



ZARTBITTER MÜNSTER e.V.

Beratungsstelle gegen sexualisierte Gewalt für Jugendliche ab 14 Jahren, Frauen und Männer
Berliner Platz 8, 48143 Münster, Tel. 02 51 - 41 40 555, www.zartbitter-muenster.de

Zartbitter Münster e.V. ist seit 1986 eingetragener Verein. Der Name der Beratungsstelle entstand nach der Aussage einer Frau mit sexualisierten Gewalterfahrungen in der Kindheit: „Zart war ich, bitter war’s“. In der Beratungsstelle arbeiten hauptamtlich fünf Frauen und ein Mann mit therapeutischer Aus- bzw. Zusatzausbildung. Das Team nimmt regelmäßig Supervision in Anspruch.

KONTAKT

Persönliche Beratung findet nach **telefonischer Vereinbarung** statt.

| | |
|-------------|---------------------|
| montags | 10.00 bis 12.00 Uhr |
| dienstags | 16.00 bis 18.00 Uhr |
| donnerstags | 10.00 bis 12.00 Uhr |
| freitags | 10.00 bis 12.00 Uhr |

Sie können sich während der telefonischen Sprechzeiten, wenn Sie möchten **anonym**, an uns wenden, sich über unsere Angebote informieren und einen Termin für ein Erstgespräch vereinbaren. Die **Wartezeit** für ein Erstgespräch beträgt in der Regel drei bis vier Tage, jedoch nicht länger als zwei Wochen. **Krisenintervention** versuchen wir innerhalb von 48 Stunden zu ermöglichen. Wenn Sie nicht alleine kommen möchten, können Sie gerne jemanden zum Gespräch mitbringen. Auch jemand Anderes kann einen Termin für Sie vereinbaren.

Erstgespräche sind **kostenlos**, ebenso Beratungs- und Gruppenangebote für Jugendliche und junge Erwachsene bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres.

Für Fachberatung und Supervision gibt es feste Stundensätze.

Sie können für Informationsfragen auch über Email zartbitter@muenster.de mit uns Kontakt aufnehmen oder für Beratung die Onlineberatung nutzen: <http://www.muenster.org/zartbitter/onlineberatung.htm>.

Die Beratungsstelle ist **barrierefrei** erreichbar und liegt direkt gegenüber dem Hauptbahnhof Richtung Innenstadt in der vierten Etage eines Bürohauses mit regelmäßigem Publikumsverkehr.

Wir als BeraterInnen und TherapeutInnen stehen unter **Schweigepflicht**, so dass Sie sicher sein können, dass nichts Besprochenes an eine dritte Person oder Institution weitergegeben wird. Ausschließlich zu Supervisionszwecken behalten wir uns vor, in kollegialer und anonymer Form über den therapeutischen Prozess zu reflektieren, um eine bestmögliche Betreuung zu gewährleisten.

Wir wünschen und hoffen, dass Sie uns Ihre Sorgen mitteilen können.

Insgesamt verstehen wir die beratende und therapeutische Begleitung als partnerschaftlichen Prozess, in dem ein vertrauensvoller Kontakt die Grundlage der Zusammenarbeit bildet.

UNSERE GRUNDSÄTZE

- Sie können anonym bleiben.
- Wir unternehmen nichts ohne Ihren ausdrücklichen Wunsch, es sein denn, eine sich selbst oder Andere gefährdende Lebenssituation liegt vor.
- Parteilichkeit mit Ihnen ist unser oberstes Gebot.
- Aufgrund der konzeptionellen Grundsätze unserer Arbeit sowie der Ausrichtung unseres Fachwissens bieten wir keine beraterische und/oder therapeutische Arbeit für Täter und Täterinnen an. Im Bedarfsfall verweisen wir an andere Fachstellen.

EINZELANGEBOTE

- Psychosoziale Beratung für von sexualisierter Gewalt betroffene
 - Jugendliche ab 14 Jahren
 - erwachsene Frauen und Männer
- Beratung für Vertrauenspersonen, Partnerinnen, Partner und Angehörige
- Supervision und Fachberatung
- psychosoziale Begleitung bei Gerichtsprozessen für Jugendliche ab 14 Jahren
- Fokussierte Einzeltherapie für männliche Erwachsene
- Chat- und Email-Beratung

GRUPPENANGEBOTE

- Selbsthilfegruppen für
 - Frauen
 - Männer
- Selbsterfahrungsgruppen für Mädchen und junge Frauen
- Fokussierte Gruppentherapie für Erwachsene
- Spezialgruppen zu den Themen:
 - „Trauma-Arbeit für die Sinne - Ressourcenorientierte Körperarbeit“
 - „Angst und Vertrauen“

PRÄVENTIONSANGEBOTE

- Informationsveranstaltungen an weiterführenden Schulen für
 - Jugendliche ab 14 Jahren
 - Lehrerinnen und Lehrer
- Projekt „Let's talk about...“ für Jugendliche in der Jugendberufshilfe in Zusammenarbeit mit anderen Institutionen
- Fortbildungsreihe „Let's talk about...“ für MultiplikatorInnen und MitarbeiterInnen der Bereiche Schule oder Jugendhilfe
- Sensibilisierung und Aufklärung der Öffentlichkeit
- Vernetzungsarbeit