

PRESSE-INFO

Larissa Braun berät Frauen in der Stadt Warstein **Kooperation der Frauenberatung Soest mit der Gleichstellungsbeauftragten**

Warstein, 27. Juli 2023. Seit zweieinhalb Jahren bietet die Stadt Warstein in Kooperation mit der Frauenberatung Soest regelmäßige Frauenberatungen im Rathaus an. Mit Larissa Braun begrüßt die Frauenberatung Soest ein neues Team-Mitglied. Sie hat die Beratungstermine in der Stadt Warstein von Sawina Kordistos übernommen, die eine neue Herausforderung außerhalb der Evangelischen Frauenhilfe e.V. angenommen hat.

Larissa Braun hat Sozialpädagogik studiert und danach im Bereich der Jugendhilfe und zuletzt vier Jahre im Frauenhaus Arnsberg gearbeitet. „In dieser Zeit war es für mich besonders beeindruckend zu sehen, wie Frauen – teils mit Kindern – es nach langjährigen Gewalterfahrungen geschafft haben, ein neues Leben aufzubauen. Das zeigt: Ein Neuanfang ist möglich“, blickt Larissa Braun zurück.

Zur Frauenberatung Soest ist sie nun gewechselt, um einen neuen Bereich kennen zu lernen und auch um präventiv zu arbeiten. „Ich bin zudem Yoga-Lehrerin und Traumafachberaterin. Diese Kenntnisse möchte ich auch nutzen, damit Frauen zu einem neuen Bewusstsein für ihren Körper und ihre Gefühle finden und so ihr Selbstwertgefühl verbessern“, erläutert Larissa Braun. Ihr Ansatz ist es, nicht nur mit Worten, sondern auch mit dem Körpergefühl und Visualisierungen zu arbeiten – also mit einem ganzheitlichen Konzept. Dies lasse sich auch sehr gut für alle Fragen rund um die Traumaberatung nutzen, so Larissa Braun: „Werden Menschen durch einen Lebensabschnitt stark belastet, so reagieren alle Körper anders, meist entweder durch Erstarren oder durch heftige Erregung und auch Bewegung. Man kann lernen, wo im Körper sich diese Reaktion festsetzt und auch wie sich das regulieren lässt.“

Die Themen in der Frauenberatung sind grundsätzlich 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.

Infokasten

Beratungen für Frauen

Die Frauenberatung wird jeden zweiten Dienstag im Monat von 15 bis 17 Uhr im Rathaus der Stadt Warstein in Zimmer 29 angeboten. Vorab bitte einen Termin vereinbaren unter Telefon 02921-3494177 bzw. per E-Mail info@frauenberatung-soest.de. Weitere Informationen gibt es unter www.frauenberatung-soest.de.

Foto: Sandra Safradin

BU: Beratungstermine für Frauen an jedem zweiten Dienstag im Monat: (v.l.) Die Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Warstein, Sylvia Lettmann, zeigt der neuen Mitarbeiterin der Frauenberatung Soest, Larissa Braun, das Beratungszimmer im Erdgeschoss des Rathauses

Presse-Rückfragen bitte an:

Sylvia Lettmann
Kommunikation
Telefon: 02902/81-226
E-Mail: s.Lettmann@warstein.de