

## Wer wir sind und was uns wichtig ist

Bei eigenMächtig e.V. arbeiten ausschließlich Frauen und Trans\*. Wir sind Sozialpädagog\*innen oder Fachkräfte vergleichbarer Berufsgruppen und haben traumapädagogische Zusatzqualifikationen.

Basis unserer Arbeit ist eine parteiliche Grundhaltung. Die Förderung von Selbstbestimmung und die (Wieder-)Entdeckung von Ressourcen stehen entsprechend im Zentrum. Hierfür bemühen wir uns innerhalb des professionellen Rahmens um größtmögliche Transparenz, Authentizität und wertschätzende Kooperation.

Ihre Informationen werden von uns vertraulich behandelt, wir unterliegen der Schweigepflicht.

Wir sind Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband



## Formales

Unser Angebot nennt sich formal „Betreutes Wohnen“ und ist eine Leistung der ambulanten Eingliederungshilfe. Bedingung für die Inanspruchnahme des Betreuten Wohnens ist eine chronifizierte psychiatrische Diagnose.

Innerhalb bestimmter Einkommens- und Vermögensgrenzen trägt der Landeswohlfahrtsverband Hessen die Kosten für das Betreute Wohnen.

Sprechen Sie uns an, wenn Sie mehr Informationen möchten, einen Termin vereinbaren wollen oder Hilfe bei der Antragsstellung benötigen.

## Kontakt

info@eigenmaechtig.de | www.eigenmaechtig.de  
Telefon: 0561 - 20 19 18 80 | Fax: 0561 - 20 18 87 27

eigenMächtig | Kleine Rosenstraße 3 | 34117 Kassel

# eigenMächtig

## Ambulante Unterstützung für Frauen und Trans\* mit Traumafolgesymptomen

eigenMächtig e.V. bietet in der Stadt Kassel ambulante Unterstützung für Frauen und Trans\*, die in ihrer Lebensgeschichte sexualisierte, emotionale und körperliche Gewalt und Vernachlässigung erfahren haben.

## Die ambulante Unterstützung umfasst

- Beratende und stabilisierende Gespräche
- Vermittlung, Erprobung und Verankerung stabilisierender Methoden
- Üben und Begleiten von Behördengängen, Ärzt\*innenbesuchen u.ä.
- Anregungen und Unterstützung bei der Gestaltung des Tagesablaufes und der Freizeit
- Begleitung bei der Entwicklung einer beruflichen Perspektive
- Unterstützung bei Aufbau und Erhalt eines sozialen und professionellen Netzwerks
- Kooperation mit Therapeut\*innen, Ärzt\*innen, Kliniken, gesetzlichen Betreuer\*innen u.a.

Die Unterstützung findet in der eigenen Wohnung, in den Räumen von eigenMächtig e.V. oder auch in öffentlichen Räumen statt.

## Unser Angebot richtet sich an

Frauen und Trans\*, die aufgrund ihrer lebensgeschichtlichen Erfahrungen mit den unterschiedlichsten Symptomen zu tun haben, diese können sein

- Flashbacks und Alpträume
- suizidale Gedanken und Handlungen
- selbstzerstörerische Gedanken und Handlungen
- dissoziative Symptome
- Ängste, vermeidendes Verhalten
- Schmerzsyndrome
- Depressionen und chronische Erschöpfungszustände
- Gefühle von Einsamkeit und Hoffnungslosigkeit
- Essstörungen
- Schlafstörungen

Wir arbeiten mit Frauen und Trans\* sowohl mit spezifischen Traumafolgediagnosen wie

- Posttraumatische Belastungsstörungen
- dissoziative Störungen und
- emotional instabile Persönlichkeitsstörung Borderline Typus

als auch mit anderen trauma<sup>un</sup>spezifischen Diagnosen.

Eine explizite Diagnose einer Traumafolgestörung bzw. ein Wissen um Gewalt- oder Vernachlässigungserfahrungen ist für die Begleitung durch eigenMächtig e.V. nicht erforderlich.

Mit Trans meinen wir in diesem Kontext Personen, die sich als transident/transsexuell, transgender oder intersexuell definieren.