

## PRESSE-INFO

# Neues Gesicht bei Frauenberatung im Rathaus

Vortrag der Frauenberatung in Kooperation mit der Stadt Warstein: „Starkes Ich“

**Warstein, 10. Januar 2023. Seit fast zwei Jahren bietet die Stadt Warstein in Kooperation mit der Frauenberatung Soest regelmäßige Frauenberatungen im Rathaus an. Mit der Psychologin Sawina Kordistos begrüßt die Frauenberatung Soest ein neues Team-Mitglied. Sie hat die Beratungstermine in der Stadt Warstein übernommen.**

Seit August 2022 ist Sawina Kordistos Mitglied im Team der Frauenberatung Soest, die seit April auch Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt ist. Sawina Kordistos hat in den letzten Jahren als Psychologin im klinischen Bereich gearbeitet, insbesondere im Bereich Psychosomatik und Psychokardiologie. Sie hat sowohl eine Weiterbildung zur Fachpsychologin für Gesundheitspsychologie als auch für psychokardiologische Grundversorgung. „Mir geht es um eine ganzheitliche Betrachtung des Menschen. Zudem zeigen Frauen häufig andere Belastungssymptome als Männer“, erläutert Sawina Kordistos. Die Themen in der Frauenberatung sind sehr breit gestreut: Von „Soll ich meinen Job kündigen?“ über „Soll ich mich trennen“ bis hin zu „Wie meistere ich persönliche Krisen?“ können Frauen sich mit jeglichen Anliegen an die Frauenberatungsstelle wenden. Ein Fokus der Beratung liegt auf häuslicher und sexualisierter Gewalt. Das Team der Beratungsstelle berät Frauen und Mädchen ab 16 Jahren, die von den unterschiedlichen Formen von häuslicher und/oder sexualisierter Gewalt betroffen sind oder Fragen dazu haben. Darüber hinaus richtet sich das Angebot an Multiplikatoren und Multiplikatorinnen, Angehörige und Fachkräfte. Das Angebot ist unabhängig von Religion, sexueller Orientierung und geschlechtlicher Identität sowie ethnischer oder nationaler Zugehörigkeit.

Sawina Kordistos stellt sich mit einem Vortrag zum Thema „**Starkes Ich – wie wir uns selbstbestimmt schützen können**“ vor. Diese Veranstaltung findet in Anlehnung an den Internationalen Frauentag und in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Warstein, Sylvia Lettmann, am 9. März, 18 Uhr im Bürgersaal des Rathauses statt. „Schicksalsschläge meistern, sich nicht unterkriegen lassen, Grenzen setzen und Selbstbestimmung (zurück-)erlangen. Sich schützen gegen Beleidigungen, Kränkungen, Mobbing oder Zurückweisung. Warum gelingt es manchen Menschen besser, die eigene Widerstandsfähigkeit zu bewahren?“, erläutert Sawina Kordistos die Inhalte ihres Vortrages. Sie zeigt in praktischen Beispielen, was im Alltag hilft, ein „starkes Ich“ zu entwickeln. Alle Frauen

sind herzlich zu dieser kostenfreien Veranstaltung eingeladen. Zur besseren Planung wird um Anmeldung gebeten bei Sylvia Lettmann, [s.lettmann@warstein.de](mailto:s.lettmann@warstein.de) oder telefonisch 02902-81226.

## **Infokasten**

### **Beratungen für Frauen**

Die Frauenberatung wird jeden zweiten Dienstag im Monat von 15 bis 17 Uhr im Rathaus der Stadt Warstein in Zimmer 2 (gegenüber der Infothek) angeboten. Die Vereinbarung eines Termins unter Telefon 02921-3494177 bzw. per E-Mail [info@frauenberatung-soest.de](mailto:info@frauenberatung-soest.de) wird empfohlen. Weitere Informationen gibt es unter [www.frauenberatung-soest.de](http://www.frauenberatung-soest.de).

**Foto:** Frauenberatung Soest

**BU:** Sawina Kordistos von der Frauenberatung Soest stellt sich mit einem Vortrag zum Thema „**Starkes Ich – wie wir uns selbstbestimmt schützen können**“ am 9. März vor. Sie führt darüber hinaus an jedem zweiten Dienstag im Monat von 15 bis 17 Uhr im Rathaus eine Frauenberatung durch

### **Presse-Rückfragen bitte an:**

Sylvia Lettmann  
Kommunikation  
Telefon: 02902/81-226  
E-Mail: [s.lettmann@warstein.de](mailto:s.lettmann@warstein.de)