Alle våre tilbud er gratis
Du trenger ingen henvisning
Hos oss kan du være anonym
Vi har taushetsplikt.

Brukere ved senteret
møtes med respekt
og likeverd, og vi har et
inkluderende tilbud
for alle.

Sammen finner vi
veien videre.

Våre tilbud til brukere:

Enesamtaler
Gruppesamtaler
Gruppeaktiviteter
Åpent hus
Telefonvakt
Advokathjelp

Du finner mer
informasjon om oss
og vårt tilbud på
nokoslo.no

Nok.
Oslo

Akersgata 1.
4.etasje, 0158 Oslo
tel: 23 31 46 50
e-post: post@nokoslo.no

Støttet av Oslo kommune

Oslo Extra Large
En by for alle

Oslo

Nok.

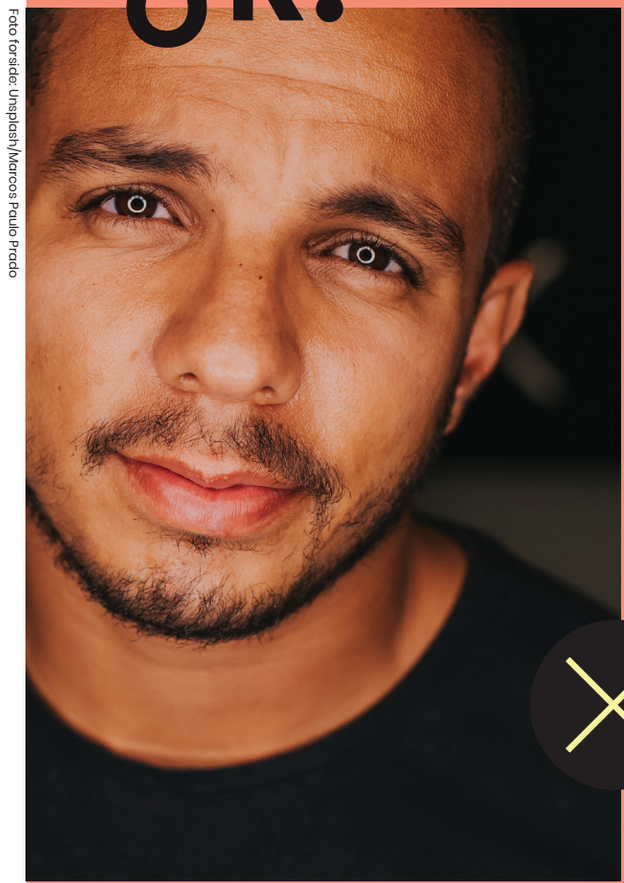

Foto forside: Unsplash/Marcos Paulo Prado

Ingen skal bli utsatt for seksuelle overgrep.

Visste du at mer enn en 1 av 5 kvinner og 1 av 10 menn i Norge oppgir å ha blitt utsatt for en form for seksuelle overgrep før fylte 18 år?

Ingen skal bli utsatt for seksuelle overgrep.

Likevel skjer det.
Derfor er vi her.

Foto: Unsplash/Ravi Patel og Zachary Kyra Derksen

Nok. Oslo - Senter mot incest og seksuelle overgrep er et gratis hjelpetilbud for deg som er utsatt for incest og seksuelle overgrep som barn/ungdom, og for deg som er pårørende.

Vi er også en fagressurs som tilbyr veiledning og undervisning til lærere, helsepersonell og øvrige fagpersoner i spørsmål som omhandler incest og seksuelle overgrep.

Vi kan ikke fjerne det vonde, men vi kan bidra til å finne en måte å leve med det. Med omsorg, tålmodighet, raushet og faglig trygghet hjelper vi med å bearbeide det som har hendt og med å rydde opp i det som er vanskelig.