

FRAUENZENTRUM RONNENBERG

Beratungsstelle

Veranstaltungszentrum

- Kurse
- Gruppen
- Vorträge

Gewaltprävention

- Fortbildungen
- Workshops
- Öffentlichkeitsarbeit

Das Frauenzentrum Ronnenberg bietet als Treffpunkt für Frauen regelmäßig Veranstaltungen, Kurse, Vorträge und Gruppen zu verschiedensten Themenbereichen an.

Den halbjährlich erscheinenden
Veranstaltungskalender können Sie
anfordern oder im Internet unter
www.ronnenberg.de/soziales/frauenzentrum/
als PDF herunterladen.



Beratungsstelle für Frauen und Mädchen

 **FRAUENZENTRUM RONNENBERG**
Beratungsstelle für Frauen und Mädchen

Stille Straße 8
30952 Ronnenberg / Empelde
Tel. 0511 - 43 15 31

frauenzentrum@ronnenberg.de
www.ronnenberg.de/soziales/frauenzentrum



 **05 11 - 43 15 31**



Telefonische und persönliche Beratung in einem geschützten Rahmen

- in Lebenskrisen
- bei familiären Problemen
- bei Beziehungsschwierigkeiten
- bei Trennung/Scheidung
- in Erziehungsfragen
- bei Konflikten mit sich und anderen
- bei seelischer, körperlicher und sexualisierter Gewalterfahrung
- bei häuslicher Partnerschaftsgewalt
- bei Stalking
- bei Traumata

Die Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle sind ausgebildete Diplom-Sozialpädagoginnen mit Zusatzqualifikationen in Lösungsorientierter Systemischer Beratung, Psychotraumatologie und Mediation. Jedes Gespräch, ob am Telefon oder in unseren Räumen, ist streng vertraulich und auf Wunsch anonym. Für die Beratungen entstehen keine Kosten. Auch Angehörige, Freundinnen und Freunde, Vertrauenspersonen, Personalverantwortliche und BetriebsrätInnen können sich an die Beratungsstelle wenden.

Telefonzeiten

Mo 10.00 – 12.00 Uhr
 Mi 16.00 – 18.00 Uhr
 Fr 10.00 – 12.00 Uhr

Offene Sprechstunde

ohne Anmeldung
 Di 11.00 – 12.00 Uhr
 Do 16.00 – 17.00 Uhr

Umfassende Beratung und Begleitung von Frauen, die von Gewalt betroffen sind

- Krisenintervention
- Informationen über das Gewaltschutzgesetz
- ggf. Antragstellung nach dem Gewaltschutzgesetz
- Adressen von TherapeutInnen, Selbsthilfegruppen, Kontakt zu Frauenhäusern
- Begleitung und Betreuung bei polizeilichen Vernehmungen, ärztlichen Untersuchungen und Gerichtsverhandlungen

Traumazentrierte Beratung bei aktuellen oder zurückliegenden traumatischen Erlebnissen

- durch eine umfassende Wissensvermittlung über Traumaverarbeitung eigene traumabedingte Symptome besser verstehen zu können
- körperliche und psychische Stabilisierungstechniken kennen zu lernen und sich ein persönliches Spektrum an Selbstfürsorge- und Hilfe zu erarbeiten
- auf eine traumabearbeitende Psychotherapie vorzubereiten
- Beschwerden abzubauen, zu reduzieren oder zumindest besser kontrollieren zu können.

Konfliktvermittlung / Mediation

Unterschiedliche Interessen und unerfüllte Bedürfnisse im Kontakt mit anderen Menschen können zu Konflikten führen. Manchmal entsteht das belastende Gefühl, keine Auswege aus dem Konflikt zu finden. Eine Mediation ist ein konstruktives Konfliktlösungsverfahren, bei dem die allparteiliche Mediatorin die Betroffenen dabei unterstützt, ihre Interessen und die dahinterliegenden Gefühle auszudrücken und der anderen Seite verständlich zu machen. Im geschützten Rahmen dieser Gespräche können somit Verständnis, neues Vertrauen und damit Lösungen für den Konflikt entwickelt werden. Diese Konfliktvermittlung ist wie alle Beratungsangebote nur an Frauen gerichtet, ob Mütter, Töchter, Freundinnen oder Kolleginnen.

Beratung in Trennungssituationen

Vor, während und nach einer Trennung gibt es, neben der besonderen emotionalen Situation, vieles zu bedenken, zu regeln und zu entscheiden. Die Trennungsberatung unterstützt:

- bei einer Entscheidungsfindung
- bei der emotionalen Bewältigung einer Trennung
- beim Überblick, über die zu regelnden Angelegenheiten
- bei der Entwicklung neuer Lebensperspektiven und Ziele
- bei einer ersten rechtlichen Orientierung
 (In Ergänzung wird eine regelmäßige Sprechstunde bei einer Rechtsanwältin angeboten.)

 05 11 - 43 15 31

