

MEINE STÄRKEN - MEINE RECHTE

Ein Tag gegen Gewalt!



© mixed pickles e.V.

Bericht über den Fach-Tag am 11. April 2018

Wer hat den Fach-Tag gemacht?

Der Fach-Tag wurde vorbereitet von der Suse Arbeits-Gruppe Recht.

Diese Frauen haben mitgearbeitet:

- Gabriele Kersting
 - Barbara Hönsch
- von der Frauen-Beratungs-Stelle in Meschede
- Meike Brinker
 - Melanie Vogel
 - Gaby Feldmann
 - Christiane Buschkühl
- von der Josefs-Gesellschaft in Bigge und Lipperode
- Mélanie Scheuermann
- Rechts-Anwältin aus Meschede
- Daniela Bange
- von der Caritas in Brilon

Jana Schlömer von der Frauen-Beratungs-Stelle und Mélanie Scheuermann haben den Fach-Tag moderiert. Das heißt: Sie haben immer gesagt, das kommt als nächstes.

Warum haben wir den Fach-Tag gemacht?

Wir finden, Gewalt ist sehr schlimm.

Gewalt darf nicht sein.

Niemand soll Gewalt erleben.

Von 2014 bis 2016 gab es das Suse-Projekt.

Suse heißt: Sicher und selbst-bestimmt.

Suse will Frauen und Mädchen mit Behinderung stärken.

Das Suse-Projekt war eine Idee von unserem Bundes-Verband in Berlin.

Der Verband heißt bff: Frauen gegen Gewalt.

Bei dem Suse-Projekt haben sich Beraterinnen aus der Frauen-Beratungs-Stelle in Meschede und Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus vielen Wohn-Heimen und Werkstätten im Sauerland kennen gelernt.

Wir haben zusammen zwei Fach-Tage für Fach-Leute gemacht.

Da haben alle viel über Gewalt gelernt.

Wir haben auch gelernt: Wo gibt es Hilfe.

Wir wollten auch den Menschen mit einer Behinderung davon erzählen.

Deshalb haben wir einen Fach-Tag für Menschen mit Behinderung gemacht.

Alle sollen ihre Rechte kennen.

Alle sollen wissen:

Gewalt ist nicht in Ordnung!

**In diesem Heft können Sie lesen:
Das ist auf dem Fach-Tag passiert.**

Wo war der Fach-Tag?

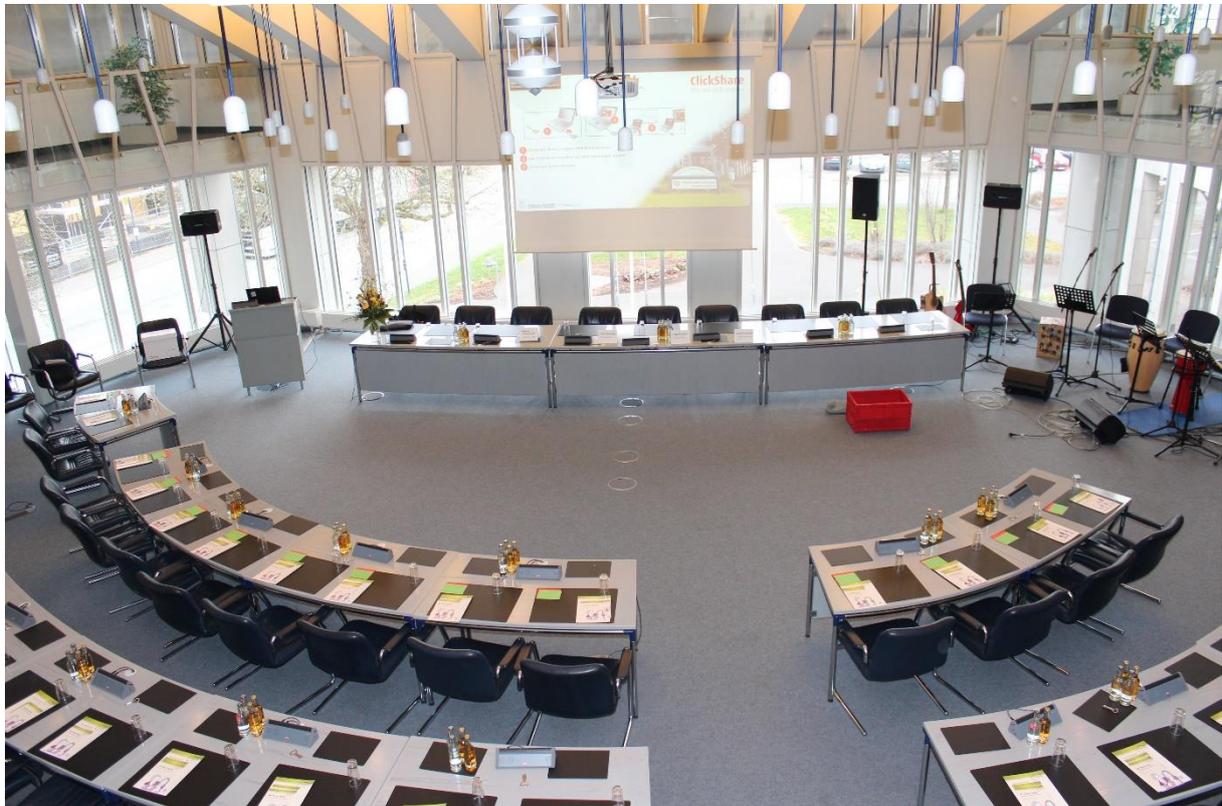
Der Fach-Tag war in Meschede in dem Gebäude vom Hochsauerland-Kreis.

Dort arbeiten der Land-Rat und die Verwaltung vom Hochsauerland-Kreis.

Dort treffen sich auch die Politikerinnen und Politiker vom Hochsauerland-Kreis.

Für den Fach-Tag konnten wir den großen Sitzungs-Saal und vier andere Räume benutzen.

Dafür bedanken wir uns ganz herzlich!



Wir bedanken uns besonders bei Frau Schüttler-Schmies.

Frau Schüttler-Schmies ist die Gleich-Stellungs-Beauftragte vom Hochsauerland-Kreis.

Sie hat uns sehr geholfen.

Deshalb konnte der Fach-Tag in dem Kreis-Haus stattfinden.

Begrüßung von Herrn Arenhövel

Er ist der Behinderten-Beauftragte des HSK.
Das hat er gesagt:

Sehr herzlich begrüße ich alle hier im Sitzungs-Saal unseres Kreis-Hauses. Es ist für mich besonders schön und erfreulich, so viele bekannte Gesichter hier zu sehen. Da macht es mir Spaß, Sie und Euch zu begrüßen und uns einen interessanten gemeinsamen Tag zu wünschen.

Gern möchte ich an dieser Stelle vier Anmerkungen machen.

Zunächst einmal soll ich Sie und Euch als Behinderten-Beauftragter und somit als Haus-Herr willkommen heißen.

Es ist gut, dass wir uns hier im Mescheder Kreis-Haus treffen. Genau der richtige Ort mitten im Hochsauerland-Kreis!

Dann ist es mir wichtig, DANKE zu sagen. Die Mitarbeiterinnen der Frauen-Beratungs-Stelle haben wieder einmal ihren Jahres-Bericht in Leichter Sprache geschrieben und gedruckt. So können wir uns alle gut informieren.

Im Hand-Buch zum Suse-Projekt habe ich ein Zitat von Frau Bange vom Caritas-Verband Brilon gefunden. Dort heißt es:

„Durch Suse gab es persönlich eine intensive Vernetzung mit Kolleginnen von Werkstätten und aus dem Wohn-Bereich, aber auch mit Beratungs-Stellen. Das Netz-Werk hat sich gefunden, vielmehr Menschen wissen nun, an wen sie sich wenden können.“

Das ist wirklich ein großer Erfolg. Ein Netz-Werk ist entstanden. Oft vermisse ich es im Hochsauerland-Kreis: das Netz-Werk all der Organisationen und Institutionen, die sich stark machen für Menschen mit einer Behinderung.

Und schließlich ein Letztes! Und dann sind wir beim Thema unserer Tagung!

Auf dem Titel-Blatt der Zeit-Schrift des Sozial-Werks St. Georg finde ich das Jahres-Thema: **Gemeinsam. Gewaltfrei. Gleichberechtigt.**

Und darunter steht: **Für ein Miteinander auf Augen-Höhe.**

Und was bedeutet für uns ein achtsamer, gleichberechtigter Umgang auf Augen-Höhe? Zeigen wir es mit unseren Fingern das **A wie achtsam!**

Wünschen wir uns einen schönen Tag!

Vortrag von Sandra Boger

Wir haben uns gefreut:

Sandra Boger von dem Bundes-Verband ist extra aus Berlin gekommen.

Sie hat einen Vortrag auf dem Fach-Tag gehalten.



Sandra Boger ist Diplom-Psychologin.

Sie arbeitet beim Bundes-Verband der Frauen-Beratungs-Stellen und der Frauen-Notrufe.

Die Abkürzung dafür ist: bff.

Sie ist Referentin im bff-Projekt „Suse – Sicher und selbstbestimmt. Im Recht.“

Das bedeutet: Sie hält Vorträge.

Frauen und Fach-Leute sollen dadurch Informationen über Gewalt bekommen.

Und Informationen über die Rechte von Frauen.

Das hat Sandra Boger gesagt:

Was ist Gewalt?

Gewalt kann ganz verschieden sein.

Frauen und Mädchen mit Behinderungen können überall im Leben Gewalt erleben.

Verschiedene Formen werden hier erklärt:

bff: **Suse**
SICHER UND SELBSTBESTIMMT

Was ist Gewalt?

Gewalt kann ganz verschieden sein.

Sexuelle Gewalt **körperliche Gewalt** **Seelische Gewalt** **Gewalt im Alltag**



Frauen und Mädchen mit Behinderungen erleben überall im Leben Gewalt.

Sexuelle Gewalt

- Angefasst werden. Obwohl du das nicht willst.
- Zum Sex gezwungen werden.
Auch nicht, wenn er dafür bezahlt.
Der Fach-Begriff dafür ist: Vergewaltigung.
- Anderen beim Sex zuschauen müssen.
- Niemand darf blöde Sprüche machen.
Wenn diese Sprüche etwas mit Sex zu tun haben,
nennt man das sexuelle Belästigung.

All das ist verboten. Das steht so im Gesetz!

Sexuelle Übergriffe und sexuelle Gewalt sind verboten!

Niemand darf einer anderen Person weh tun!

Körperliche Gewalt heißt: Der Körper wird verletzt.

Zum Beispiel:

- An den Haaren ziehen.
- Schlagen, Boxen, Schubsen oder treten.
- Jemanden mit einem Messer oder mit anderen Sachen verletzen.

Seelische Gewalt: Diese Gewalt passiert oft mit Worten.

Zum Beispiel:

- Jemand macht der Frau oder dem Mädchen Angst.
- Jemand beschimpft oder beleidigt die Frau.
- Oder jemand erzählt Lügen über die Frau.
- Oft darf die Frau nicht selbst über ihr Leben bestimmen.
- Sie darf sich zum Beispiel nicht mit anderen Menschen treffen.

Man nennt es auch: Psychische Gewalt.

Gewalt im Alltag:

Bei dieser Gewalt wird man nicht direkt von Personen angegriffen.

Dabei geht es um Lebens-Bedingungen von Menschen.

Lebens-Bedingungen heißt: Wie lebt ein Mensch?

Wenn man also nicht selbst über sein Leben bestimmen kann.

Das ist auch Gewalt.

Zum Beispiel:

- Wer wäscht die Person und zieht sie an?
- Wer darf in ihr Zimmer und wann?
- Wer darf mit der Person zusammen leben?
- Darf die Person ein Kind haben?

Man nennt das in schwerer Sprache auch: Strukturelle Gewalt.

Es gibt noch mehr Gewalt-Formen.

Zum Beispiel:

- Gewalt zwischen Partnern und Partnerinnen
- Verfolgt werden
- Gewalt mit Handy und Internet

Das steht im Internet. Auf der Seite **www.suse-hilft.de**

Alle Menschen dürfen selbst bestimmen:

- Wer sie küssen darf.
- Wer sie anfassen darf.
- Wie sie angefasst werden wollen.
- Wo sie angefasst werden wollen.
- Wann sie angefasst werden wollen.
- Wie jemand mit ihnen redet.
- Wer ihnen hilft.
- Wie sie leben möchten.

Dabei dürfen sie anderen Menschen nicht schaden.

Es ist wichtig „Nein“ zu sagen, wenn man etwas nicht möchte.

Es ist in Ordnung „Nein“ zu sagen.

Jeder Mensch hat das Recht dazu.

Es ist auch gut zu sagen, was man möchte.



Was kann ich tun gegen Gewalt?

bff:

bff: Suse
SICHER UND SELBSTBESTIMMT

Was tun gegen Gewalt?

Man kann etwas machen bei Gewalt!

Wenn die Person selbst
Gewalt erlebt.



Wenn die Person anderen
helfen möchte.



Ich kann mich wehren

Ich kann laut „Nein“ sagen oder schreien.

Ich kann weglaufen oder wegfahren.

Ich kann Lärm machen.

Ich kann zum Beispiel in eine laute Pfeife pusten.

Ich kann mir Hilfe holen

Ich kann mit einer vertrauten Person reden:

Freundin, Familie, Kollegin, eine Betreuerin

Ich kann mit Personen reden, die sich gut auskennen:
Frauen-Beauftragte, Heim-Beiräte, Gewalt-Schutz-Beauftragte

Ich kann die Polizei rufen.

Ich kann mich bei einer Frauen-Beratungs-Stelle beraten lassen.

Es gibt eine Frauen-Beratungs-Stelle in Meschede:
Kolpingstraße 18, Tel. 0291-52171, info@frauenberatung-hsk.de

Es gibt eine Frauen-Beratungs-Stelle in Arnsberg:
Brückenplatz 4, Tel. 02931-2037 und 02931-2038,
beratung@frauen-hsk.de

Es gibt auch in anderen Städten Frauen-Beratungs-Stellen.

Ich kann bei dem Hilfe-Telefon anrufen: 08000 116 016

Ich kann weg gehen: In ein Frauen-Haus.

Es gibt ein Frauen-Haus in Arnsberg:
Tel. 02931-6783 und 02931-6791, frauenhaus-arnsberg@t-online.de

Es gibt auch in anderen Städten Frauen-Häuser.

Ich kann einen Selbst-Behauptungs-Kurs für Frauen besuchen.

Die Kurse heißen oft WenDo Kurse.

Es ist gut die eigenen Rechte zu kennen.

Gewalt ist verboten.

Das steht im Gesetz!

Ich kann anderen helfen

Ich sollte nur helfen, wenn die Frau das möchte.
Wenn die Frau keine Hilfe möchte, ist das okay.
Vielleicht möchte sie später Hilfe.

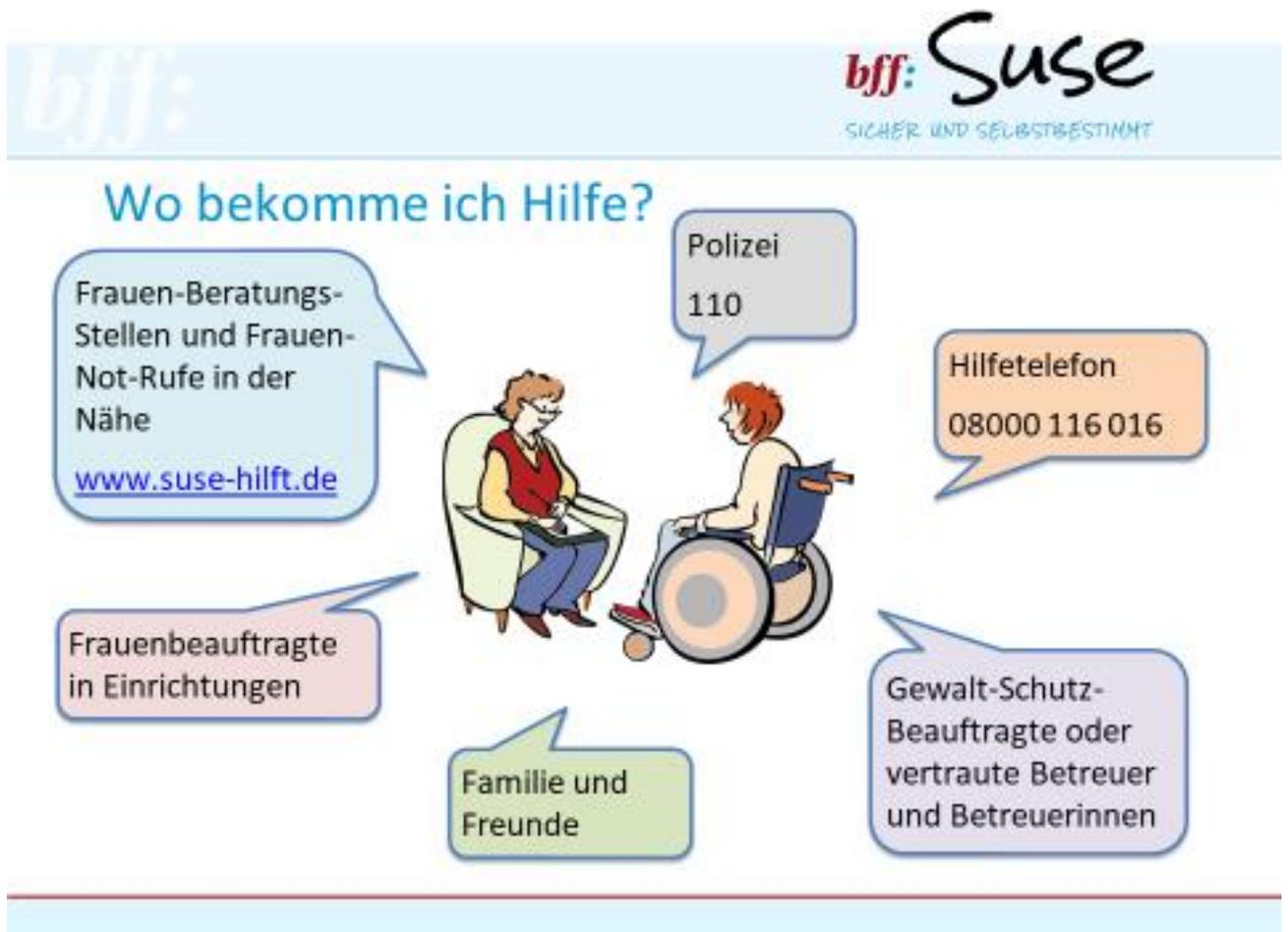
Ich sollte nichts weiter erzählen.
Nur wenn die Frau das möchte.
Die Frau muss immer selbst entscheiden können.

Ich kann der Frau glauben.
Ich kann ihr Mut machen.
Ich kann sie trösten.
Ich kann Hilfe holen: Anwältin, Beraterin, Polizei.
Aber nur, wenn die Frau das möchte.
Ich kann mit der Frau dort hin gehen.

Wichtig ist: Die Frau hat keine Schuld



Wo bekomme ich Hilfe?



Familie und Freunde

Für viele Frauen ist es schwer über Gewalt zu reden.
Oft erzählen die Frauen zuerst ihren Freundinnen
Oder ihrer Familie davon.
Vertrauen ist dabei sehr wichtig.

Frauen-Beratungs-Stellen

Die Beraterinnen hören gut zu.
Die Frau kann alles erzählen.

Die Beraterinnen erzählen nichts weiter.
Die Frau muss nur erzählen, was sie erzählen möchte.
Die Beraterinnen haben viel Erfahrung.
Sie können bei vielen Problemen weiterhelfen.
Die Beraterinnen können Tipps geben.
Sie suchen gemeinsam mit der Frau nach Lösungen.
Sie informieren die Frau über ihre Rechte.

Es gibt eine Frauen-Beratungs-Stelle in Meschede:
Kolpingstraße 18, Tel. 0291-52171, info@frauenberatung-hsk.de

Es gibt eine Frauen-Beratungs-Stelle in Arnsberg:
Brückenplatz 4, Tel. 02931-2037 und 02931-2038,
beratung@frauen-hsk.de

Hilfe-Telefon: 08000 116 016

Bei dem Hilfe-Telefon kann man immer anrufen.
Am Tag und auch in der Nacht.
Das kostet kein Geld.
Es wird nichts weiter gesagt.
Es gibt auch Beratung für Menschen mit einer Hör-Behinderung.

Gewalt-Schutz-Beauftragte

Sie wissen, was bei Gewalt zu tun ist.
Manchmal gibt es in der Einrichtung Regeln dafür.
Die Gewalt-Schutz-Beauftragten kennen die Regeln.

Frauen-Beauftragte

Eine Frauen-Beauftragte weiß:

- Diese Rechte haben Frauen.
- Sie hört den Frauen zu.
- Sie nimmt die Frauen ernst.
- Sie hilft den Frauen.
- Manchmal redet sie mit dem Werkstatt-Rat.
- Oder mit der Werkstatt-Leitung.
- Oder sie redet mit einer Mitarbeiterin von einer Beratungs-Stelle.

Polizei

Die Polizei kann schnell da sein.

Sie kann zuhören.

Sie kann den Täter weg schicken.

Die Polizei kann eine Anzeige aufnehmen.



Das sind Sandra Boger und Mélanie Scheuermann.

Wer hilft bei Gewalt?

- Frauen-Beratungs-Stelle
- Rechts-Anwältin oder Rechts-Anwalt
- Polizei

Wir haben verschiedene Personen zu ihrer Arbeit gefragt.



Das sind:

Sandra Boger, Susanne Willmes, Mélanie Scheuermann,
Julia Henneböle, Manfred Oehm

So hilft die Frauen-Beratungs-Stelle Meschede

Susanne Willmes ist eine Beraterin
in der Frauen-Beratungs-Stelle.
Sie erzählt über ihre Arbeit und zeigt Bilder.

Das sind die Beraterinnen:



Gabriele Kersting, Barbara Hönsch, Susanne Willmes,
Evelyn Tillner, Jana Schlömer

Wer kommt in die Frauen-Beratungs-Stelle?

Es kommen Frauen und Mädchen ab 14 Jahren.
Es kommen Frauen ohne Handicap
und Frauen mit Handicap.

Mit welchen Problemen kommen die Frauen?

Die Frauen sprechen über alles,
was ihnen wichtig ist.
Sie sprechen über ihre Sorgen, Ängste und Wünsche.

Manche Frauen haben Streit mit ihrem Freund.
Oder sie haben Ärger in der Familie.
Manche Frauen haben sehr viel Angst.
Oder sie sind oft sehr traurig.
Manche Frauen erleben Gewalt.
Auch sexuelle Gewalt.
Das ist sehr schlimm.

Wie geht die Beratung?

Die Beratung ist ein Gespräch.
Das Gespräch dauert ungefähr eine Stunde.
Die Frau kann auch eine Freundin mitbringen.
Oder eine Betreuerin.
Die Beraterin hört der Frau gut zu.
Gemeinsam überlegen sie:
Das kann die Frau machen.
Sie überlegen auch:
Wer kann noch helfen.

Das ist wichtig:

Die Beratung kostet kein Geld.
Die Beraterin darf nichts weiter erzählen.
Das heißt Schweige-Pflicht.
Die Beratung ist freiwillig.
Jede Frau entscheidet selbst,
ich will zur Beratung gehen.

So bekommt die Frau einen Beratungs-Termin:

Die Frau kann anrufen oder eine E-Mail schreiben.
Dann bekommt sie einen Termin für das erste Gespräch.
Danach kann die Frau auch zu weiteren Gesprächen kommen.
Eine Beratung ist auch am Telefon möglich.

Es gibt auch Online-Beratung.
Jede Frau erzählt in der Beratung nur das,
was sie möchte.
Auch ihren Namen muss sie nicht nennen.
Das nennt man anonym.

Ein Problem:

Die Frauen-Beratungs-Stelle ist im 3. Stockwerk.
Leider gibt es keinen Aufzug.
Wenn eine Frau nicht Treppen-steigen kann
oder wenn die Frau einen Roll-Stuhl benutzt,
muss sie vorher Bescheid sagen.
Dann ist die Beratung in einem anderen Raum.

Das ist ein Beratungs-Raum:



Wenn eine Frau Gewalt erlebt:

Sie braucht viel Hilfe
Die Beraterin informiert die Frau über ihre Rechte.
Es gibt Rechte gegen Gewalt.

Die Frau kann eine Anzeige bei der Polizei machen.
Vorher spricht sie am besten mit einer Anwältin.
Manche Frauen gehen auch zu einer Untersuchung zu einer Ärztin.

Hilfe nach Gewalt:

Die Beraterin kann die Frau begleiten,
wenn sie es möchte.

Auch eine Begleitung zum Gericht ist möglich.

Manche Frauen stellen einen Antrag auf Hilfe
nach dem Opfer-Entschädigungs-Recht.

Oder sie stellen einen Antrag
an den Fonds sexueller Missbrauch.

Dabei hilft ihr die Beraterin.

Wenn eine Frau Gewalt erlebt,
braucht sie auch Trost.
Und Ermutigung.

Und die Beraterin überlegt gemeinsam mit der Frau:
So kann ich mich vor weiterer Gewalt schützen.

Wo finden Männer Beratung?

Männer gehen am besten in eine Familien-Beratungs-Stelle.

Dort können sie über ihre Probleme sprechen.

Es gibt auch Männer-Beratungs-Stellen.

Dort können Männer auch über das Thema Gewalt sprechen.

Männer-Beratungs-Stellen sind weiter weg.

Es gibt sie in Paderborn und Bielefeld.

Und in anderen großen Städten.

So hilft die Polizei

Frau Henneböle und Herr Oehm arbeiten bei der Polizei in Meschede.
Sie erklären ihre Arbeit.

Anzeige

Wenn bei der Polizei eine Anzeige gemacht wird,
muss die Polizei eine Ermittlung machen.

Eine Ermittlung geht so:

Die Polizei stellt zuerst viele Fragen an die Person,
der etwas Schlimmes geschehen ist.

Manchmal sind die Fragen unangenehm oder schwer zu beantworten.

Alles muss sehr genau erzählt werden, auch das Schlimme.

Alles wird genau aufgeschrieben.

Das nennt man dann die **Aussage**.

Die Aussage ist ein wichtiges **Beweis-Mittel**.

Die Polizei sammelt auch andere Beweise.

Sie kann Menschen befragen, die etwas mitbekommen haben.

Die heißen **Zeugen**.

Oder die Polizei fragt die Ärzte, die etwas von der Sache wissen.

Die Ärzte schicken der Polizei dann einen Bericht.

Unterstützung

Die Polizei weiß: Das Ermittlungs-Verfahren ist sehr anstrengend.

Darum gibt sie den Rat, sich Unterstützung und Hilfe zu holen.

Hilfe gibt es bei der Frauen-Beratungs-Stelle.

Dort erfahren die Frauen: So macht man eine Anzeige.

Und sie erfahren, was dann alles auf sie zu kommt.

Die Beraterin kann die Frau zur Polizei begleiten.

Auch der Weisse Ring unterstützt die Opfer.
Und das Amt für Opfer-Entschädigung in Münster kann helfen.
Dort muss ein Antrag gestellt werden.
Bei dem Antrag hilft Herr Oehm.

Die Polizei findet es wichtig, dass eine Anzeige gemacht wird.
Dann wird der Täter verfolgt.
Vielleicht wird der Täter auch vom Gericht zu einer Strafe verurteilt.
Wahrscheinlich macht der Täter dann nichts Schlimmes mehr.



Das sind Julia Henneböle und Manfred Oehm.

So hilft eine Rechts-Anwältin

Mélanie Scheuermann ist eine Rechts-Anwältin aus Meschede.

Sie arbeitet besonders als Opfer-Schutz-Anwältin.

Sie unterstützt die Opfer von Straf-Taten sehr gut.

Ein Opfer ist eine Person,
der etwas Schlimmes passiert ist.

Mélanie Scheuermann kennt die Rechte von Opfern ganz genau.

Alle können sich von einer Anwältin oder einem Anwalt beraten lassen.

Das geht auch schon vor einer Anzeige.

Frau Scheuermann hat viel Erfahrung mit den Gerichts-Verhandlungen.

Sie sagt:

Vor einer Gerichts-Verhandlung haben die meisten Frauen Angst.

Die Frauen fragen sich:

Was erwartet mich?

Wer wird mir Fragen stellen?

Wird der Richter mir glauben?

Die Gerichts-Verhandlung

In einer Gerichts-Verhandlung kommen viele Menschen zusammen.

- Der Richter oder die Richterin
- Der Staats-Anwalt oder die Staats-Anwältin
- Der Täter oder die Täterin
- Sein Rechts-Anwalt oder seine Rechts-Anwältin
- Das Opfer
- Die Opfer-Schutz-Anwältin
- Die Zeugen

Mélanie Scheuermann erklärt:
So läuft eine Gerichts-Verhandlung ab.
Der Richter leitet die Verhandlung.
Er bestimmt, welche Person sprechen darf.
Und wann die Person an der Reihe ist.

In der Gerichts-Verhandlung wird geklärt:
Hat der Täter das Gesetz gebrochen?
Wenn das so ist,
dann bekommt der Täter eine Strafe.
Das kann eine Geld-Strafe sein.
Oder der Täter muss ins Gefängnis.

Mélanie Scheuermann sagt:
Das Opfer soll in der Gerichts-Verhandlung keine Angst haben.
Dabei hilft die Anwältin.
Dabei hilft auch die psycho-soziale Prozess-Begleitung.
Das ist eine Person,
die neben dem Opfer sitzt.
Sie hilft, dass es dem Opfer gut geht.

Es gab 4 Mitmach-Angebote:

1) Starke Hände - Bunte Hände

Leitung:

Meike Brinker, Josefsheim Bigge

Christiane Buschkühl, Josefshaus Lipperode

Melanie Vogel, Josefsheim Bigge

2) Nein sagen - Nein zeigen

Leitung:

Beate Ritter, Schauspielerin und Sprecherin

3) Wir Frauen sind stark (nur für Frauen)

Leitung:

Gaby Feldmann, Josefsheim Bigge

Gabriele Wiegelmann, Josefsheim Bigge

4) Wann ist ein Mann ein Mann? (nur für Männer)

Leitung:

Sebastian Nöckel, Convida

Die Zeit war leider viel zu kurz.

Alle waren sehr interessiert.

Sie hatten auch viel Spaß bei den Übungen.

Mitmach-Angebot 1: Starke Hände - Bunte Hände

Mit Melanie Vogel, Meike Brinker und Christiane Buschkühl



Unsere Hände sind für unser Leben sehr wichtig!

Mit unseren Händen können wir alle möglichen Sachen machen.

Unsere Hände können unsere Gefühle ausdrücken

- Wir können uns mit unseren Händen begrüßen:
Wir können zum Beispiel winken.
- Wir können uns oder etwas mit unseren Händen festhalten.
- Wir können mit unseren Händen Zeichen geben
ähnlich wie Gebärden.
- Wir können unsere Hände heben und damit etwas deutlich
machen.
Zum Beispiel „Komm“ oder „Stopp“!
- Wir können aufzeigen und uns mit unseren Händen melden.
- Wir können abstimmen und unsere Stimme abgeben.

Unsere Hände können uns stark sein lassen!

Wenn unsere Stimme versagt,
können unsere Hände etwas ausdrücken.
Wir können mit unseren Händen zeigen:
Das meinen wir!
Das wollen wir sagen!

Alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen haben ihre Hände auf ein Blatt Papier abgezeichnet.

Sie konnten ihre Hände nach ihren Vorstellungen bunt zu bemalen.

Dafür haben wir diese Fragen gestellt:

- Wie würdet ihr eure Hände einfärben?
- Was ist eure Lieblings-Farbe?
- Welche Muster entstehen? Auf den Fingern und in der Hand-Fläche?
- Gibt es ein Zeichen, was dir besonders wichtig ist?

Am Ende haben wir die Bilder besprochen.

Alle konnten, wenn sie wollten, etwas dazu sagen.

Dann haben wir uns alle an die Hände genommen.

Wir haben uns gute Wünsche mit auf den Weg gegeben.

Wir haben uns damit Stärke und Mut geschenkt.

Zum Schluss wurden alle Bilder an eine „Wäsche-Leine“ gehängt.
So konnten alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen des Fach-Tages die
Bilder sehen.



An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an alle Teilnehmer und
Teilnehmerinnen.

Ihre Ideen und ihre Bilder waren wichtig.

Mitmach-Angebot 2: Nein sagen – Nein zeigen

Mit Beate Ritter

Sie ist eine Schauspielerin und Sprecherin.

In dem Mitmach-Angebot ging es darum:

Ich bin stark und selbstbewusst!

Wie kann ich das anderen Menschen zeigen?

Über meine Stimme und meine Körper-Sprache zeige ich: Ich bin stark.

Das bedeutet also:

Wie gehe ich?

Wie stehe ich?

Wie sitze ich?

Was mache ich mit meinen Händen?

Kann ich jemandem für längere Zeit in die Augen schauen?

Wie laut kann ich rufen?

Wie laut kann ich schreien?

Am Anfang haben wir uns kennengelernt.

Danach machten wir Ruf-Übungen.

Hier konnte man hören: Wie laut und deutlich kann ich sprechen.

In einer weiteren Übung haben wir versucht Blick-Kontakt zu halten.

Das heißt: Wir haben uns in die Augen gesehen so lange es geht.

Denn ein offener, ruhiger und fester Blick wirkt selbst-bewusst.

Zum Schluss haben wir Situationen aus dem Alltag nachgespielt.

Alle durften sich laut-stark mit deutlicher Körper-Sprache wehren.

So haben wir zusammen gearbeitet:



In der Mitte ist Beate Ritter.

Mitmach-Angebot 3:

Wir Frauen sind stark! – Selbst-Behauptung für Frauen

Mit Gaby Feldmann und Gabriele Wiegelmann vom Josefsheim in Bigge



In dem Mitmach-Angebot konnten Frauen sehen:
Was macht man in einem Selbst-Behauptungs-Kurs.

Die Frauen konnten erkennen:
Ich bin stark und selbst-bewusst.
Das ist mein Ziel!
Ich kann lernen, Nein zu sagen.
Ich kann lernen, meine Grenzen deutlich zu machen.
Ich kann lernen, mich zu verteidigen.

Es wurden viele Übungen gemacht:

Ein Thema war: „Deine Stimme ist eine wichtige Waffe.“
Die Frauen übten laut zu schreien.
Die Frauen haben eine Geschichte gehört:
„Das kleine Nein und das große Nein.“

Die Geschichte zeigte: Es ist wichtig,
laut und deutlich Nein zu sagen,
wenn ich etwas nicht möchte.

Danach wurde das Thema: „Nähe und Distanz“ besprochen.

Distanz heißt Abstand.

Die Frauen haben geübt, Grenzen zu setzen.

Sie haben geübt, deutlich „Stopp!“ zu sagen und zu zeigen.

Sie haben darüber gesprochen, wann eine Grenze überschritten wird.

Es wurden Fotos von Frauen gezeigt.

Die Fotos zeigten: Es ist wichtig, dass der Gesichtsausdruck,
die Körper-Haltung und die Stimme zueinander passen.

Selbst-bewusstes Auftreten wurde geübt.

Es wurden Rollen-Spiele gemacht.

Es wurde zum Beispiel geübt:

Was kann ich tun, wenn jemand dumme Sprüche macht.

Oder wenn mich jemand an Stellen anfasst,
an denen ich es nicht möchte.

Oder wenn ich allein auf einem dunklen Weg Angst habe.

Zum Schluss wurden noch einfache Verteidigungs-Techniken gezeigt.

Ich kann mich wehren.

Durch Schlagen, Kratzen, Treten, an den Haaren ziehen, in die Augen
stechen...

Mit einem spitzen Gegenstand: z.B. einem Stift, einem Schlüssel.

Der Roll-Stuhl kann auch eine Waffe sein.

Es wurde noch ein Taschen-Alarm vorgestellt.

Er kann mir helfen, wenn ich nicht laut schreien kann.

Mitmach-Angebot 4: Wann ist ein Mann ein Mann?

Mit Sebastian Nöckel

22 Männer haben mitgemacht.

Das waren viel mehr Leute als wir erwartet haben.

Auch Herr Arenhövel und Herr Picht haben teilgenommen.

Herr Arenhövel ist Behinderten-Beauftragter vom HSK.

Herr Picht hat für die Behinderten-Interessen-Vertretung Meschede teilgenommen.

Wir haben in einem großen Stuhl-Kreis gesessen.

Alle haben sich vorgestellt.

Wir haben gefragt: Warum nimmst du am Fachtag teil?

Viele wollten wissen: Wie kann ich mit Gewalt umgehen?

Sie wollten erfahren: Wie kann ich mich wehren?

Wie kann ich helfen?

Manche haben selbst schon Gewalt erlebt.

Deshalb fanden alle den Fachtag super:

Man konnte dort viel lernen.



Wir haben das Lied „Männer“ von Herbert Grönemeyer angehört.

In dem Lied kommen viele Aussagen über Männer vor.

Auch manche Vor-Urteile.

Wir haben überlegt: Wie soll ein Mann sein?

Gibt es Sachen, die „typisch männlich“ sind?

Wir haben fünf Gruppen gebildet.

Jede Gruppe hat überlegt:

Was ist uns als Männern besonders wichtig?

Die Themen waren in allen Gruppen gleich:

- Wohnen
- Arbeit
- Freizeit
- Freundschaft
- Partnerschaft

Wir haben in der Gruppe alles aufgeschrieben.



Danach haben alle Gruppen ihre Ergebnisse vorgestellt.

Viele hatten dieselben Wünsche und Vorstellungen.

Wir haben auch gesehen:

Es ist egal, ob man ein Handicap hat.

Die Vorstellungen von einem guten Leben sind die gleichen.

Figuren-Theater: Komm zurück, Josie

Nelo Thies hat das Stück gemacht.

Bei dem Theaterstück wurden lebens-große Figuren benutzt.

Christiane Dane hat mit ihr zusammen die Figuren gespielt.

Es kamen auch Lieder vor. Zum Beispiel von Nena.



Das ist ein kurzer Teil davon,
was die Figuren gesagt haben:

Yassir:

„Du bist meine Freundin! Du fasst keinen an. Nur mich. Du redest mit keinem. Nur mit mir.“

Josie:

„Ich mache, was ich will. Und Dennis ist mein bester Freund. Und und ich lieb dich doch. Siehst du das nicht???“

Yassir:

„Ich ich schau keine an. Du schaust keinen an. So ist das. So muss das sein! Promise! Versprechen !!!!“

(Text von Nelo Thies)

Das Theaterstück heißt „Komm zurück, Josie“

In der Geschichte ging es um die Frau Josie.

Sie läuft vor ihrem Vater weg.

Ihr Vater hat ihr Gewalt angetan.

Josie spricht einzeln mit ihren Freunden darüber.

Für sie ist es eine schwierige Situation.

Josie versucht ihr Leben selbst zu bestimmen.

Sie gibt nicht auf.

Sie holt sich Hilfe.

Eine Freundin hilft Josie sehr.

Es ist noch viel mehr passiert.

Aber es dauert zu lange das hier zu erzählen.

Nelo Thies sagt:

Ich schreibe seit vielen Jahren Geschichten.

Ich mache daraus Theaterstücke, Musicals und Krimis.

Die Band hat auch bei den Liedern mitgespielt.

Die Zusammen-Arbeit fanden wir toll!

Und wir haben gemerkt:

Die Zuschauer waren vertieft.

Die Figuren sind ihnen nah gekommen.

Und das ist für uns das Schönste!



Die Band „The Connections“



„The Connections“ ist eine Band von dem LWL-Wohn-Verbund Warstein.

Zum Einsatz kommen Trommel, Gitarren, Geige und natürlich Gesang.

Die Band kennt viele Lieder: alte Schlager, Neue Deutsche Welle, aktuelle Hits, Rock ...

Bei allen Songs darf das Publikum gerne mitmachen!!

Lars Beule (Gitarre), Christiane Wallmann (Geige, Percussion),
Michaela Finger (Gesang, Percussion), Veronika Basten (Gesang);
Thomas Sassmanshausen (Percussion, Gesang)
Dirk Klostermeier, Bianca Sina (Technik), Michaela Ratte (Bandleaderin)

Kontakt:

LWL-Wohnverbund Warstein, Michaela Ratte, Tel.: 02902/82-3280

Email: michaela.ratte@lwl.org

Abschluss-Aktion

Bei dem Theater-Stück ging es auch um Wünsche.

Die Frage war: Was wünscht ihr euch für die Zukunft?

Alle durften einen Wunsch auf eine runde Karte schreiben.

Dabei gab es auch Hilfe.

Auf der Rück-Seite von der Karte war eine bunte Hand zu sehen.

Die Hände sollen zeigen:

Stopp! Wir sind gegen Gewalt!

Am Ende haben alle die Karten mit den Händen hoch-gehalten.

Wir haben ein Foto gemacht:



Der Fach-Tag hat uns viel Spaß gemacht.

Wir haben viel gehört und geredet.

Wir sagen Danke an alle, die da waren.



Gefördert durch die
AKTION
MENSCH