

# Beratung

*Zartbitter Münster e.V. ist ein gemeinnütziger Verein, der sich gegen Gewalt wendet, die die sexuelle Selbstbestimmung verletzt. Von dieser Form der sexualisierten Gewalt sind Mädchen und Jungen gleichermaßen betroffen. Ihre Folgen erstrecken sich bis in das Erwachsenenalter.*



# Prävention

Wir arbeiten daran, sexualisierte Gewalt zu verhindern

**Neben der parteilichen Arbeit** mit den Betroffenen sind für uns die Information der Öffentlichkeit und die Prävention sexualisierter Gewalt wichtig. Wo fängt Gewalt, insbesondere sexualisierte Gewalt an? Was hat sie mit den weiblichen und männlichen Geschlechterrollen zu tun? Wie können Mädchen und Jungen, Frauen und Männer handeln, wenn sie selbst oder andere betroffen sind?

- Informationsveranstaltungen
  - für Schüler und Schülerinnen ab Klasse 8
  - Studentinnen und Studenten
  - Lehrer und Lehrerinnen aller Bildungsträger
- Präventionsprojekte für jugendliche Mädchen und Jungen
- Weiterbildung „Sexualisierte Gewalt“ für MitarbeiterInnen in der Jugendhilfe
- Vorträge

Durch die Sensibilisierung und Aufklärung der Öffentlichkeit entsteht ein offener Umgang mit dem Thema. Dieses hilft, das Geheimhaltungstabu aufzuheben.

Mit freundlicher Unterstützung von [www.elemente.ms](http://www.elemente.ms) (Gestaltung) und Edith Hettwer (Text)



**Zartbitter Münster e.V.**  
Beratungsstelle gegen sexualisierte Gewalt für Jugendliche ab 14 Jahren und Erwachsene

Berliner Platz 8  
48143 Münster  
Telefon (02 51) 41 40 555  
E-Mail: [zartbitter@muenster.de](mailto:zartbitter@muenster.de)  
[www.zartbitter-muenster.de](http://www.zartbitter-muenster.de)

Sparkasse Münsterland Ost  
BLZ 400 501 50  
Kontonr.: 200 830 8

Wir suchen Menschen, die unsere Arbeit unterstützen

**Von der professionellen Arbeit** mit den Betroffenen und von Präventionsprojekten profitiert unsere gesamte Gesellschaft. Dennoch ist diese Arbeit nicht allein durch öffentliche Mittel finanzierbar. Um unser qualifiziertes Angebot aufrecht zu erhalten und weiter auszubauen suchen wir daher engagierte Menschen und Unternehmen, die die Beratungsstelle ideell und finanziell unterstützen.

- Mit einer jährlichen Spende in Höhe von
- 25 Euro finanzieren Sie z.B. eine Beratungsstunde für einen betroffenen Erwachsenen
  - 90 Euro ermöglichen Sie z.B. eine Infoveranstaltung in einer weiterführenden Schule
  - 320 Euro finanzieren Sie z.B. den Sozialplatz für eine Jahresgruppe
  - 500 Euro übernehmen Sie z.B. unsere jährlichen Portokosten

Sie können Ihr Engagement für Zartbitter Münster e.V. auch als Sponsorin oder Sponsor zeigen und sich an ausgewählten Projekten und Veranstaltungen der Beratungsstelle beteiligen.

Es gibt viele Möglichkeiten für Sie, unsere Arbeit zu unterstützen. Mehr darüber erfahren Sie in einem persönlichen Gespräch, für das wir Ihnen gern zur Verfügung stehen.

Vielen Dank für Ihr Interesse.

**Ihre Ansprechpartnerin:**

Kirsten Hansen  
**Spenden & Sponsoring**

Gefühle  
Mut  
Beratung  
Prävention



Hilfe bei sexuellem Missbrauch

Wir unterstützen Menschen auf dem Weg, mit dem Erlebten umzugehen

## Einzelangebote

- Beratung für betroffene
  - Jugendliche ab 14 Jahren
  - Frauen und Männer
- Beratung für Vertrauenspersonen, PartnerInnen und Angehörige
- Supervision und Fachberatung
- Psychosoziale Begleitung bei Gerichtsprozessen für Jugendliche
- Onlineberatung

## Gruppenangebote

- angeleitete Selbsthilfegruppen für Frauen und Männer
- Selbsterfahrungsgruppen für Mädchen und junge Frauen
- Fokussierte Gruppentherapie für Erwachsene
- Themenzentrierte Gruppen
  - ressourcenorientierte Körperarbeit
  - Angst und Vertrauen

„Zart war ich, bitter war's“



# das Team



**Astrid-Maria Kreyerhoff**  
Leiterin, M. A. phil.  
Psychodramatherapeutin



**Martin Helmer**  
Dipl. Pädagoge  
Gestalttherapeut  
Kinder- und Jugendlichen-  
Psychotherapeut



**Christine Gelbhardt**  
Dipl. Pädagogin  
Körpertherapeutin



**Kirsten Hansen**  
M. A. phil.  
Fachberaterin Psychotraumatologie



**Claudia Weinspach**  
Dipl. Psychologin  
Psychologische Psychotherapeutin  
Verhaltens-, Gesprächs- und  
Körpertherapeutin



**Christoph Muck**  
Bachelor Psychologe –  
Gesundheitspsychologie



# Orientierung

## Wir geben Raum für...

# Gefühle

# Wachstum

### Unsere Grundsätze

- Parteilichkeit – Wir sind auf Ihrer Seite und respektieren, was Sie erleben und fühlen.
- Wir wahren Ihre Anonymität.
- Wir stehen unter Schweigepflicht.
- Wir machen keine Täterarbeit.

