Sachbericht 2022

FrauenBeratung + Selbsthilfe e.V.

Allgemeine Zahlen zur Frauenberatungsstelle

Die Frauenberatungsstelle im Herzen von Wuppertal bietet allen Frauen ab 16 Jahren in belastenden Lebenssituationen einen sicheren Frauenort und stärkt mit ihren Angeboten die Resilienz, das Selbstbewusstsein und die Selbstbestimmung von Frauen für ein Leben frei von Gewalt.

Im Berichtsjahr 2022 haben insgesamt 946 Frauen Beratungs- und Gruppenangebote in der Frauenberatungsstelle angenommen.

Davon waren:

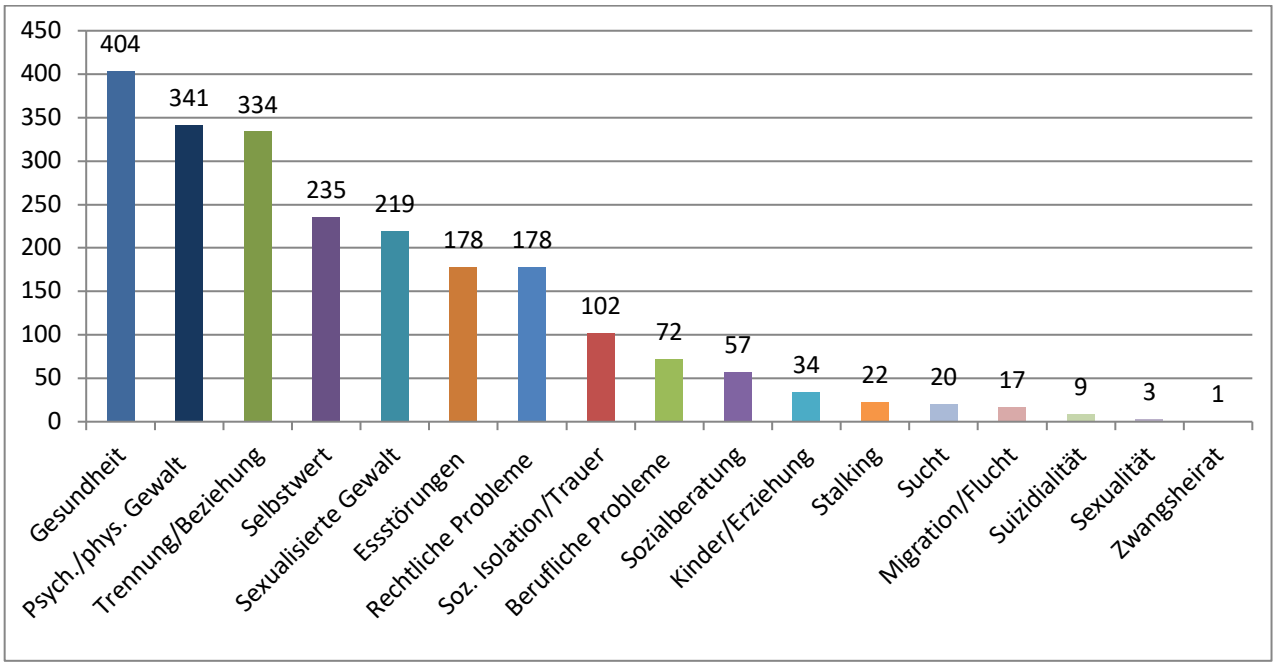
Alter	Frauen	in %
16 – 25 Jahre	201	21
26 – 40 Jahre	224	24
41 – 50 Jahre	118	12
51 – 60 Jahre	115	12
über 60 Jahre	52	5
Keine Angabe	236	25
Summe	946	100

Lebensform	Frauen	in %
Alleinlebend/Ein-Personen-Haushalt	203	21
in Partnerschaft	83	9
in Partnerschaft mit Kind/ern	163	17
nicht in Partnerschaft lebend mit Kind/ern	95	10
in der Familie lebend	101	11
sonstige Lebensform	34	4
keine Angaben/unbekannt	267	28
Summe	946	100

Staatsangehörigkeit	Frauen	in %
deutsch ohne Zuwanderungsgeschichte	413	44
deutsch mit Zuwanderungsgeschichte	57	6
andere Staatsangehörigkeit	87	9
keine Angaben/unbekannt	389	41
Summe	946	100

In dem folgenden Diagramm ist sichtbar, zu welchen Themen die ratsuchenden Frauen die Frauenberatungsstelle aufsuchten:

Statistik 2022 nach Themen (Mehrfachnennung)



Zu der Rubrik **Gesundheit** gehören u.a. folgende Themen: psychische und psychosomatische Erkrankungen, Selbstverletzendes Verhalten, Burn-Out, Wechseljahre, Alter, Tod und Verluste.

Verteilung der betroffenen Frauen und Mädchen in 2022 zum Thema **Gewalt** (Mehrfachnennung)	Frauen
Sexualisierte Gewalt	**219**
davon Vergewaltigung	50
davon aktueller Missbrauch	10
davon zurückliegender Missbrauch	65
davon sex. Belästigung / Nötigung	26
davon K.O. –Tropfen	8
davon Präventionsangebot / Fortbildungen f. Multiplikatorinnen	71
Gewalt: Psychisch und physisch	**341**
davon Bedrohung	9
davon Häusliche Gewalt	**56**
Insgesamt kamen mehr als 50 % Frauen zum Thema Gewalt	**560**

An den monatlichen Rechtsinformationsangeboten durch ehrenamtliche Rechtsanwältinnen zu den Themen häusliche Gewalt, sexualisierte Gewalt und Trennung/Scheidung/Beziehungsgewalt/ Familienrecht kamen insgesamt 69 Frauen.

Frauenberatung im Wandel

Mütterfreundlicher Arbeitsplatz

Mit dem Generationenwechsel und dem Personalwandel in 2021 und 2022 wuchs auch der Wunsch und die Notwendigkeit unseren Arbeitsalltag in der Beratungsstelle auf die Vereinbarkeit von Familie und Beruf zu prüfen und eine mütterfreundliche Arbeitskultur zu schaffen.
Von den insgesamt acht Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle sind sechs Mütter mit 3 Kindern unter 12 Jahren, zwei Beraterinnen sind alleinerziehend. Rechtliche Rahmenbedingungen wie Elternzeit, Elterngeld und Kinderbetreuung erleichtern zwar das Zusammenspiel von Beruf und Kindererziehung und geben eine gewisse äußere Sicherheit für arbeitende Frauen. Dennoch sind strukturelle Probleme und Gegebenheiten in hohem Maße vorhanden und erschweren den Spagat zwischen Familie und Beruf für Frauen enorm.
Damit die bei uns arbeitenden Mütter ihren Alltag möglichst unkompliziert gestalten können, haben wir in gemeinsamer Absprache in 2022 immer wieder die Arbeitszeiten möglichst flexibel und individuell auf die Bedürfnisse jeder Mutter/Frau abgestimmt und geregelt.
Dabei befinden wir uns in einem fortlaufenden Prozess der Weiterentwicklung, um das Angebot für die beschäftigten Mütter immer wieder bestmöglich anzupassen. Für die Frauen mit Kindern aber auch für die Mitarbeiterinnen mit pflegebedürftigen Angehörigen stehen folgende Möglichkeiten zur Verfügung:

- Flexible Arbeitszeitregelungen (z. B. Gleitzeit)
- Flexible Teilzeitmodelle
- Flexible Beurlaubungsmöglichkeiten
- Tandem Modell
- Möglichkeit von Homeoffice

Trotz einem fairen Miteinander, viel Toleranz und Tandem Modell, bei dem immer zwei Mitarbeiterinnen für eine Aufgabe und/ oder einen Arbeitsbereich zuständig sind, gestaltete sich der Beratungsablauf oft schwierig. Personalausfälle durch Krankheit oder KiTa-Schließungen gehörten zum Arbeitsalltag dazu. Nicht zuletzt spielte dabei auch die personelle Notlage der Kitas eine essentielle Rolle. Ein Umstand, der vor allem berufstätige und alleinerziehende Mütter vor eine nahezu unlösbare Herausforderung stellt. Obwohl die Problematik seit langem bekannt ist, wurde leider seitens der Politik nicht rechtzeitig und adäquat gegengesteuert. Dies hatte zur Folge, dass Ausfälle durch fehlende Kinderbetreuung vom restlichen Team zusätzlich getragen werden mussten – eine wahre Kraftanstrengung für alle Beteiligten.

Kooperation und Vernetzungsarbeit

Frauenpolitische Kooperation und Vernetzungsarbeit zu unseren Themen sind ein wichtiger Schwerpunkt der Arbeit. Die FrauenBeratung ist aktiv engagiert in folgenden Gremien:

- Fachgruppe Beratung in Lebensfragen
- Runder Tisch gegen Geschlechtsspezifische und Häusliche Gewalt
- Arbeitskreis Hilfen gegen sexualisierte Gewalt bei Kindern und Jugendlichen
- Netzwerk Opferhilfe
- Runder Tisch LGBTIQ
- Arbeitskreis Gewalt gegen Menschen mit Behinderungen
- Fachausschuss Frauen – Der Paritätische
- Forum Essstörungen
- Ausschuss für Gleichstellung und Antidiskriminierung

Auch über die Stadtgrenze hinaus ist die Frauenberatungsstelle Wuppertal stark vernetzt.

Neben der Vernetzungsarbeit mit den Nachbarstädten Remscheid und Solingen („Kooperation Bergisches“) ist die FrauenBeratung auch auf **Landesebene** aktiv. So kooperieren wir mit der Landesfachstelle Essstörungen NRW und sind Mitglied beim Dachverband der autonomen Frauenberatungsstellen NRW. In diesem Rahmen war die Fachstelle auch in 2022 in den Fachausschüssen „Sexualisierte Gewalt“ und „Prävention Sexualisierte Gewalt“ tätig.
Auf **Bundesebene** ist die FrauenBeratung sowohl Mitglied des **Bundesfachverbands Essstörungen** (BFE) als auch Mitglied des **Bundesverbands Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe** (bff) – und somit also auch deutschlandweit mit anderen Frauenberatungsstellen vernetzt.
Im Rahmen unserer Kooperationen und der Vernetzungsarbeit engagieren wir uns zu unseren Themen: Gewalt gegen Frauen, Essstörungen, Trennung/Scheidung, Sexismus, Sexualisierte Gewalt und Häusliche Gewalt. Darüber hinaus sind wir Mitglied im **Paritätischen Wohlfahrtsverband** (DP) und im Arbeitskreis Frauengesundheit (AKF).

Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt

Im Jahr 2022 war die Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt insbesondere mit der Instandhaltung und Einarbeitung neuer Kolleginnen beschäftigt. Nichtsdestotrotz konnten einige Veranstaltungen mit entsprechender Umstrukturierung stattfinden und die Fachstelle somit in der Öffentlichkeit präsent bleiben.
Die Fachstelle bietet seit 2017 allen Frauen, Angehörigen, Bezugspersonen und Fachkräften in einem geschützten Raum Krisenintervention und Erstberatung zu Erfahrungen von sexualisierter Gewalt an. Zudem engagiert sich die Fachstelle in den genannten Gremien und Netzwerken und beteiligt sich dort aktiv.

Fortbildung „Hilfen bei sexualisierter Gewalt“ + Schutzkonzept

Unsere Fortbildung „Hilfen bei sexualisierter Gewalt im Kontext Schule“ sowie der vertiefende Workshop “Institutionelles Schutzkonzept“ konnten aufgrund fehlender personeller Kapazitäten durch Elternzeit und Einarbeitungen in 2022 nicht angeboten werden.
Alle anfragenden Schulen werden jedoch im nächsten Jahr wieder mit diesem Angebot von uns versorgt.

Präventionsworkshops an Schulen

In 2022 wurden zwei Workshops zum Thema Prävention von sexualisierter Gewalt an Schulen von uns durchgeführt.

Ziel des einen Workshops war es, im Rahmen eines Projekttages mit dem Schwerpunkt Sexualpädagogik mit den Schülerinnen der 8. Klassen eines Velberter Gymnasiums zu den Themen: Beziehung – Grenzen - Sexualisierte Gewalt zu arbeiten. In den jeweils zweistündigen Workshops mit Gruppen von 9-13 Teilnehmerinnen ging es vor allem um die Sensibilisierung für die eigenen Bedürfnisse und Grenzen in Beziehungen, um Informationen über Formen von Sexualisierter Gewalt und Übungen und Tipps für die sexuelle Selbstbestimmung. Die Schülerinnen zeigten hierbei großes Interesse und probierten sich im Rahmen von Rollenspielen und Übungen aus. Außerdem diente der Workshop dazu, den jungen Frauen die Arbeit der Allgemeinen Frauenberatung und Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt mit ihren Themen und Angeboten vorzustellen.
Der zweite Workshop fand an einem Wuppertaler Gymnasium innerhalb einer Workshop-Reihe für Schülerinnen der Q1 im Alter von 16 bis 18 Jahren statt. Ziel war es hier, mit den Teilnehmerinnen zu den Themen „Toxische Beziehungen und Formen von sexualisierter Gewalt“ zu arbeiten sowie in einem zweiten Teil Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungstechniken zu vermitteln und einzuüben (WenDo).

Die 13 Teilnehmerinnen konnten somit trainieren ihre (Körper-)Grenzen mehr wahrzunehmen und einzuordnen und lernten, diese in verschiedenen Situationen angemessen zu verteidigen (Stand, Stimme, Blick).

Fonds Sexueller Missbrauch

Seit November 2021 berät die Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt auch zum Fonds Sexueller Missbrauch im familiären Bereich.
Der Fonds stellt eine niedrigschwellige Unterstützungsmöglichkeit für Menschen dar, die in ihrer Kindheit und Jugend von sexualisierter Gewalt betroffen waren. Es können für verschiedene Sachleistungen zur Minderung von Folgewirkungen der Gewalt von bis zu 10.000 Euro beantragt werden. Der Fonds ist angesiedelt beim Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFzA) und wird finanziert vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ).
Die Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt unterstützt betroffene Frauen dabei, herauszufinden ob Anspruch besteht und wenn ja, welche Sachleistungen im individuellen Fall beantragt werden können. Weiterhin unterstützt sie beim Ausfüllen des Antrags und begleitet die Klientin als Kooperationspartnerin des Fonds auch im weiteren Kontakt mit der Geschäftsstelle.
In 2022 konnten wir einen deutlichen Anstieg der Anfragen von Klientinnen zum Fonds feststellen. Zurückzuführen ist dies auf die Listung der FrauenBeratung auf der offiziellen Seite des Fonds als kooperierende Beratungsstelle (BAFzA), die Werbung auf unserer Website und Social Media sowie die Informationsweitergabe innerhalb unserer zahlreichen Vernetzungspartner*innen in Facharbeitskreisen und Kooperationen.

WenDo für junge Frauen zwischen 16 und 24 Jahren

Im September fand in den Räumen der Beratungsstelle ein WenDo-Kurs für junge Frauen zwischen 16 und 24 Jahren statt. Die neun Teilnehmerinnen nutzten die zwei Tage intensiv, um selbstbewusstes Auftreten, das frühzeitige Wahrnehmen von Grenzüberschreitungen und das Verbalisieren und deutlich machen von Grenzen zu üben. Bei unterschiedlichen Übungen und Rollenspielen wurden Inhalte und Techniken vermittelt, reflektiert und praktisch erfahrbar gemacht. Die Frauen spürten ihre eigene Kraft u.a. beim Durchschlagen eines Brettes und erlebten Solidarität durch die Gruppe. Alle Teilnehmerinnen äußerten am Ende des Kurses sich sicherer zu fühlen.

Traumasensibles WenDo für geflüchtete und nicht geflüchtete Frauen

Im Frühjahr und im Herbst 2022 konnten wir dank Spenden der Bethe-Stiftung und der Soroptimistinnen jeweils an zwei Tagen einen traumasensiblen WenDo-Kurs mit den Trainerinnen Petra Dellweg und Heike Friel anbieten. In diesem Kurs bekamen je neun Frauen die Möglichkeit ihre eigenen Grenzen zu spüren und in einem besonders geschützten Rahmen individuell ihre Grenzen zu setzen. Durch Körperübungen und im Rahmen von Rollenspielen konnten die Frauen stärkende Erfahrungen machen und sich ihrer Ressourcen bewusst werden. Neben individuellen Erkenntnissen bewerteten die Frauen vor allem das Erleben von Gemeinschaft als sehr positiv.

Frauen-Spaziergang „Zusammen Draußen“

Auch in der zweiten Jahreshälfte in 2022 fand unser Gruppenangebot „Zusammen Draußen“ großen Anklang und bot insgesamt 25 interessierten Frauen die Möglichkeit, zusammen draußen zu sein. Bei jedem Wetter und an immer wechselnden Treffpunkten konnte sowohl gemeinsam die Natur genossen werden als auch Kontakt und Begegnung stattfinden.

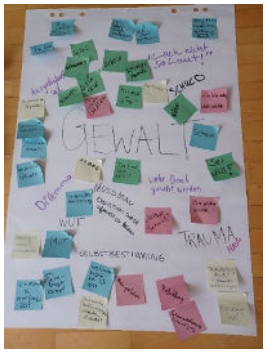
Um die besondere Niedrigschwelligkeit für dieses Angebot gewährleisten zu können und auch Frauen zu erreichen, die sich ggf. noch nicht gut in Wuppertal auskennen, sind die Treffpunkte immer sowohl mit Auto als auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen. Die Routen stellen immer Rundwege dar, sodass die Gruppe dort endet wo sie auch begonnen hat.
Auch in 2022 war der Wunsch nach Kontakten, nach Austausch und Gemeinschaft groß. Das Angebot wurde sehr gut angenommen und war stets durchwachsen von Teilnehmerinnen, die jedes Mal mitlaufen und Frauen, die neu zur Gruppe dazustießen. Zusammen und draußen konnte somit auch in diesem Jahr dem Gefühl der Einsamkeit entgegengewirkt werden.

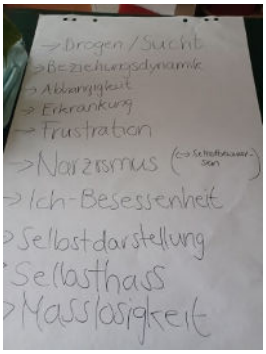
Stabilisierungsgruppe „Freiheit finden in mir selbst“

Mit dem Gruppenangebot „Freiheit finden in mir selbst – achtsamkeitsbasierte Selbstfürsorge für Balance im Alltag“ wurden im Zeitraum von Februar 2022 bis November 2022 in drei Gruppenveranstaltungen zu je fünf 90-minütigen Gruppensitzungen insgesamt 19 Frauen erreicht.
Die Teilnehmerinnen konnten praktische Erfahrungen mit formellen und informellen Achtsamkeitsübungen sammeln, ergänzt um traumasensible, stabilisierende Imaginations-übungen aus der Traumatherapie. Die Gruppensitzungen wurden dabei durch flankierende Einzelgespräche begleitet.
Die Gruppenatmosphäre war geprägt durch resilienzförderliche Merkmale wie Gegenwärtigkeit, Kommunikation auf Augenhöhe, Vergnügen und Genuss, Dankbarkeit, Harmonie, Bequemlichkeit, Frieden, Sicherheit und Schutz. Dadurch konnten Modalitäten von Achtsamkeit vermittelt und erfahrbar gemacht werden, die Aufmerksamkeit geschult, der Kontakt mit dem Hier und Jetzt gesteigert und die Erfahrung einer Veränderung des mentalen Modus erzielt werden.

Workshop „Macht der Worte“ mit Thanu X

Ein einziges Wort kann uns zum Schweigen bringen. Doch Worte geben uns auch die Kraft, unsere Stimmen zu erheben und für uns einzustehen. Durch das Schreiben ordnen wir unsere Gedanken, drücken unsere Gefühle aus und finden zu unserem Selbst.
Der Workshop “Macht der Worte gegen Gewalt gegen Frauen” richtete sich an betroffene Frauen, die ihre Gewalt-erfahrungen durch das Schreiben verarbeiten wollten. Der dreistündige Workshop bot einen *safe space*, um eigene Erfahrungen zu teilen und um sich gegenseitig zu ermutigen und für sich selbst einzustehen. Thanu X - Slampoetin, Autorin und Globalhistorikerin – leitete den Workshop und begleitete die Teilnehmerinnen auf ihrem Weg, ihre Stimmen mit eigenen Worten zu äußern. Die Entscheidung, ob sie einen Monolog, Dialog, oder einen Brief schreiben, und ob sie den Text am Ende in der inzwischen vertrauten Runde vortragen, lag ganz bei den Teilnehmerinnen. Vorbereitet wurden sie auf die Aufgabe durch Schreibübungen zu Stilmittel und Gedankenexperimenten. Unter anderem wurden im Rahmen des Workshops Gründe gesammelt, weshalb Täter*innen Gewalt ausüben und weshalb Beistehende wegschauen, um zu lernen, sich nicht selbst für die Gewalt verantwortlich zu machen, welche die Teilnehmerinnen erfahren haben. So diente der Workshop nicht nur als Plattform, sich im sicheren Rahmen auszutauschen und zu schreiben, sondern auch als ein Weg hin zum Empowerment der Teilnehmerinnen.





Workshops „Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz / im Homeoffice“

Was ist „schon“ eine sexuelle Belästigung am Arbeits-/Ausbildungs-platz? Was kann ich tun, wenn ich „grenzübergreifendes Verhalten“ erlebe und/oder beobachte?
Diese Fragen wurden im zweiteiligen Workshop „Sexuelle Belästigung am Arbeits- und Ausbildungsplatz“ und „Sexuelle Belästigung im digitalen Kontext / Homeoffice“ von der Referentin Iklime Düx (zentrale Gleichstellungsbeauftragte und Ansprechperson zum Thema „sexualisierte Belästigung und Gewalt“ an der FH Münster) beantwortet.
Nach einem kleinen inhaltlichen Input zu den gesetzlichen Rahmen-bedingungen beschäftigten sich die Teilnehmerinnen aus
verschiedenen beruflichen Kontexten im ersten Workshop „Sexuelle Belästigung am Arbeits- und Ausbildungsplatz“ mit den Fragen „Wie sehen die rechtlichen Rahmenbedingungen aus? Was kann ich in der Situation konkret tun? Wo kann ich mir Hilfe holen und wie kann ich mich selbst sicher(er) fühlen?“
Ziel der Veranstaltung war es, einen Überblick über Unterstützungsmöglichkeiten und den rechtlichen Rahmen bzgl. sexualisierter Belästigung am Arbeits-/Ausbildungsplatz zu geben. Auch stand im Fokus,
die Teilnehmenden zu empowern, um sie für unangenehme und grenzüberschreitende Situationen zu stärken.
Der zweite Teil des Workshops fand eine Woche später digital statt und beschäftigte sich mit den Fragen: „Welche Formen sexualisierter Belästigung im Homeoffice gibt es? Was kann ich tun, wenn ich in einer digitalen Veranstaltung belästigt werde? Wie kann ich mich selbst stärken und wo finde ich Unter-stützung?“
Insgesamt wurde das Angebot gut angenommen und insbesondere der zweite, digitale Workshop fand großen Anklang bei Multiplikator*innen aus dem Hilfesystem.

One Billion Rising

Jährlich wird weltweit und auch in Wuppertal am 14. Februar („One Billion Rising“) gemeinsam mit vielen Akteur*innen des Hilfesystems und Schüler*innen unter Federführung der Stabstelle für Gleichstellung und Antidiskriminierung mit einem Tanz im öffentlichen Raum auf die Situation von Frauen und das Erleben von Gewalt aufmerksam gemacht.
Pandemiebedingt wurde diese Aktion auch in 2022 „digitalisiert“ und es entstand eine bunte Tanz-Video-Montage. Das Video ist zu sehen auf der Seite der Stabstelle für Gleichstellung und Antidiskriminierung der Stadt.

Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen (25.11.)

Das Herzstück der diesjährigen Öffentlichkeitsarbeit der Fachstelle war die Mit-Organisation der Aktionen rund um den 25.11. in Kooperation mit dem Runden Tisch gegen Häusliche und geschlechtsspezifische Gewalt.

Seit 40 Jahren wird der 25. November als internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen weltweit dafür genutzt, über das hohe Ausmaß an Gewalt gegen Frauen* zu informieren und zahlreiche Aktionen zu planen.
In diesem Jahr stand der 25. November unter dem Motto „Keine Mehr!“.
In Kooperation mit dem Runden Tisch gegen Häusliche und geschlechtsspezifische Gewalt, insbesondere Frauen helfen Frauen e.V. und der Stabstelle für Gleichstellung und Antidiskriminierung, organisierten wir insgesamt **drei Veranstaltungen**:
Am 19. November spielte die **Bühne für Menschenrechte** aus Berlin ihr Stück **„Keine Mehr – ein dokumentarisches Theaterstück über Solidarität“** im Wuppertaler Cafe Ada (INSEL e.V.).
In dem Stück erzählen drei Frauen von Gewalt und ihren Erfahrungen. Sie sind Expertinnen, die selbst betroffen sind, ihre Erfahrungen verarbeiten, einordnen und damit in der Lage sind, ihre Betroffenheit zu kontextualisieren. Die Frauen sind selbst im Frauenkampf aktiv und arbeiten zum Teil selbst mit Betroffenen, um ihre Expertise zu teilen und anderen Frauen zu helfen. Dabei werden keine vielfach in den Medien und in der Politik favorisierte Opfernarrative bedient, vielmehr steht die Stärke und Solidarität der Protagonistinnen im Fokus des Stücks. Das Stück wurde erarbeitet in Kooperation der Bühne für Menschenrechte mit Women in Exile e.V., GKB – Bundesverband der Migrantinnen e.V. und Wildwasser e.V. “*Gewalt ist Gewalt”*, sowohl für eine geflüchtete Frau als auch für eine migrantische Frau als auch für eine deutsche Frau, die sexualisierte Gewalt in der Kindheit erfahren hat.
Im Anschluss an die Vorstellung gab es noch die Möglichkeit zu einem Publikumsgespräch mit Expertinnen aus dem Wuppertaler Frauenhilfesystem (Frauen helfen Frauen e.V., Migrationsdienst der Diakonie und Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt).

Am 25. November selbst las Carolin Haentjes aus ihrem Buch: **„Femizide – Frauenmorde in Deutschland“** in der VHS Wuppertal.
Im Anschluss fand eine Podiumsdiskussion mit der Autorin Carolin Haentjes, einer Wuppertaler Anwältin, einer Mitarbeiterin des Wuppertaler Frauenhauses, und einem Mitarbeiter des polizeilichen Opferschutzes statt.
Moderiert wurde die Veranstaltung durch die Stabstelle für Gleichstellung und Antidiskriminierung.
Die Lesung stellte gleichermaßen die Eröffnung der dritten Aktion der Wuppertaler Kooperation zum 25. November dar: Die **Ausstellung „Remember my name – remember my story“** zum Thema Femizide in Deutschland. Diese war vom 25.11.2022 bis 16.12.2022 in der Bergischen VHS zu sehen, zeigte einzelne Biografien getöteter Frauen und vermittelte Informationen zum Thema „Femizide“.

Koordinierungsstelle ASS - Anonyme Spurensicherung nach sexualisierter Gewalt

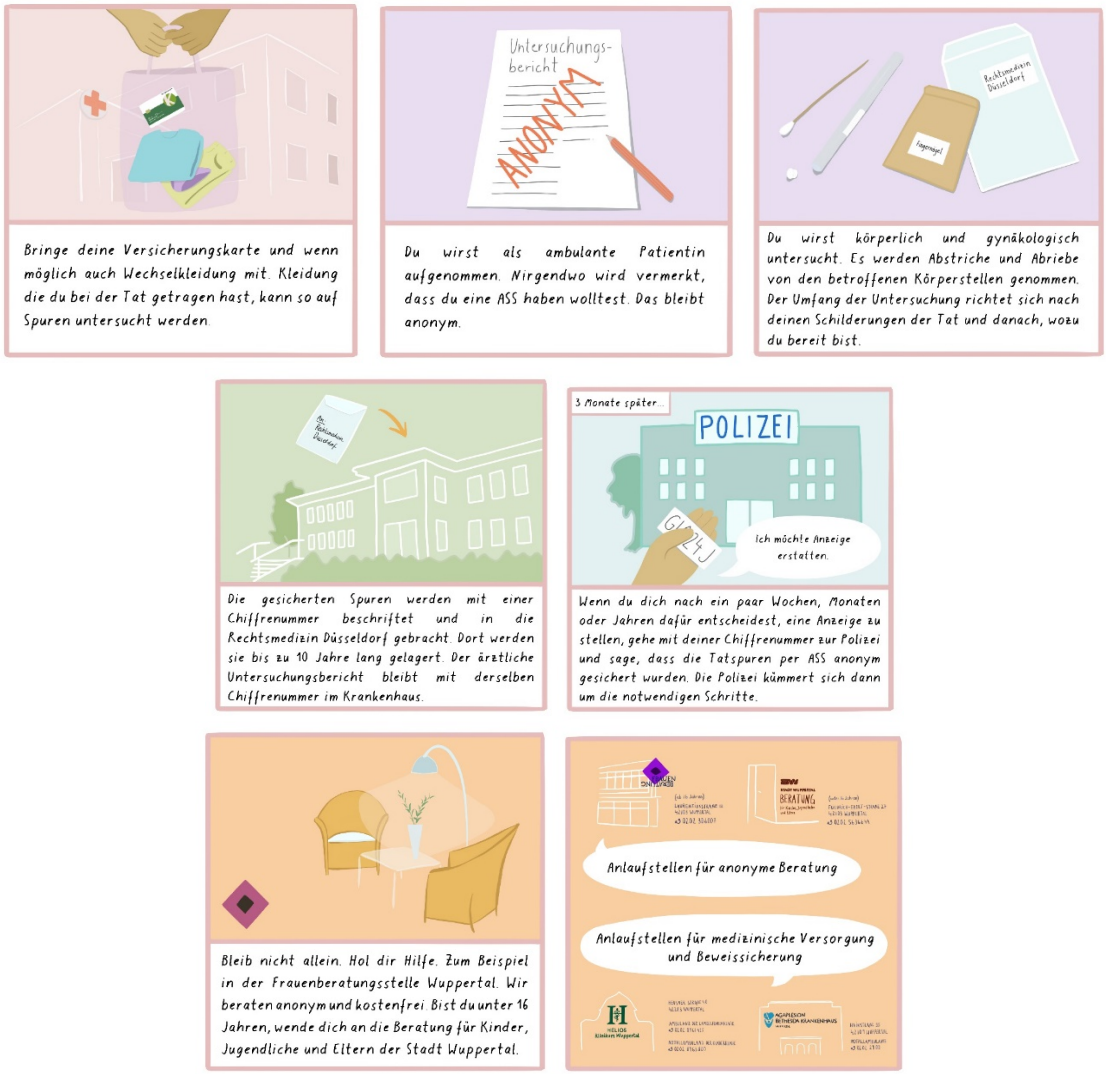
In Wuppertal können Frauen die Anonyme Spurensicherung nach sexualisierter Gewalt seit November 2018 in Anspruch nehmen.
Das Verfahren „ASS“ bietet Frauen die Möglichkeit, Tatspuren gerichtsfest sichern zu lassen, ohne direkt zwingend eine Anzeige erstatten zu müssen. Die Spuren werden unter einer anonymen Chiffrenummer im Institut für Rechtsmedizin Düsseldorf 10 Jahre lang gelagert.
Der Vernetzungskreis *Kooperation ASS*, der in 2019 durch die Frauenberatungsstelle initiiert wurde und seitdem von dieser geleitet wird, hat einen engen und regelmäßigen Austausch und Informationsfluss zwischen den wichtigsten Vernetzungspartner*innen zu ASS in Wuppertal zum Ziel. Dazu gehören:

- Helios Universitätsklinikum
- Agaplesion Bethesda Krankenhaus
- Universitätsklinikum Düsseldorf – Institut für Rechtsmedizin
- Beratung für Kinder, Jugendliche und Eltern der Stadt Wuppertal
- Stabstelle für Gleichstellung und Antidiskriminierung der Stadt Wuppertal
- Runder Tisch gegen häusliche und geschlechtsspezifische Gewalt Wuppertal
- Opferschutz der Polizei
- Weißer Ring

Neben der Vorstellung des Themas in verschiedenen Arbeitskreisen und Ausschüssen entwickelte die Fachstelle in 2022 neues Material, setzte altes fort und machte das Verfahren bei verschiedenen Veranstaltungen in Wuppertal zum Thema.
Im Jahr 2022 entstand die Idee, das sechsminütige Video zu einem 30-sekündigen Kinospot zu kürzen. Gemeinsam mit der Wuppertaler Filmemacherin, die das sechs minütige Video produzierte, wurde die Kürzungsarbeit aufgenommen und es entstand ein erster Entwurf. Ziel ist es, dieses Projekt in 2023 fortzuführen und im Sommer beim Wuppertaler Open Air Kino „Talflimmern“ vor dem eigentlichen Hauptfilm zu zeigen.
Um ergänzendes Material für die Öffentlichkeitsarbeit und die Präventionsveranstaltungen zur ASS zur Verfügung zu haben, entwickelte die Fachstelle gemeinsam mit der Berliner Illustratorin Pia Klüver, die auch an der Produktion des Video-Clips beteiligt war, eine weitere Social Media Kampagne.
Inhalt der Social Media Kampagne ist die kleinschrittige Erläuterung des genauen Verfahrensablaufs der ASS.
In unterschiedlichen Deckblatt-Folien werden folgende sechs Fragen zur ASS gestellt, die im Ablauf der Folgefolien beantwortet werden:

1. ASS – Was ist das?
2. ASS – Worauf muss ich achten?
3. ASS – An wen kann ich mich wenden?
4. ASS – Wie werden die Spuren gesichert?
5. ASS – Was bedeutet anonym?
6. ASS – Wie lange kann ich mich für eine spätere Anzeige entscheiden?

Das Design der Instagram-Posts orientiert sich an dem Design der Social Media Kampagne und den Postkarten aus dem letzten Jahr.



Die bereits bestehenden Öffentlichkeitsmaterialien zur ASS in Wuppertal, wie Plakate, Folder und quadratische Karten wurden 2022 durch ein kleineres Format in Form einer klappbaren „Visitenkarte“ ergänzt. Somit haben Betroffene und Interessierte nun auch die Möglichkeit diskret die wichtigsten Informationen zur ASS bspw. im Portemonnaie zu verstauen.
Um einen Wiedererkennungswert zu schaffen wurde dasselbe Design der bisherigen Öffentlichkeitsmaterialien verwendet. Die Klappkarte enthält sowohl die Kontaktdaten der kooperierenden Kliniken zur medizinischen Versorgung und Beweissicherung als auch Namen und Telefonnummern der beiden Beratungsstellen zur weiteren Unterstützung.

ASS-Seite der Frauen-Beratung Wuppertal

https://t1p.de/l201z

Youtube-Clip, der das Verfahren ASS erklärt

https://t1p.de/7y0k9

gefördert vom:

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen

Anzeige erstatten ...

... oder nicht?
Diese Entscheidung müssen Sie nicht sofort treffen!
Mit der Anonymen Spurensicherung nach sexualisierter Gewalt (**ASS**) nach sexualisierter Gewalt lassen sich notwendige Spuren und Beweismittel anonym sichern, ohne dass Sie zwingend und sofort eine Anzeige erstatten müssen.

Weitere Unterstützung und Beratung:
Ab 16 Jahren: FrauenBeratung + Selbsthilfe e. V.
0202 306007 | info@frauenberatungwuppertal.de
Unter 16 Jahren:
Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der Stadt Wuppertal
0202 563-6644

Medizinische Versorgung und Beweissicherung:
Agaplesion Bethesda Krankenhaus, Notfallambulanz, Hainstr. 35 (alle Altersgruppen)

Helios Universitätsklinikum, Heusnerstraße 40; Haus 8, 3. OG (ab 16 Jahre), Haus 8, EG (bis 16 Jahre)

Auch in 2022 ließ die Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt die ASS-Plakate an den Wuppertaler City Lights und an den Schwebebahnhöfen und Litfaßsäulen plakatieren, um das Verfahren im Wuppertaler Stadtbild präsent zu halten.
Weiterhin wurden A3-Plakate gedruckt, die über die Vertriebsagentur Talevent in den Wuppertaler Kneipen, Clubs und der Gastronomie verteilt wurden.

Um das Projekt ASS für Wuppertal zu sichern und weiter ausbauen zu können und noch mehr Frauen auf das Angebot aufmerksam zu machen, werden wir in 2023 für die Finanzierung beim Ministerium für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration NRW einen Folgeantrag stellen. Wir planen:

- die Verfahrensabläufe zu festigen und zu sichern.
- Kooperationstreffen mit der Kooperation ASS wieder verbindlicher zu etablieren und weiterzuführen.
- durch weitere Öffentlichkeitsarbeit den Bekanntheitsgrad des Projektes zu erhöhen.
- den Zuschnitt des ASS-Kinospots fertigzustellen und in Wuppertaler Kinos zu zeigen.
- einen weiteren Film zu ASS als zentraler Baustein in der Versorgung nach sexualisierter Gewalt für die Webseite und Instagram zu produzieren.
- die Klappkarten („Visitenkarten“) zu drucken und zu verteilen.
- die für die Social Media Kampagne erstellten Illustrationen für die Erstellung eines Leporellos zu nutzen.
- den ASS-Flyer in verschiedene Sprachen und in Leichte Sprache zu übersetzen.
- Armbänder für unsere Präventionsarbeit herstellen zu lassen, die auf die ASS aufmerksam machen.

Allgemeine Frauenberatung

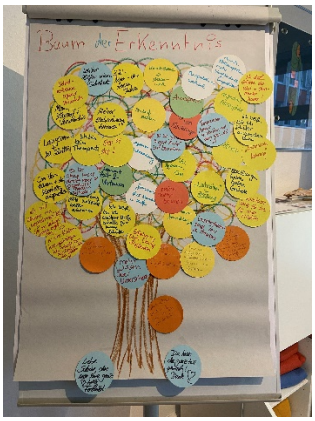
Essstörungen

Im Jahr 2022 haben wir 178 Frauen zum Thema Essstörungen beraten und fortgebildet, davon waren 54 junge Frauen im Alter unter 25 Jahren. Die meisten jungen Frauen kamen zu den Themen (beginnende) Anorexie oder Bulimie. Viele jungen Frauen zwischen 16 – 18 Jahren kamen, weil sich die Eltern und/oder Schule Sorgen machten, einige hatten sich an Schulsozialarbeiter*innen gewendet, andere an ein Elternteil.

Bei Frauen mit einer Anorexie wurden oft die Themen Leistungsdruck und eigene hohe Anforderungen benannt, zudem sozialer Rückzug und Strukturverlust, was durch Corona Lockdowns teilweise verschärft wurde. Eine Komorbidität von Depressionen, Selbstverletzendem Verhalten und/oder suizidalen Gedanken und einer Essstörung trat gehäuft auf. Zudem ist auffällig, dass die Kombination mit exzessivem Sportverhalten, dem Einteilen in „gute“ und „schlechte“ Lebensmittel zunimmt, sowie auch die Angst vor überbordenden Emotionen und Schuldhaftigkeit gegenüber dem Umfeld (Eltern, Geschwister, Partner*in, Freund*innen).
Eine große Schwierigkeit stellt die Anbindung an die therapeutische Versorgung dar: Es gibt weder für Jugendliche noch für erwachsene Frauen genug Therapieplätze in Wuppertal und Umgebung, was zu langen Wartezeiten (6 Monate bis zu 1 Jahr), viel Frust und teilweise einer Verschlechterung führte. Zudem fallen die 18 – 21-jährigen oft durchs Raster, weil sie weder bei Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeut*innen noch bei Erwachsenen-Therapeut*innen einen Platz bekommen, da die therapeutische Behandlung einer Essstörung oft länger dauert.
Zudem fehlen in der Stadt Gruppenangebote für Personen mit einer Essstörung, da Betroffene nicht allein durch die Angebote (Körperbildgruppe/Mütter-Coaching) und die Selbsthilfegruppe der Frauenberatungs-stelle aufgefangen werden können.

Auf Seite der Beratung führt diese Schieflage dazu, dass viel Motivations- und Überbrückungs-Arbeit von mehreren Monaten notwendig ist, damit die (jungen) Frauen nicht aufgeben, die Essstörungssymptomatik sich nicht verschlechtert und die Frauen sich unterstützt und gesehen fühlen. Daher sind Beratungsplätze teilweise längerfristig belegt, was bedeutet, dass es momentan innerhalb von 1-2 Wochen keine freien Termine für Neuanfragen gibt.

Auch in diesem Jahr wurde wieder mehrmals die **Fortbildung „Ansprechen oder nicht?“** für Beratungslehrer*innen, Sozialarbeiter*innen, Therapeut*innen, die sich in ihrem Arbeitsfeld mit dem Thema Essstörungen befassen, angeboten und durchgeführt. Diese Berufsgruppen stehen in ihrer täglichen Arbeit häufig unter der Anforderung Essstörungen zu erkennen, die betroffenen Mädchen und Jungen anzusprechen und geeignete Unterstützungsmöglichkeiten zu finden. In dieser Fortbildung erhielten Multiplikator*innen die Möglichkeit, neue Handlungsstrategien für die eigene berufliche Praxis zu entwickeln.



Es ist positiv zu vermerken, dass wir den Eindruck haben, dass Schulen mittlerweile besser um die Thematik und die entsprechenden Unterstützungsangebote in Wuppertal und Umgebung Bescheid wissen, so dass einige junge Frauen in einem frühen Stadium einer Essstörung bei uns ankommen und gut unterstützt werden können. Durch den Generationenwechsel gibt es wieder vermehrt Anfragen.

Zudem sind in 2022 viele Anfragen von Angehörigen eingegangen, die wir durch Beratungs- und Gruppenangebote wie das **„Mütter-Coaching“** unterstützen konnten. Die Mütter erhielten in diesem Coaching Informationen darüber, welche Symptome ernst zu nehmen sind, welche Ursachen zu Essstörungen führen und was die Konsequenzen für die Betroffenen und die Angehörigen sind.

Darüber hinaus ging es darum wie erste Schritte aussehen, um sich um Erkrankte zu kümmern. Es ging um die Fürsorgestile der Mütter, ihren Stress und ihre Belastungen aber auch um ihre Resilienz und Stärken. Besonders intensiv haben sich die Mütter mit dem Thema Kommunikation beschäftigt. Für diese Veranstaltung konnten wir wieder eine junge Frau gewinnen, die den Weg aus der Magersucht geschafft hat. Sie konnte den Müttern auf eindrucksvolle Weise vermitteln, dass Heilung möglich ist. Die Mütter konnten viele Fragen stellen und erhielten für den Umgang mit ihren Töchtern hilfereiche Anregungen. Sie hat den Müttern ihre persönliche Geschichte erzählt und die drängenden Fragen der Mütter offen und ehrlich beantwortet. Mutig hat sie darüber gesprochen, warum sie als Bewältigungsstrategie für ihre Probleme die Magersucht gewählt hat, wie sie sie überwunden hat und was sie dabei unterstützt hat. Sie hat den Müttern aufgezeigt, was hilfreiche und weniger hilfreiche Strategien auf dem steinigen Heilungsweg waren und was sich junge Frauen mit Essstörungen von Ihren Müttern im Hinblick auf die Essstörung wünschen, was hilfreich, motivierend und ermutigend ist und was eher kontraproduktiv. Das war für alle eine sehr bewegende und emotionale Veranstaltung.

Auch in 2022 konnte die leibtherapeutische Körperbildgruppe **„Wenn Essen (m) ein Problem ist“** wieder stattfinden. In dieser körperorientierten Therapiegruppe sind Frauen mit Essstörungen herzlich eingeladen, sich achtsam und behutsam auf die Suche nach ihrem inneren Kern, ihren Wünschen, Gefühlen und Bedürfnissen zu begeben. Es wird mit den Methoden der Kreativen Leibtherapie, Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen, Meditativen Kreistänzen, Atemübungen, Yogaübungen, Körperwahrnehmungs-übungen, Imaginationen und Meditationen und Übungen aus Zapchen Somatics gearbeitet Die Gruppe findet an 10 Abenden für zwei Stunden statt. In der Gruppe lernen die Frauen nach und nach die einzelnen Teile ihres Körpers durch verschiedene nicht bewertende kreative Zugänge wahrzunehmen, sie spüren ihren Körper von innen und eröffnen sich so Wege zum verschütteten Körper-Sein. Durch das Malen mit verschiedenen bunten Kreiden in das lebensgroße Körperbild mit seiner dazugehörigen Körperkontur und der Aura findet das Gefühlte bildhaften Ausdruck.

In 2023 möchten wir das Beratungsangebot für Transfrauen mit einer Essstörungssymptomatik zugänglicher machen, da wir einen großen Bedarf auch in dieser Community sehen.

forumesSstörungen

Im ersten Halbjahr 2022 hat das Forum Essstörungen eine Recherche zu seriösen Online-Angeboten durchgeführt mit folgenden Ergebnissen:

- Landesfachstelle Essstörungen NRW,
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA)
- Waage e.V. (Online-Beratung)
- Anad (wie oben + Videosprechstunden) anad-dialog.de
- Frankfurter Zentrum für Essstörungen (für Erwachsene, Jugendliche, Angehörige, Videosprechstunde)
- Dick und dünn Nürnberg e.V.
- Hungrig-online.de (auch für Binge-Eating spezielles Angebot)
- Männerberatungsnetz (Information und Vermittlung von Beratungs-angeboten)
- Caritas Angebot „Jungen- und Männerberatung“: Online-Beratung
- BKK (Bauchgefühle)
- Between the Lines App: kostenlose und werbefreie App für Jugendliche zu den Themen (Liebeskummer, Sexualität, Magersucht, Sexualisierte Gewalt, Hilfestellung bei psychischen Problemen, u.v.a.m.)

Die meisten Angebote haben ein Ampelsystem, das Hilfesuchenden anzeigt, ob noch Kapazität vorhanden ist, rot bedeutet keine E-Mail Annahme möglich.

Der weitere Erfahrungsaustausch zur Nutzung von Online-Beratung ergab, dass der eigene Umgang mit dem Medium eine Rolle spielt. Die jungen Kolleg*innen in den Beratungsstellen sind darin sehr fit, sie gehen damit viel selbstverständlicher und kompetenter um. Gleichzeitig braucht der Aufbau von Social-Media-Angeboten wie Instagram, Blogs etc. und anderer Portale viel Personalkapazität.

Nach zwei Jahren Pandemie gibt es folgende Erkenntnisse:

- Die Frauenberatung ist durch sehr viel Öffentlichkeitsarbeit mit ihren Angeboten durch Plakataktionen an Schwebebahnhöfen, Litfaßsäulen und City-Lights, durch die Verteilung von Flyern und mit ihrer neuen modernen Webseite sichtbar geblieben und hat auf sich aufmerksam gemacht. Dies hat sich gelohnt.

- Jugendliche erreichen die Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern, wenn sie massive Krisen haben. Daher dort die Überlegung, mit welchen Medien könnte dies anders sein.

- Derzeit findet in allen Beratungsstellen, Schulen, Institutionen und Arbeitskreisen ein Generationen-wechsel statt.

Im Bereich der Medizinischen Praxen gibt es momentan wenige Kinderärzt*innen, die zum Thema Essstörungen fortgebildet sind und dazu kompetent arbeiten und Unterstützung leisten können. Manche Familien finden keine Kinderärzt*innen mehr, das liegt auch an der Zuwanderung vieler Kinder. Hierzu soll die KV angesprochen werden, welchen Stellenwert Essstörungen in der Arbeit haben und ob sie Kolleg*innen kennen, die dabei besondere Qualifikation haben**.**
Des Weiteren wird sich das Forum im zweiten Halbjahr dem Thema Essstörungen von Jungen und Männern widmen.
Frau Krause, psychologische Psychotherapeutin ist seit 2022 die neue Leitung der Landesfachstelle Essstörungen NRW.

Workshop-Reihe „Weibliche Finanzkompetenzen“

Leider kommt das Thema Geld/Finanzen oft viel zu kurz, findet gar keine Beachtung oder es gilt die Devise "über Geld spricht man/frau nicht". Um dies zu ändern, Frauen für den Alltag fit zu machen und die Möglichkeit für einen selbständigen und selbstbewussten Umgang mit dem Thema an die Hand zu geben, konnten wir zwei Bankkauffrauen der GLS Bank aus Bochum dafür gewinnen, eine dreiteilige Workshop-Reihe zum Thema „Weibliche Finanzkompetenzen“ in der Frauenberatungsstelle anzubieten.
In den drei aufeinander aufbauenden Teilen mit den Themenschwerpunkten: „Basics“, „Geldanlagen“ und „Altersvorsorge“ wurden die Frauen zu Fragen des täglichen Umgangs mit Finanzen, der Geldanlage und Altersvorsorge informiert. Eine Teilnahme war auch an einzelnen Workshops möglich.
Pro Abend hatten sich zehn Frauen angemeldet, die sich durch eine an der Praxis orientierte Herangehensweise und ein offenes Ohr für ihre Themen sehr willkommen und mit ihren Anliegen ernst genommen fühlten. Aufgrund der positiven Rückmeldungen wird die Reihe im Frühjahr 2023 nochmals angeboten.

Abschied und Neubeginn: Gruppenangebot für Frauen in Trennungssituationen

An dem Angebot „Abschied und Neubeginn“ im zweiten Halbjahr 2022 (vier Termine) nahmen sechs Frauen teil, die sich in unterschiedlichen Phasen der Trennung - von bestehender Ambivalenz bis hin zu vollzogener Trennung - unter anderem nach häuslicher Gewalt, befanden.
Ein Ziel der Gruppe war es, den Frauen einen Raum zu geben, um sich ihrer eigenen derzeitigen Situation bewusst zu werden, diese anzunehmen und auch um von verloren gegangenen Lebensentwürfen Abschied zu nehmen. Mittels geführter Übungen konnten die Teilnehmerinnen ihren eigenen Trennungsprozess reflektieren, die damit verbunden Gefühle wahrnehmen und benennen und neue Wege zurück in ihre Kraft finden.
Ein weiterer Schwerpunkt der Gruppe lag im Austausch unter den Frauen, um einerseits zu spüren, dass sie mit ihrer Situation nicht alleine waren, und um sich andererseits gegenseitig in ihrem Recht auf ein selbstbestimmtes Leben zu bestärken.

Entspannungskurs für geflüchtete und nicht geflüchtete Frauen

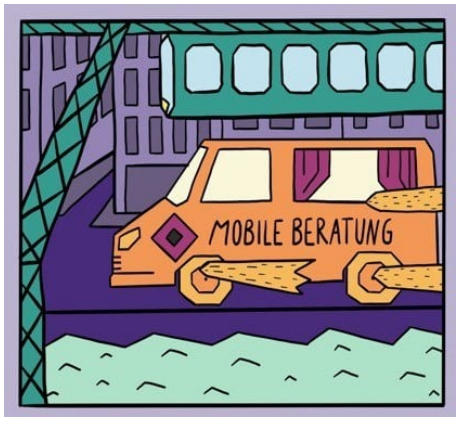
Dank Spendengelder des SI Club Wuppertal, der Jackstädt-Stiftung, der Einzelspender*innen und der Bethe-Stiftung konnten wir im Jahr 2022 zwei Entspannungskurse für insgesamt 18 geflüchtete und nicht geflüchtete Frauen mit der Entspannungs- und Meditationslehrerin Petra Dellweg anbieten. Die beiden Kurse fanden im ersten und zweiten Halbjahr jeweils an 12 Terminen zu je zwei Stunden statt.
Der Entspannungskurs war gekennzeichnet durch einen klaren und strukturierten Ablauf. Den Anfang bildete eine kurze Stille-Meditation mit Schwerpunkt Atem und Körperwahrnehmung. Im Anschluss gab es eine Bewegungseinheit, bei der es auch um Kontakt und Ausdruck ging. Im Hauptteil lernten die Frauen verschiedene Entspannungsmethoden kennen und konnten diese praktisch ausprobieren. Um die im Kurs erprobten Inhalte auch zu Hause fortführen zu können, erhielten die Teilnehmerinnen Informationsmaterialien. Die teilnehmenden Frauen erlebten diese praxisorientierte Gruppe als wertvolle Unterstützung für mehr Entspannung im Alltag. Außerdem schätzten die Teilnehmerinnen die Möglichkeit miteinander in Kontakt zu kommen und dem Gefühl von Einsamkeit entgegenzusteuern. Dieser wurde zum Teil auch noch über die Gruppe hinaus fortgeführt. Mit diesem Angebot konnte der häufig erlebten Isolation von Frauen ein Stück weit entgegengewirkt werden.

Sicher im Netz

Unsere Weiterbildungsreihe **„Digitale Kompetenz für Frauen“** mit den Themen **Digitale Gewalt und Digitales Empowerment** wurde im letzten Jahr so gut angenommen, dass wir sie in 2022 ein weiteres Mal anbieten konnten. Gemeinsam mit der Professorin Susanne Kurz von der Uni Köln konzipierten wir eine Veranstaltungsreihe über fünf Module mit je zwei Unterrichtseinheiten zu je 45 Minuten. Hier wurde die **Medienkompetenz** von interessierten Frauen gestärkt, erweitert und aufgebaut. Um die Frauen in Wuppertal auf die neuen Angebote aufmerksam zu machen, gab es eine breite Öffentlichkeitskampagne in Form einer Plakataktion **„Digitale Gewalt und Digitale Kompetenz von Frauen“,** illustriert von Pia Klüver.

Mobiler Beratungsstellenbus gegen Gewalt

Jede dritte Frau in Deutschland ist mindestens einmal in ihrem Leben von physischer und/oder sexualisierter Gewalt betroffen.
Gewalt gegen Frauen und Mädchen hat viele Gesichter. Sie kann sich in körperlichen, sexualisierten, psychischen, digitalen oder strukturellen Formen äußern. Viele Betroffene sprechen mit niemandem darüber. Dabei kann es sehr hilfreich sein mit jemandem zu sprechen, um den Folgen von Traumatisierung präventiv entgegen zu wirken.
Um die Zugänglichkeit unseres Beratungsangebots zu erweitern, Wege für weniger mobile Frauen zu erleichtern, abgelegene Stadtteile besser zu erreichen und das Wirken der Arbeit in die Stadt hinein zu unterstützen, arbeiteten wir auch in 2022 an unserem Projekt „Mobiler Beratungsstellenbus gegen Gewalt“.



Möglich gemacht wird dies durch die Beteiligung unseres Fördervereins beim **Bürger*innenbudget der Stadt Wuppertal** im Jahr 2021, bei dem wir mit dieser Projektidee einen tollen fünften Platz erreichten.

Arbeitsschwerpunkte der mobilen Beratungsstelle gegen Gewalt werden sein:

- Anonyme, kurzfristige und niedrigschwellige **Information und Beratung** in sozialen Brennpunkten, auf Spielplätzen, in abgelegenen Stadtteilen
- Vermittlung von themenbezogenen Informationen (z.B. Sexismus am Arbeitsplatz) an ausgewählten Standorten in Form eines **Empowerment-Cafés**
- Niedrigschwelliges **Präventionsangebot** zu Themen wie digitale Gewalt, Essstörungen oder ASS an Schulen, Jugendzentren oder Mädchenwohnheimen
- Anlaufstelle und Gewährleistung eines Schutzraums für von Gewalt betroffene Frauen* bei **Großveranstaltungen**

Im Jahr 2022 beschäftigten wir uns gemeinsam mit unserem Förderverein damit, einen für diese Zwecke passenden Bus zu finden. Nach reiflicher Überlegung entschieden wir uns letztlich für einen Opel Movano, der voraussichtlich im Sommer 2023 geliefert wird. Im Anschluss soll der Bus mit Hilfe eines Schreiners eine einladende Inneneinrichtung erhalten und somit zu einer gemütlichen kleinen Beratungsstelle ausgebaut werden. In Kooperation mit unserer Illustratorin Pia Klüver wird der Bus von außen unseren Themen entsprechend ansprechend gestaltet. Wir hoffen sehr, dass das Projekt in 2023 mit seiner Arbeit an den
Start gehen kann.

„Stark für Frauen“: Podcast des Dachverbands zum 25-jährigen Jubiläum

Anlässlich des 25-jährigen Jubiläums des Dachverbandes der autonomen Frauenberatungsstellen NRW, welches wir gemeinsam mit allen Frauenberatungsstellen in NRW feierten, entstand gemeinsam mit der Journalistin und Podcasterin Sarah Tekath der 25-teilige Podcast „Stark für Frauen“.
In diesem Podcast werden den Zuhörer*innen in 25 Folgen die Arbeit und Expertise der autonomen Frauenberatungsstellen NRW mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten nähergebracht. Dazu wurden Expertinnen aus den Beratungsstellen und Klientinnen interviewt. Der Podcast wurde zum 25. November, dem internationalen Tag von Gewalt gegen Frauen veröffentlicht. Er ist überall zu hören wo es Podcasts gibt. Wir wünschen dem Dachverband zu seinem Jubiläum alles Gute und freuen uns auf die nächsten 25 Jahre!

Plakatierungen

Da wir in 2022 aus personellen Gründen viel mit interner Personaleinarbeitung beschäftigt waren und dennoch im Wuppertaler Stadtbild Präsenz zeigen wollten, lag ein Schwerpunkt der Öffentlichkeitsarbeit in diesem Jahr auf verschiedenen Plakataktionen an Schwebebahnhöfen, Litfaßsäulen und City Lights.

Den Anfang machte im **Februar**, rund um den Tag von „One Billion Rising“ das Plakat „**Ich wurde von einer Mücke gestochen! Du hast sie bestimmt provoziert!**“. Das Plakat dieser Kampagne vom Bundes-verband Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe (bff), die bereits in 2018 deutschlandweit zu sehen war, führt Vorurteile und Vorwürfe gegenüber vergewaltigten Frauen ad absurdum. „Warum war sie alleine oder so spät unterwegs, warum hatte sie an, was sie anhatte, warum hat sie Alkohol getrunken, warum hat sie sich nicht gewehrt?“ Mit solchen und ähnlichen Fragen werden viele Mädchen und Frauen nach einer Vergewaltigung konfrontiert. In den Vorurteilen und Verurteilungen stecken nicht nur Beschuldigungen gegenüber der Frau, sondern auch eine gleichzeitige Entlastung der Täter*innen. Die Folgen können schwerwiegend sein: Frauen geben sich selbst die Schuld, verschließen und schämen sich, möchten nicht über das Erlebte sprechen und in der Konsequenz auch nicht anzeigen oder eine Beratungsstelle aufsuchen, da sie überall mit entsprechenden Vorbehalten gegen sich rechnen. Mit dieser Plakatkampagne werden die Beschuldigungen stark überzeichnet, die Absurdität der Vorwürfe deutlich und die Distanzierung von grundlosen Vorwürfen unterstützt.

Im **März**, rund um den internationalen feministischen Kampftag, plakatierten wir unser 2019 im Rahmen einer großen Öffentlichkeitskampagne entstandenes Plakat „**Frauen erobern die Nacht“**, welches das Thema geschlechts-spezifische sexualisierte Grenz-verletzungen und Übergriffe im Wuppertaler Nachtleben in den Fokus nimmt. In Ausgeh- und Feierkultur sind Grenzverletzungen in Form von sexistischen Sprüchen und Übergriffen nach wie vor keine Seltenheit und das erneute Plakatieren dieses sehr gelungenen
Plakats der Berliner Illustratorin Pia Klüver somit auch in 2022 noch aktuell.

Anlässlich der globalen Klimastreiks von Fridays For Future in 2022 entschieden wir uns dafür, die Illustration **No climate justice without gender justice** aus unserer Jubiläums-Broschüre als Plakat gestalten und drucken zu lassen. Aus Solidarität mit der Bewegung ließen wir diese rund um den Klimastreik an den Wuppertaler Schwebebahnhöfen und Litfaßsäulen plakatieren.

Im **Juli** und im **September** plakatierten wir die **Vor!Sicht-Kampagne** unseres Dachverbands zum einen an Schwebebahnhöfen und Litfaßsäulen und ein weiteres Mal in Posterrahmen an diversen Stromkästen (Moskitos).
Die Präventions-Kampagne möchte (junge) Menschen dazu anregen, sich Gedanken bezüglich ihrer Beziehungen zu machen. Welche Wünsche und Bedürfnisse habe ich? Was ist wichtig im Umgang miteinander? Wo sind meine individuellen Grenzen? Kenne ich vielleicht die ein oder andere abgebildete Situation aus meiner eigenen Beziehung?
Die farbenfrohen Grafiken der Illustratorin Slinga laden dazu ein, in den Austausch darüber zu gehen. Mit dieser Kampagne ermutigt der Dachverband der autonomen Frauenberatungsstellen NRW dazu, die eigenen Grenzen zu kennen, zu verteidigen und die Grenzen anderer zu respektieren.

Im **September** machten wir mit unserer Plakat-Reihe zum Thema **Digitalisierung** auf unsere Workshop-

Reihe „Sicher im Netz“ mit Susanne Kurz (s.o.) aufmerksam, die im Vorjahr bereits sehr gut besucht wurde und in diesem Jahr ein weiteres Mal in den Räumen der FrauenBeratung stattfand.

Spenden und Sponsoring

Wir danken der Stadt Wuppertal, dem Ministerium für Heimat, Kommunales, Bau- und Gleichstellung des Landes NRW, dem Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter des Landes NRW, den Frauen des Fördervereins, den Spender*innen, Sponsor*innen, Förder*innen und Stifter*innen für Ihre freundliche Unterstützung.

Ministerium für Heimat, Kommunales,
Bau und Gleichstellung
des Landes Nordrhein-Westfalen

Wuppertal

Wuppertal, Mai 2023

Carolin Brüggemann Marion Schmidt