.kk.dk

Børnehus Hovedstaden Hillerød

Milnersvej 35b
3400 Hillerød
Telefon: 3317 3030
Mail: boernehushovedstaden@sof.kk.dk

Børnehus Midt

Marselis Boulevard 179
8000 Aarhus C
Telefon: 8940 1100

Mail: boernehusmidt@aarhus.dk

Børnehus Midt, Herning

Gl. Skolevej 76
7400 Herning
Telefon: 8940 1100

Mail: boernehusmidt@aarhus.dk

Børnehus Nord

Gemmavej 17B
9200 Aalborg SV
Telefon: 9982 3399
Mail: boernehusnord@aalborg.dk

Børnehus Sjælland

Troensevej 10
4700 Næstved
Telefon: 5588 3380
Mail: boernehussjaelland@naestved.dk

Børnehus Syd Odense

Sanderumvej 105
5250 Odense SV
Telefon: 6551 5868
Mail: boernehussyd@odense.dk

Børnehus Syd Esbjerg

Stormgade 55
6700 Esbjerg
Telefon: 6551 5868
Mail: boernehussyd@odense.dk

SISO – Videnscentret for Sociale Indsatser ved Vold og Overgreb mod Børn

SISO er det nationale videnscenter til bekæmpelse af vold og seksuelle overgreb mod børn. SISO er en del af Socialstyrelsen. Hjemmesiden indeholder faglig viden om vold og seksuelle overgreb mod børn. SISO tilbyder konsulentbistand både til kommuner via Indsatsteam Overgreb og til anbringelsessteder. Begge indsatser har til formål at styrke forebyggelse, tidlig opsporing og håndtering af overgreb mod børn og unge.

<https://socialstyrelsen.dk/born/overgreb/hjaelp-til-indsats>

Center for Seksuelle Overgreb, Børneteamet (0-15 år), Rigshospitalet

Tilbyder hjælp, rådgivning og samtaler til børn under 15 år, deres forældre, pårørende samt fagfolk og professionelle ved mistanke om, at et barn har været eller er udsat for seksuelle overgreb.

Telefon: 3545 3984

Telefontid: man-ons: 8.30-15, torsdag: 12-15, fredag 8.30-14

Ved akut henvendelse kan man kontakte børnemodtagelsen: 3545 4064

Mail: cso@rh.regionh.dk

Fremmøde for undersøgelser efter seksuelle overgreb:

Afsnit 5032

Opgang 5, 3.sal

Juliane Maries vej 6

2100 København Ø

<https://www.rigshospitalet.dk/afdelinger-og-klinikker/julianemarie/center-for-seksuelle-overgreb/Sider/default.aspx>

Center for Seksuelle Overgreb, Ungeteamet (over 15 år), Rigshospitalet

Tilbyder hjælp, rådgivning og samtaler til unge, deres forældre, pårørende, samt fagfolk og professionelle ved mistanke om, at et barn har været eller er udsat for seksuelle overgreb.

Se aktuelle kontaktmuligheder og åbningstider her:

<https://www.rigshospitalet.dk/afdelinger-og-klinikker/julianemarie/center-for-seksuelle-overgreb/unge-og-voksne/Sider/default.aspx>

Mail: cso@rh.regionh.dk

Fremmøde for undersøgelser efter seksuelle overgreb:

Afsnit 5032

Opgang 5, 3.sal

Juliane Maries vej 6

2100 København Ø

Psykologhuset for børn og unge

Henvielse til rådgivning, psykologisk behandling og undersøgelse i PsykologHuset for Børn og Unge sker udelukkende igennem sagsbehandleren i den lokale børnefamilieenhed under Borgercenter Børn og Unge. Forældre kan altså ikke selv få deres barn henvist, men er altid velkommen til at henvende sig med spørgsmål. Psykologhusets målgruppe er blandt andet børn med reaktioner efter traumatiske begivenheder, fx seksuelle overgreb, vold eller andre voldsomme begivenheder.

Telefon: 3317 2002

<https://phbu.kk.dk/artikel/information-til-for%C3%A6ldre>

Mail: phbu@sof.kk.dk

Børnetelefonen hos Børns Vilkår

Alle børn er velkomne hos Børnetelefonen, hvor der sidder specialtrænede frivillige, der alle har tilknytning til børne-/sundhedsområdet. Der er både en chat, en sms-rådgivning og en telefonlinje, hvor man kan få en anonym og gratis snak.

BørneTelefon: 116 111

Telefontid: Alle dage året rundt fra 11.00-23.00

<http://www.bornetelefonen.dk>

Nattelinjen fra 23.00-02.00

<https://bornetelefonen.dk/nattelinjen>

BørneChatten: <https://bornetelefonen.dk/chat>

SletDet, Red Barnets rådgivning om digitale sexkrænkelser

Alle børn, som har oplevet at krænkende informationer, billeder eller videoer er blevet delt uden samtykke online, kan få hjælp til at få slettet profiler, privat information og billed- eller videokopier. Der er vejledninger på hjemmesiden, samt mulighed forh telefonrådgivning, chat og skriftlig henvendelse.

Se åbningstider og kontaktmuligheder på <https://redbarnet.dk/sletdet>

SletDet telefonen på 2927 0101

Voksne

I satspuljeforliget for 2012 blev det besluttet at etablere et gratis, landsdækkende tilbud til voksne, der oplever senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen. Tilbuddet har form af tre behandlings- og rådgivningscentre. De nye centre baserer sig både på en frivillig og en professionel del. Alle tre steder tilbyder rådgivning, individuel behandling og gruppebehandling samt socialrådgivning.

Hjemmeside fælles for de tre centre: <https://csm-danmark.dk/>

Center for Seksuelt Misbrugte Øst (CSM Øst)

Rådgivning og behandling til voksne over 18 år med senfølger af seksuelle overgreb i barndommen og/eller ungdommen samt deres pårørende. CSM Øst henvender sig til borgere bosiddende i Region Hovedstaden samt Region Sjælland. Man kan både komme i kontakt telefonisk og ved at chatte.

CSM Øst

Behandling og frivilligindsats
Rathsacksvej 9
1862 Frederiksberg C
Administration 60 19 50 97
Centerleder 40 33 31 42
kontakt@csm-ost.dk

Center for Seksuelt Misbrugte Syd (CSM Syd)

Yder vi gratis professionel rådgivning og behandling af voksne mænd og kvinder bosiddende i Region Syddanmark, der i deres barndom eller ungdom har været udsat for incest eller andre former for seksuelle overgreb.

Administration 63 11 07 12
Centerleder 60 13 30 20
Generelt: post@csm-syd-behandling.dk

CSM Syd

Behandling
Mageløs 1, 2. sal tv.
5000 Odense C
63 11 07 12

Rådhuscentret 7

6500 Vojens
63 11 07 12

CSM Syd Frivilligsektion

Kongensgade 72, 1.
5000 Odense C
66 14 66 33

Center for Seksuelt Misbrugte Midt Nord (CSM Midt Nord)

Center for Seksuelt Misbrugte Midt Nord tilbyder gratis psykologisk behandling og terapi og frivillig rådgivning og socialrådgivning til mænd og kvinder fra 18 år og derover i Region Midt og Region Nord.

Behandlingssektionen 20 22 45 80

Frivilligsektionen 51 19 99 50

Generelt: csm@csm-midtnord.dk

Centerleder 29 16 76 96

CSM Midt Nord

Behandling

Frederiksgade 79, st.tv.

8000 Aarhus C

20 22 45 80

Frivilligsektion

Skolebakken 5

8000 Aarhus C

51 19 99 50

Tilskud fra sygesikringen

Personer, der inden det fyldte 18. år har været udsat for incest eller andre seksuelle overgreb, kan modtage tilskud fra sygesikringen til maksimalt 12 konsultationer. Tilskuddet dækker 60 % af psykologens honorar. Det kræver en henvisning fra egen læge for at få tilskud.

<http://psykologkontakt.dk/information>

<https://www.sundhed.dk/borger/behandling-og-rettigheder/sygesikring-og-laegevalg/gratis-behandling-og-tilskud/psykologhjaelp/>

Joan-Søstre

Kvindepolitisk organisation, der tilbyder gratis og anonym telefonrådgivning til kvinder, der har været udsat for vold, voldtægt, incest og seksuel chikane. Joan-Søstre tilbyder også samtalegrupper. Desuden er muligt at henvende sig personligt på deres adresse.

København

Telefon: 3314 7484

Telefontid: man og tors: 18.00-20.30

Adresse: Danner, Nansensgade 1,
1366 København K

Åben rådgivning uden tidsbestilling.

<http://www.joan-soestrene.dk/>

Mail: mail@joan-soestrene.dk

Aarhus

Telefon: 4030 4212

Adresse: Klosterport 5, kld. th., 8000 Aarhus C

<http://www.joansoestreneaarhus.dk>

Mail: Kontakt dem via hjemmeside:

<http://joansoestreneaarhus.dk/kontakt/>

KRIS – Kristen Terapi og Rådgivning for Incestofre og Seksuelt misbrugte

KRIS tilbyder hjælp ud fra kristne værdier til alle, der har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen, hvad enten man er kristen, har en anden religion eller slet ikke er religiøs.

KRIS Midt- og Vestjylland

Bredgade 55
7400 Herning
Telefon: 2970 2305

<http://kris-dk.dk/>

Mail: kris@kris-dk.dk

Kvisten – Center for Personer Udsat for Seksuelle Overgreb

Center for personer, der har været udsat for seksuelle overgreb, samt for deres pårørende. Der tilbydes terapi i følgende byer: Frederikshavn, Hjørring, Pandrup, Brønderslev, Aalborg, Thisted, Størring, Nykøbing Mors, Struer, Skive, Bjerringbro, Viborg, Randers, Holstebro, Herning, Hobro, Hammel, Horsens, Nr. Snede, Odense, Svendborg, Kalundborg, Silkeborg, Århus, Varde, Grindsted, Kolding og København.

Kvisten tilbyder desuden mulighed for at deltage i kønsopdelte samtalegrupper.

Hovednummer: 8844 8140
Telefontid: man-tors: 10-14
Telefonrådgivning for kvinder: 6133 1033
Telefonrådgivning for mænd: 6133 4400
Telefontid for både mænd og kvinder: tirs: 17.00-20.00

<http://www.kvistene.dk/>

Mail: info@kvistene.dk

FrejaCentret – lokaler i Esbjerg, telefonrådgivning i hele landet

Støttecenter for seksuelt krænkede, der tilbyder gratis rådgivning, terapi, bisiddervirksomhed og fællesarrangementer. Pårørende er også velkomne til at henvende sig.

Telefon: 7512 9997/4222 4325
Telefontid: man-onsdag 13.00-15.00

<http://www.freja-center.dk/>

Mail: kontakt@freja-center.dk

Ringer man uden for telefontid ved akutte tilfælde kan man få henvist et andet kontakt nummer.

Klinik for Incestterapi – Særligt for mænd - København

Psykoteraeutisk klinik, der har specialiseret sig i terapi med mænd, der er blevet seksuelt misbrugt.

Telefon: 2068 0075 / 2860 5276

<http://incestterapi.dk/>

Spor – Landsforeningen for voksne med senfølger af seksuelle overgreb

Bruger- og interesseorganisation til og for voksne med senfølger af seksuelle overgreb i barndommen og ungdommen. Arbejder for at udbrede viden om overgreb senfølger af overgreb. De har også en kontaktiliste til støttecentre i hele landet. Arrangerer også Synlighedsdagen i uge 38, der er en temadag, der sætter fokus på seksuelle overgreb samt senfølger heraf.

<http://www.landsforeningen-spor.dk/>

<http://www.synlighedsdagen.dk/>

Mail: kontakt@landsforeningen-spor.dk

Pårørende

SISO – Videnscentret for Sociale Indsatser ved Vold og Overgreb mod Børn

SISO er det nationale videnscenter til bekæmpelse af vold og seksuelle overgreb mod børn. SISO er en del af Socialstyrelsen. Hjemmesiden indeholder faglig viden om vold og seksuelle overgreb mod børn. SISO tilbyder konsulentbistand både til kommuner via Indsatsteam Overgreb og til anbringelsessteder. Begge indsatser har til formål at styrke forebyggelse, tidlig opsporing og håndtering af overgreb mod børn og unge.

<https://socialstyrelsen.dk/born/overgreb/hjaelp-til-indsats>

Landsforeningen Børn og Samvær

Tilbyder juridisk rådgivning i komplicerede samværsager, herunder i sager, der involverer seksuelle overgreb.

<http://www.boernogsamvaer.dk/>

Mail: post@boernogsamvaer.dk

Center for Seksuelle Overgreb, Børneteamet (0-15 år), Rigshospitalet

Tilbyder hjælp, rådgivning og samtaler til børn op til 15 år, deres forældre, pårørende samt fagfolk og professionelle ved mistanke om, at et barn har været eller er udsat for seksuelle overgreb.

Telefon: 3545 3984

Telefontid: man-fre: 09.00-12.00, tors: 12.00-14.00

Ved akut henvendelse kan man kontakte børnemodtagelsen: 3545 4064

Mail: cso@rh.regionh.dk

<https://www.rigshospitalet.dk/afdelinger-og-klinikker/julianemarie/center-for-seksuelle-overgreb/Sider/default.aspx>

KRIS – Kristen Terapi og Rådgivning for Incestofre og Seksuelt misbrugte

KRIS tilbyder hjælp ud fra kristne værdier til alle, der har været udsat for seksuelle overgreb i barndommen, hvad enten man er kristen, har en anden religion eller slet ikke er religiøs. Der har tidligere været afdelinger i Næstved og Aarhus, men nu findes KRIS kun i Herning.

[KRIS Midt- og Vestjylland](#)

Bredgade 55

7400 Herning

Telefon: 2970 2305

<http://kris-dk.dk/>

Mail: kris@kris-dk.dk

Kvisten – Center for Personer Udsat for Seksuelle Overgreb

Center for personer, der har været udsat for seksuelle overgreb, samt for deres pårørende. Der tilbydes terapi i følgende byer: Frederikshavn, Hjørring, Pandrup, Brønderslev, Aalborg, Thisted, Størring, Nykøbing Mors, Struer, Skive, Bjerringbro, Viborg, Randers, Holstebro, Herning, Silkeborg, Århus, Varde, Grindsted, Kolding, Vordingborg og København. Kvisten tilbyder desuden mulighed for at deltage i kønsopdelte samtalegrupper.

Hovednummer: 8844 8140

Telefontid: tirs: 17.00-20.00

<http://www.kvistene.dk/>

Mail: info@kvistene.dk

Psykologhuset for børn og unge

Henvielse til rådgivning, psykologisk behandling og undersøgelse i PsykologHuset for Børn og Unge sker udelukkende igennem sagsbehandleren i den lokale børnefamilieenhed under Borgercenter Børn og Unge. Forældre kan altså ikke selv få deres barn henvist, men er altid velkommen til at henvende sig med spørgsmål. Psykologhusets målgruppe er blandt andet børn med reaktioner efter traumatiske begivenheder, fx seksuelle overgreb, vold eller andre voldsomme begivenheder.

Telefon: 3317 2002

<https://phbu.kk.dk/artikel/information-til-for%C3%A6ldre>

Mail: phbu@sof.kk.dk

Børn og unge med seksuelt grænseoverskridende adfærd

Gennem regeringens Overgrebspakke er der bevilget midler til tre behandlingsenheder, der skal tilbyde hjælp til børn og unge med seksuelt bekymrende eller krænkende adfærd. Centrene tilbyder desuden hjælp til fagfolk, der beskæftiger sig med de henviste børn. Hjælpen ydes i tæt samarbejde med socialforvaltningen, skoler, institutioner og andre professionelle instanser. De tre landsdækkende enheder er:

Janus Centret

Et udrednings – og behandlingstilbud til børn og unge med seksuelle adfærdsproblemer, samt deres familier og ofre.

Janus Centret har kontorer både i København og i Odense

Telefon: 3369 0369

<http://januscentret.dk/>

Besøgsadresse København:

JanusCentret

Bryggervangen 55, 4.sal

2100 København Ø

Besøgsadresse Odense:

JanusCentret

Vestergade 48, 4. th.

5000 Odense C

JanusCentret har desuden udviklet et såkaldt BekymringsBarometer til professionelle.

http://januscentret.dk/wp-content/uploads/Januscentret_bekymringsbarometer_online.pdf

Projekt Seba

Rådgivnings- og Behandlingshuset,

Bisgårdsvej 12

9200 Aalborg SV.

Telefon: 3199 0494

<http://seba.aalborg.dk/>

Projekt Juno

Projekt Juno er en del af Rådgivningscentret, hvor også Børnehus Midt har adresse.

Marselis Boulevard 179

8000 Aarhus C

Telefon: 89401100

<https://raadgivningscentret.aarhus.dk/om-os/#1>

Mail: rc@msb.aarhus.dk

Fagfolk

SISO – Videnscentret for Sociale Indsatser ved Vold og Overgreb mod Børn

SISO er det nationale videnscenter til bekæmpelse af vold og seksuelle overgreb mod børn. SISO er en del af Socialstyrelsen. Hjemmesiden indeholder faglig viden om vold og seksuelle overgreb mod børn. SISO tilbyder konsulentbistand både til kommuner via Indsatsteam Overgreb og til anbringelsessteder. Begge indsatser har til formål at styrke forebyggelse, tidlig opsporing og håndtering af overgreb mod børn og unge.

<https://socialstyrelsen.dk/born/overgreb/hjaelp-til-indsats>

Nordisk Forening mod Børnemishandling og Omsorgssvigt

Forening, der arbejder for at fremme erfaringsudveksling mellem fagfolk og professionelle, der arbejder med børn og unge, der udsættes for psykisk og fysisk mishandling, seksuelle overgreb og omsorgssvigt.

<http://www.nfbo.org>

Til dig med seksuelle tanker om børn

For voksne: Bryd Cirklen

Hjemmeside, der oplyser om anonyme behandlings- og rådgivningsmuligheder, hvis man som voksen har seksuelle tanker og fantasier og/eller seksuel grænseoverskridende adfærd over for børn. Siden varetages af Sexologisk Klinik på Rigshospitalet og har også en telefonrådgivning, hvor man anonymt kan få hjælp af en sexolog.

Telefon: 6590 9909

Telefontid: tirsdag: 16-18, torsdag kl 10-12

www.brydcirklen.dk