

## LARA bietet:

- Unterstützung durch unsere Hotline
- Telefonische und persönliche psychosoziale Beratung
- Unterstützung in Krisensituationen, auch ohne Termin
- E-Mail-Beratung
- Muttersprachliche Beratung oder mit Sprachmittlung, auch in Gebärdensprache
- Juristische Beratung durch Rechtsanwält\*innen
- Psychosoziale Prozessbegleitung
- Gruppenangebote
- Beratung für Angehörige und Bezugspersonen
- Beratung für Fachpersonal
- Fortbildung für andere Berufsgruppen
- Mobile Beratung für geflüchtete Frauen, trans\*, inter\* und nicht-binäre Personen

**Die Beratung ist kostenlos, vertraulich, partei-  
lich und findet auf Wunsch anonym statt.**

Unsere Haltung ist intersektional-feministisch und diskriminierungssensibel: Aufgrund von ungleichen Machtverhältnissen in der Gesellschaft ist für uns das Wissen darum, dass unterschiedliche Diskriminierungsformen miteinander verschränkt sind und dadurch Mehrfachdiskriminierungen auftreten können, unabdingbar im Streben nach einem selbstbestimmten Leben für ALLE.



FACHSTELLE GEGEN SEXUALISIERTE GEWALT AN FRAUEN,  
TRANS\*, INTER\* UND NICHT-BINÄREN PERSONEN

Fuggerstraße 19  
10777 Berlin-Schöneberg  
Telefon/Hotline: 030 2168888

**Allgemeine Anfragen:**  
beratung@lara-berlin.de

**Beratungsanfragen:**  
emailberatung@lara-berlin.de  
[www.lara-berlin.de](http://www.lara-berlin.de)

**Öffnungszeiten und Hotline:**  
Montag – Freitag 9:00 – 18:00 Uhr

**Spendenkonto:**  
LARA - Verein gegen sexuelle Gewalt an Frauen e.V.  
Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN: DE97 3702 0500 0003 2668 01  
BIC: BFSWDE33BER



Senatsverwaltung  
für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration,  
Vielfalt und Antidiskriminierung

BERLIN



SIE HABEN EIN RECHT AUF UNTERSTÜTZUNG

LARA

FACHSTELLE GEGEN SEXUALISIERTE GEWALT AN FRAUEN,  
TRANS\*, INTER\* UND NICHT-BINÄREN PERSONEN

(030) 2168888

**LARA** unterstützt Frauen, trans\*, inter\* und nicht-binäre Personen ab 14 Jahren, die von sexualisierter Gewalt betroffen sind oder waren wie auch Angehörige und Fachpersonen. Unabhängig von Herkunft, religiöser Ausrichtung, Status und sexueller Orientierung, mit und ohne Behinderung. Dabei ist unerheblich, wie lange die Gewalt zurückliegt. Bei LARA arbeiten Sozialarbeiter\*innen und Psycholog\*innen mit therapeutischer Zusatzausbildung mit langjähriger Erfahrung in der Arbeit mit Betroffenen von sexualisierter Gewalt und Traumafolgen. Die Mitarbeiterinnen von LARA stehen unter Schweigepflicht und dürfen außerhalb des Beratungsteams nicht über Klient\*innen und Inhalte der Beratung sprechen.

## Hotline

Unsere Hotline bietet die Möglichkeit, sich mit allen Fragen und Anliegen zum Thema sexualisierter Gewalt an uns zu wenden. Dies können zum Beispiel kurzfristige Entlastung durch Krisengespräche, Information und Weitervermittlung zur Akutversorgung unmittelbar nach der Gewalttat oder Terminvereinbarungen sein.

## Fortbildung und Prävention

Für Fachkräfte aus unterschiedlichen Bereichen, die Kontakt mit Betroffenen sexualisierter Gewalt haben, bieten wir Fortbildungen an. Ebenso können sich Organisationen, Institutionen, Betriebe und Gruppen an uns wenden, die präventive Maßnahmen entwickeln möchten.

---

\* Das Sternchen hinter trans und inter soll Raum für verschiedene Geschlechtsidentitäten lassen und steht insgesamt für ein ganzes Spektrum von Geschlechtern, die sich nicht in Frau oder Mann einordnen lassen.

## Psychosoziale Beratung

Die Beratung richtet sich nach den Grenzen und Bedürfnissen der Betroffenen. Es ist möglich, jedoch nicht notwendig, Details der Tat zu erzählen. Wichtig ist, dass die betroffene Person selbst entscheidet, was sie der beratenden Person anvertrauen und wie sie die Sitzung gestalten möchte. Durch vielfältige Angebote zur Bewältigung der Auswirkungen von sexualisierter Gewalt können die Berater\*innen Betroffene, Angehörige, Unterstützer\*innen und Fachkräfte dabei begleiten, einen Umgang mit der erlebten Gewalt zu finden. Dies kann u.a. sein:

- ☒ Psychoedukation zu den Folgen von sexualisierter Gewalt
- ☒ Stabilisierung in Krisen und bei akuter Belastung
- ☒ Umgang mit Emotionen und anderen Folgen, die mit dem Trauma in Zusammenhang stehen
- ☒ Das Wahrnehmen und Setzen von Grenzen
- ☒ Weitervermittlung zu weiteren Angeboten

**Grundsatz unserer Beratung ist, dass die Verantwortung für die Gewalttaten bei den Täter\*innen und nicht bei den Betroffenen liegt.**

## Gruppenangebote

Die vielfältigen Gruppenangebote sind traumasensibel und umfassen u.a. stabilisierende, ressourcenorientierte und/oder körperorientierte Methoden. Nähere Informationen zu den Inhalten, der Dauer sowie den Zeiträumen können auf der Webseite von LARA eingesehen werden.

## Öffentlichkeitsarbeit

LARA ist in verschiedenen regionalen und überregionalen Vernetzungsgruppen zur Verbesserung der Bedingungen für von sexualisierter Gewalt betroffenen Frauen, trans\*, inter\* und nicht-binären Personen vertreten. In der Öffentlichkeit und in den Medien zeigen wir die gesellschaftlichen Zusammenhänge von sexualisierter Gewalt auf und versuchen Vorurteile und Mythen in diesem Kontext entgegenzuwirken.

## Mobile Beratung für geflüchtete Frauen, trans\*, inter\* und nicht-binäre Personen

Die mobile Beratung ist ein Projekt von LARA e.V. und unterstützt speziell geflüchtete gewaltbetroffene Frauen, trans\*, inter\* und nicht-binäre Personen und ihre Kinder – unabhängig von ihrem Aufenthaltsstatus.

## Verein

Träger ist Lara - Verein gegen sexuelle Gewalt an Frauen e.V. Dieser wurde 1992 gegründet und setzt sich gegen sexualisierte Gewalt und für die Verbesserung der Rechte auf sexuelle Selbstbestimmung von Frauen, Mädchen, trans\*, inter\* und nicht-binären Personen ein. Sie können durch Ihre Spende dazu beitragen, die Situation dieser Personen zu verbessern.