

# Nok.

## Ressurssentrene mot seksuelle overgrep

Informasjon til instanser som har samarbeidsavtaler eller skal inngå samarbeidsavtale med et Nok.-senter

# Nok.

Elverum

### Hva er Nok.-sentrene?

**Nok.-sentrene er lavterskel fagressurs og hjelpetilbud til utsatte for seksuelle overgrep, pårørende og fagpersoner.**

Nok.-sentrene inngår i et faglig nettverk med femten sentre over hele landet, og jobber etter prinsippet om hjelp til selvhjelp.

Med 3000 årlige brukere er vi en viktig del av hjelpeapparatet for utsatte for seksuelle overgrep og deres pårørende.

Ansatte på sentrene har formell spisskompetanse på seksuelle overgrep og traumereaksjoner og har lang erfaring med å hjelpe og veilede. RVTS er faglig utviklingsorgan for de ansatte.

Hovedtilbudet på sentrene er individuell oppfølging via samtaler for utsatte og pårørende. De fleste sentrene har også tilbud om ulike terapeutiske gruppetilbud. Driften reguleres av Bufdir, som også fører statistikk over bruk av sentrene.



### Seksuelle overgrep

1 av 3 kvinner og 1 av 10 menn blir utsatt for seksuelle overgrep i løpet av livet. Det finnes utsatte i alle norske kommuner.

Seksuelle overgrep kan ha store konsekvenser for den enkelte, og koste samfunnet mye. Mange av de mest alvorlige overgrepene skjer med barn og unge under 18 år.

Den samfunnsøkonomiske kostnaden av vold og overgrep i en enkelt norsk kommune i 2022 var på 1,9 mrd kroner i tapt arbeidsfortjeneste, sykmeldinger og livskvalitet.

### Nok.-senterene løser oppgaver i samfunnet

Det krever mye av den enkelte kommune, og store instanser å ha god nok og oppdatert kompetanse på seksuelle overgrep i sitt hjelpeapparat eller støtteressurs.

Riksrevisjonen viste i 2022 at kunnskap om vold og overgrep er en av de største utfordringene for å gi hjelp til utsatte i feks kommunene.

Vi mottar mange henvendelser fra fagpersoner overalt. Vi svarer blant annet helsesykepleiere, fastleger, sosionomer, rektorer og lærere på spørsmål i saker om overgrep og bidrar i planarbeid.

### En ubyråkratisk og effektiv modell

Sentrene drives med kommunal og statlig støtte. En krone i driftstilskudd fra stat eller kommune utløser fire kroner i statlig tilskudd.

For instansene er en avtale med et Nok.-senter en ubyråkratisk og kostnadseffektiv måte å tilby hjelp for det vi vet er et stort problem for mange.

Sentrene har avtaler med mange av kommunene i et område. Dette sikrer et bedre tilbud til utsatte, og bedre bistand til kommunes hjelpeapparat enn den enkelte kommunen kan gi alene.



Lavterskeltilbudet vårt supplerer og avlaster støtteapparatets egne hjelpetjenester, og bidrar slik til å forebygge nye seksuelle overgrep.



Se mer om tilbudet til sentrene på [www.noksentrene.no](http://www.noksentrene.no)