

## Trans\*Beratung (Mitte)

### Psychosoziale Beratung zu Themen geschlechtlicher Identität

Die Trans\*Beratung berät in Bremen-Mitte trans\* (transgender, transsexuelle, transidente) Personen, Angehörige und Menschen, die mit den Themen Trans\*Geschlechtlichkeit, nicht-binär/abinär und Geschlechtsidentität in Berührung kommen.

### Beratung mit Terminvereinbarung (Professionelle Peer-Beratung)

Für ausführlichere Beratungen bieten wir Beratungstermine nach Terminabsprache an. Unsere Beraterin Freyja Pe\* von Rüdén ist zertifizierte Systemische Beraterin (DGSF). Sie hat einen eigenen Trans\*Hintergrund. Mit Terminabsprache sind auch Beratungen mit Übersetzung und Co-Beratungen zusammen mit einer trans\*geschlechtlichen und einer nicht trans\*geschlechtlichen beratenden Person möglich (vor allem bei Beziehungsthemen).

Wie bieten auch telefonische Beratung oder Online-Beratung über Video an.

### Anwaltliche Rechtsberatung

Unsere Rechtsberatung wird von einer Rechtsanwältin durchgeführt, die auf Trans\*Rechte spezialisiert ist. Wir bieten Termine für Rechtsberatung nach Terminvereinbarung an. In der Regel sind bei Beratungsterminen von Ort auch unsere Peer-Berater\*innen anwesend.

Je nach Anliegen ist auch eine telefonische Beratung oder eine schriftliche Beantwortung von E-Mail-Anfragen möglich.

### Beratungsthemen

- Fragen rund um geschlechtliche Identität
- Unsicherheiten, ob ich trans\* bin – Selbstwahrnehmung
- Klärung von eigenen Wünschen und Zielen
- Coming Out
- Themen rund um Beziehungen (auch für Partner\_innen)
- Themen rund um das soziale Umfeld, Familie etc.
- Arbeit, Schule, Ausbildung, Studium
- Diskriminierung und Trans\*Feindlichkeit, Mobbing
- Fragen rund um die Transition (z.B. Körperangleichungen oder Namens- und Personenstandsänderungen)
- Rechtliche Fragen, z.B. bei Auseinandersetzungen mit Krankenkassen
- Fragen in Verbindung von Trans\*Geschlechtlichkeit und Migration/Flucht, Aufenthalt
- Suche nach Fachleuten, z.B. Ärzt\_innen, Psychotherapeut\_innen, Rechtsanwält\_innen
- andere Themen, bei denen trans\* im weitesten Sinne eine Rolle spielt

Neben dem Thema trans\* darf in unserer Beratung auch über andere Lebensthemen geredet werden. Ob Beziehung, Job oder Psyche. Wir bieten einen geschützten Raum, der sicher vor fremdbestimmten Verortungen von Körper und Identität ist.

Inter\* oder Intergeschlechtlichkeit umschreibt die gelebte Erfahrung mit einem Körper geboren zu sein, der den normativen Vorstellungen von Mann und Frau nicht entspricht. Das kann z.B. Chromosomen, Hormone, Genitalien und/oder sog. sekundäre Geschlechtsmerkmale (z.B. Gesichtsbehaarung) betreffen. Wir arbeiten eng mit der Inter\*Beratung in Bremen zusammen. und können zu inter\* spezifischen Themen den Kontakt zu Inter\*Organisationen vermitteln und an spezialisierte Berater\_innen verweisen. Im Rahmen unserer Kompetenzen beraten wir gerne auch inter\* Personen.

---

## Terminvergabe

Die Vergabe von Terminen erfolgt jetzt über eine zentrale Telefonsprechstunde. Außerdem könnt ihr weiterhin Termine unter [beratung@trans-recht.de](mailto:beratung@trans-recht.de) vereinbaren.

**Telefonische Sprechzeiten: Dienstags 9:00 Uhr bis 11:00 Uhr unter 0174 413 95 42**

E-Mail: [beratung@trans-recht.de](mailto:beratung@trans-recht.de)

Online: Termine für die Online-Beratung Bremen-Nord und Bremerhaven, sowie für Präsenzberatungen in Bremerhaven können direkt online gebucht werden.

### Beratungsorte

Wir haben zusammen mit der Inter\*Beratung Bremen eine eigene Beratungsstelle in der Bremer Innenstadt. Beratungen in Bremen-Mitte finden in der Regel dort statt:

#### Ein Angebot von:

[Trans\\*Beratung Bremen](#)

#### Adresse:

Am Wall 190  
28195 Bremen

#### Ansprechperson:

Trans Recht e.V.

#### Telefon:

0174 413 95 42

#### E-Mail-Adresse:

[beratung@trans-recht.de](mailto:beratung@trans-recht.de)

#### Internetadresse:

[trans-recht.de](http://trans-recht.de)

#### Nächste Termine:

- 16.07.2024, 09:00 – 11:00
- 23.07.2024, 09:00 – 11:00
- 30.07.2024, 09:00 – 11:00
- 06.08.2024, 09:00 – 11:00
- 13.08.2024, 09:00 – 11:00

#### Anmeldungsinfo:

bitte Termin vereinbaren