

Jahresbericht 2021



Beratung für alle Frauen

Prävention und neues Gesicht

Aktionswoche rund um den 25. November

Eröffnung des FrauenRaums

Selbstfürsorge und Selbsthilfe bei Essstörungen

Das multiprofessionelle Team der Frauenberatungsstelle Gladbeck bestand bis zum Sommer noch aus fünf Frauen mit jeweils einer halben Stelle.



Liebe Frauen, sehr geehrte Unterstützer*innen,

auch im vergangenen Jahr bestimmte die Corona-Pandemie größtenteils unseren Alltag. Trotzdem ist uns in diesem schwierigen Jahr so Vieles gelungen:

Vorrangig haben wir natürlich Frauen (in Not-situationen) beraten und unterstützt. Entweder durch persönliche Gespräche in der Beratungsstelle oder beim „walk & talk“ im Freien. Im Lockdown fanden die Beratungen vorrangig telefonisch oder online statt.

Besonders gefreut hat uns die Eröffnung unseres **FrauenRaumes!** Diesen konnten wir am 25. November – also pünktlich zum Internationalen Gedenktag gegen Gewalt an Frauen – endlich präsentieren! Allerdings nur im kleinen Rahmen, aber wir haben fest vor, die große Einweihungsfete nachzuholen. Auch die ersten Veranstaltungen sind für 2022 schon geplant.

Sehr stolz sind wir auch auf die neue Website der Frauenberatungsstelle. Wenn Sie uns noch nicht online besucht haben – schauen Sie doch mal unter www.frauenberatungsstelle-gladbeck.de vorbei. Die Pandemie hat uns noch einmal bewusst gemacht, wie wichtig die Digitalisierung inzwischen ist. Deshalb nutzen wir Social Media nun verstärkt, um Frauen und Kooperationspartner*innen zu informieren, um uns austauschen und auch digital zu vernetzen. Zudem haben wir in diesem Bereich an Fortbildungen teilgenommen und bereits eigene Onlineangebote durchgeführt.

Weitere und ausführlichere Informationen über uns und unsere Arbeit können Sie in diesem Jahresbericht nachlesen.

Bleiben Sie gesund!

Das Team der Frauenberatungsstelle Gladbeck e. V.

Beratung für alle Frauen

Die Frauenberatungsstelle Gladbeck e. V. berät ausschließlich Frauen. Dabei gilt der Grundsatz, dass sich jede Frau mit jedem Anliegen an uns wenden kann und die Beratungsstelle einen Schutzraum bietet.

Beratungen werden persönlich, telefonisch und online angeboten. In diesem Jahr haben wir – bedingt durch die Corona-Pandemie und den damit verbundenen Lockdowns und Kontaktbeschränkungen – unser Beratungsangebot angepasst und erweitert, indem wir uns mit den ratsuchenden Frauen draußen zum Spaziergang (walk & talk) getroffen haben. Somit war die persönliche Beratung auch in dieser schwierigen Zeit möglich.

Die Beratungen sind grundsätzlich vertraulich und kostenfrei. Die Beraterinnen unterliegen der Schweigepflicht. Die ratsuchenden Frauen können sich auch anonym an uns wenden. Wir vertreten einen ganzheitlichen Ansatz, das heißt, wir reduzieren unsere Besucherinnen nicht auf ihr Problem, sondern schätzen sie als eigenständige und selbstbestimmte Personen. Die Frauen sind die Expertinnen für ihre Situation.

In der Beratung werden sie dabei begleitet:

- Probleme zu erkennen und zu benennen,
- Stärken, Kompetenzen und Kräfte wiederzuentdecken,
- persönliche Ziele und Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln,
- sich zu schützen,
- ihre eigene Handlungsfähigkeit wiederherzustellen,
- ein selbstbestimmtes Leben zu führen und
- sich mit ihren Traumata zu beschäftigen.

Das Beratungsangebot umfasst sowohl einmalige Gespräche als auch Kurz- und Langzeitberatungen. Wir verstehen uns dabei als Expertinnen für die Themen, von denen besonders Frauen betroffen sind: Häusliche Gewalt, Sexualisierte Ge-

walt und Essstörungen. Unser Angebot umfasst Krisenintervention, Trauma- sowie Gewaltschutzberatung. Bei der Gewaltschutzberatung gilt der pro-aktive Ansatz, das bedeutet, wir bieten Frauen einen Beratungstermin an, sofern sie sich bei einem Polizeieinsatz wegen Häuslicher Gewalt mit der Datenweitergabe einverstanden erklärt haben. In der Beratung werden sie dann über das Gewaltschutzgesetz und ihre Rechte und Möglichkeiten informiert. Krisensituationen und deren Bewältigung haben in der Frauenberatungsstelle Gladbeck e. V. immer Vorrang. Falls erforderlich, vermitteln wir einen Frauenhausplatz.



Bei Langzeitberatungen, wie bei Begleitungen von Frauen bis zu einem Therapieantritt werden individuelle Zeitintervalle angeboten. Bei Bedarf begleiten wir Frauen zu Ämtern, Behörden und anderen Institutionen und unterstützen sie bei der Suche nach Therapeut*innen, Rechtsanwält*innen und anderen Hilfeinrichtungen.

Durch regelmäßige Teilnahme an Fortbildungen – vor allem denen des Dachverbandes der autonomen Frauenberatungsstellen NRW e. V. – sowie kollegialer und externer Supervision gewährleisten die Mitarbeiterinnen der Frauenberatungsstelle Gladbeck e. V. die Qualität der Beratungsangebote.

Prävention und neues Gesicht

Unser Team hat Zuwachs bekommen!

Seit August 2021 arbeitet Carla Wittenberg in der Frauenberatungsstelle Gladbeck mit. Sie war zuvor ehrenamtlich für uns tätig, jetzt dürfen wir sie als Dualstudierende begrüßen. Die neue Kollegin hat einen Bachelor in Soziologie und studiert derzeit Sozialpädagogik und Management an der Internationalen Berufsakademie in Bochum. Wir als Frauenberatungsstelle sind dabei ihre Praxispartnerin und ermöglichen ihr das praktische Lernen, in Ergänzung zum Theorieteil. Mit 20 Stunden pro Woche arbeitet Frau Wittenberg im Fachbereich der Prävention für Sexualisierte und Häusliche Gewalt.

Bisher leisteten die Kolleginnen, deren Stellen auf die Interventionstätigkeiten ausgelegt sind, die Präventionsarbeit zusätzlich zum täglichen Beratungsgeschäft. Die Maßnahmen hatten aufgrund der geringen personellen und finanziellen Kapazitäten lediglich einen kleinen Rahmen. Jetzt kann dieser Bereich ausgebaut werden. Die Prävention setzt an, bevor etwas passiert, federt ab und begleitet. Wir zielen auf die Sensibilisierung der Gladbecker*innen durch Öffentlichkeitsarbeit, Kampagnen und Veranstaltungen. Wir möchten Multiplikator*innen schulen, um in den diversen Kontexten mehr aufzuklären und aufzudecken. Durch Workshops, Gruppenangebote und Programme für Kinder, Jugendliche und Erwachsene sollen vulnerable Gruppen in ihrer Resilienz gestärkt werden. Die Prävention arbeitet Hand in Hand mit der Intervention, damit die Frauenberatungsstelle die Gladbecker*innen allumfassend stärken und unterstützen kann.



Hola!

Hallo!

Bonjour!



500 Täschen voll Respekt, Mut und Solidarität für Frauen

Im letzten Jahr mussten wir aufgrund der geltenden Corona-Schutzmaßnahmen auf Präsenzveranstaltungen rund um den Internationalen Frauentag am 8. März verzichten. Nicht aber darauf ein Zeichen zu setzen und den Frauen die starke Botschaft zu vermitteln:

„Ihr seid richtig, ihr seid wichtig und wir sind für Euch da!“

In dem Wissen, dass die Corona Pandemie allen Menschen viel abverlangt, sehen wir Frauen aber besonders gefordert und benachteiligt.

Existenzängste, fehlende Kinderbetreuung, Homeschooling, häufig in Kombination mit Homeoffice und „das bisschen Haushalt“ stellen große Belastungen dar, die zu großen Teilen von den Frauen getragen werden. Studien belegen, dass Mütter in der Pandemie vermehrt die Kinderbetreuung sowie das Homeschooling übernehmen und auch häufiger im Homeoffice arbeiten als Väter. Durch wegfallende Minijobs haben vor allem Frauen weniger Einkommen. In den „systemrelevanten“ Berufen wie Pflege, Verkauf und Bildung stellen Frauen einen großen Teil des Personals dar. Was Frauen – speziell in dieser Pandemie – leisten, ist gesellschaftlich und politisch zu würdigen.

Daher haben wir an den Tagen rund um den 8. März, dem Internationalen Frauentag, 500

Papiertäschken mit kleinen Aufmerksamkeiten in zwei Kindergärten, zwei Grundschulen, im St. Barbara Hospital und in einem Altenheim verteilt. Die Aktion sollte den Frauen, Mitarbeiterinnen und Müttern vor Ort (stellvertretend für alle Gladbeckerinnen) zeigen:

Wir haben Respekt vor eurer Leistung!

Liebe Frauen, anlässlich des 8. März, dem Internationalen Frauentag, möchten wir Euch heute etwas Mut zusprechen und eine kleine Freude bereiten.

Wir wissen, Ihr leistet in dieser Zeit Großartiges. Sei es als Mütter im Homeoffice, mit Kindern im Homeschooling, als Erzieherinnen in der Notbetreuung, als Lehrerinnen, als Pflegekräfte, als Angehörige von gefährdeten Personen und als vieles mehr.

Wir wollen Euch auf diesem Wege daran erinnern: **Ihr seid einfach wunderbar!**

Und Ihr seid nicht alleine. Seid solidarisch und unterstützt Euch gegenseitig. Gemeinsam sind wir stark.

Auch wir sind für Euch da.

Das Team der Frauenberatungsstelle Gladbeck e. V.



Aktionswoche rund um den 25. November 2021

Auch 2021 stand in einem anhaltenden Spannungsverhältnis zwischen hohen Coronainfektionszahlen und dem Wunsch der Frauenberatungsstelle nach öffentlichkeitswirksamen Veranstaltungen und Aktionen.

Besonders der 25.11., der Internationale Gedenktag gegen Gewalt an Frauen, konnte, nur dank intensiver Vorbereitungen und einer wertschätzenden Kooperation mit anderen Initiativen, Vereinen und städtischen Vertreter*innen unter den gegebenen Umständen realisiert werden. Schließlich wurde gleich eine ganze Aktionswoche mit verschiedenen Veranstaltungen daraus. Am 24.11. luden wir zusammen mit der Initiative „Gladbeck ist laut“ zu dem Leseabend „Hübsch, Lieb, Süß“ in die Stadtbücherei ein. Dort lasen Frauen feministische Literatur und selbstgeschriebene Texte zu Themen wie Sexualisierte oder Häusliche Gewalt sowie Sexismus im Alltag vor.



Den 25.11. läuteten wir mit einer Sprühaktion in der Gladbecker Innenstadt ein. In grellem orange – die inzwischen weltweite Anti-Gewalt-Farbe – besprühten wir gemeinsam mit anderen Kooperationspartner*innen die Wege in der City. Mit Hilfe von Schablonen vom Aktionsspruch „Gegen Gewalt an Frauen“, dem Datum des Gedenktages und dem Frauenzeichen machten wir auf die weltweit stattfindende geschlechtsspezifische Gewalt gegenüber Frauen und Mädchen aufmerksam. Auf unserem Weg kamen wir mit vielen Menschen ins Gespräch und konnten über Vorurteile und Falschinformationen zum Thema sprechen.

Um 12 Uhr wurden traditionell mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Gladbeck und den Mitgliedern des Runden Tisches gegen Häusliche Gewalt auf dem Rathausplatz die „frei leben ohne Gewalt“-Flaggen von Terre des Femmes in acht Sprachen gehisst. Trotz Corona kamen so viele Unterstützer*innen und Interessierte wie seit Jahren nicht mehr und tauschten sich im Anschluss noch in zahlreichen kleinen Gruppen aus.

Am Abend des 25.11. erstrahlten im Rahmen der Anti-Gewalt-Kampagne „Orange your City“ in Gladbeck und dem gesamten Kreis Recklinghausen die Rathäuser in eindrucksvollem Orange. Als Abschluss dieser Aktionswoche zeigte das Kommunale Kino (KoKi), am 26.11. den Film „The Assistant“, in dem es um das Thema sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz ging.



Die Eröffnung des FrauenRaums

In diesem Jahr stand der 25. November für uns nicht nur im Zeichen von Orange.

Es ging für uns auch ein großer Wunsch in Erfüllung: Unser lang geplanter, entrümpelter, renovierter, beklebter und zuletzt individuell eingerichteter FrauenRaum konnte an diesem Tag endlich Eröffnung feiern. Ein geräumiges Ladenlokal im Erdgeschoss der Frauenberatungsstelle, das zukünftig für barrierearme Beratung, Gruppenangebote, Workshops und andere Veranstaltungen genutzt werden soll, ausgestattet mit einer neuen Küche und einem weiteren Raum für unsere neue Kollegin, die dort rund um das Thema Prävention beraten wird.

Unter Einhaltung der Hygiene-Bestimmungen gratulierten uns an diesem Nachmittag Klientinnen, Netzwerkpartner*innen und Politiker*innen sowie andere Interessierte bei Kaffee, Kuchen und vielen interessanten Gesprächen. Die Eröffnung des FrauenRaums war für uns sicherlich ein Moment, der uns allen in Erinnerung bleibt und auch zeigt, wie sich die Arbeit der Frauenberatungsstelle ständig weiterentwickelt. Wir hoffen mit den Angeboten im FrauenRaum zukünftig öffentlich noch wirksamer auf strukturelle und alltägliche Geschlechterungerechtigkeit aufmerksam zu machen und auf besonders niedrigschwellige Wege Frauen zu erreichen, die Unterstützung benötigen.

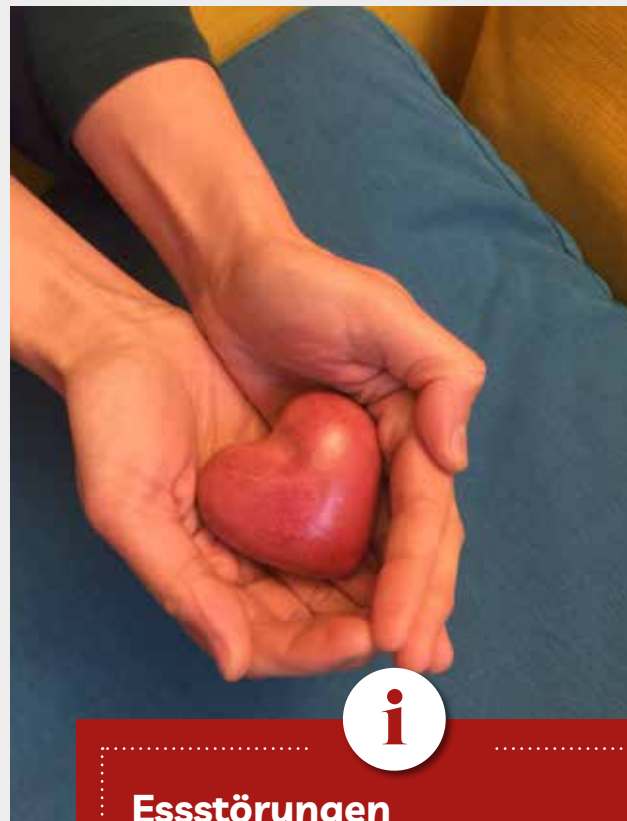
Selbstfürsorge und Selbsthilfe bei Essstörungen

Essstörungen sind noch immer deutlich tabuisierter und gesellschaftlich unsichtbarer, als andere psychische Erkrankungen. Dies möchten wir verändern und betroffene Frauen darin unterstützen, sich selbstfürsorglich in den Blick zu nehmen.

Bereits im zweiten Jahr traf sich dazu auch 2021 eine Selbsthilfegruppe für Frauen mit Essstörungen in der Frauenberatungsstelle und wurde von einer Mitarbeiterin begleitet und angeleitet.

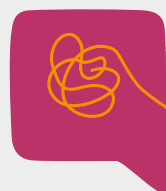
Das Gruppenangebot wird auch im Jahr 2022 ein fortlaufendes bleiben und Anmeldungen und Aufnahmen auf die Warteliste sind möglich. Bei den Treffen erhalten die Teilnehmerinnen Raum zum Austausch und können die Erfahrung machen, mit ihren Gefühlen und Nöten nicht allein zu sein. Gemeinsame Übungen regen dazu an, sich mit der Funktion der eigenen Essstörung auseinanderzusetzen und sie dadurch besser zu verstehen. Auch beschäftigen sich die Frauen immer wieder mit dem Wahrnehmen von Bedürfnissen und werden sich ihrer eigenen Ressourcen bewusst.

Neben dem Gruppenangebot bietet die Frauenberatungsstelle Gladbeck e. V. auch Einzelberatung zum Thema Essstörungen an. Diese richtet sich an alle Frauen, die sich intensiv mit dem Thema Essen beschäftigen oder sich selbst in einer der bekannten Essstörungsdiagnosen (Anorexie, Bulimie, Binge Eating) wiederfinden. Auch Frauen, welche als Angehörige mit dem Thema Berührungspunkte haben und Entlastung suchen, können sich gerne an uns wenden.



Essstörungen

Essstörungen sind komplexe seelische Störungen mit psychosomatischen Anteilen und Suchtcharakter, von denen besonders Frauen betroffen sind. Sie gehen neben dem ständigen Gedankenkreisen ums Essen oder nicht Essen einher mit Ängsten, Zwängen, depressivem Erleben, Schuld, Schamgefühlen und Isolation. Die Ursachen einer Essstörung sind dabei vielfältig, oft gibt es traumatische Erlebnisse in den Biografien der betroffenen Frauen.



Vernetzt und Politisch Aktiv – Stark für Frauen

Die Frauenberatungsstelle war, wie auch in den letzten Jahren, in den verschiedenen Netzwerken auf Kommunal-, Kreis- und Landesebene sehr aktiv. Die Teilnahme an den Arbeitskreisen wurde auf allen Ebenen fortgesetzt und zum Teil coronabedingt auf digitale Formate umgestellt.



Die Frauenberatungsstelle ist deutlich digitaler geworden und hat erste Online-Angebote durchgeführt. So haben wir auf kommunaler Ebene zusammen mit dem Deutschen Kinderschutzbund einen Online-Fachtag sowie einen vertiefenden Online-Vortrag zum Thema „Sexualisierte Gewalt im Kontext von Häuslicher Gewalt“ veranstaltet. Dabei haben wir uns mit zwei Fachvorträgen und anschließenden Fachgesprächen in Kleingruppen mit den Fragen beschäftigt:

Wie sehen die Zahlen und Fakten aus? Was sind Täter*innenstrategien? Welche Dynamiken entstehen in Familien, die durch Häusliche Gewalt geprägt sind? Was sind die psychischen Folgen für Betroffene? Und wie sehen gute Interventions- und Präventionsmaßnahmen aus?

Der Fachtag zeigte deutlich: Das Thema ist sensibel und bleibt ein wichtiges Feld, für das es ein stabiles Netzwerk bedarf und in dem es noch viele Versorgungslücken zu schließen gibt. Somit wird die Frauenberatungsstelle mit Unterstützung des Runden Tisches gegen Gewalt in Gladbeck auch in 2022 einen Online-Fachtag zu diesem Thema veranstalten.

Auf Kreisebene haben wir zusammen mit den anderen autonomen Frauenberatungsstellen aus Marl und Recklinghausen eine Konferenz zum Thema „Intervention bei polizeilichen Meldungen von Häuslicher Gewalt“ vorbereitet. Mit den Kolleg*innen aus den Jugendämtern, Frauen-



häusern und dem Opferschutz der Polizei wurden die aktuellen Vermittlungen, Kooperationen und die unterschiedlichen institutionellen Handlungsleitlinien skizziert und diskutiert. Die Konferenz wurde von allen Teilnehmenden als aufschlussreich empfunden und soll zukünftig jährlich fortgesetzt werden.

Auf Landesebene sind wir durch den Dachverband der autonomen Frauenberatungsstellen mit den anderen Beratungsstellen verbunden. Im letzten Jahr haben wir dort an Fortbildungen teilgenommen, in Fachausschüssen mitgearbeitet und die Vollversammlungen unseres Dachverbandes besucht. Dadurch entwickeln wir uns und unsere Arbeit kontinuierlich fachlich weiter und bringen uns ein in den politischen Diskurs für den Abbau von gewaltvollen, patriarchalen Strukturen.

Ausblick auf das Jahr 2022

In 2022 wollen wir unseren schönen neuen FrauenRaum weiter mit Leben füllen. Damit das gut gelingt, wird zu Beginn des Jahres die Sanitär-anlage zu einer barrierefreien WC-Anlage umgebaut. Im Zuge dessen wird auch ein weiterer Beratungsraum barrierefrei zugänglich. Somit haben auch Frauen mit Handicap die Möglichkeit, unsere Angebote uneingeschränkt zu nutzen.

Im ersten Quartal starten wir „Fit durch den Winter“ und bieten mit einem bunten Programm für unterschiedlichen Zielgruppen die Möglichkeit, sich auf vielfältige Weise zu informieren, zu entspannen und zu aktivieren. Geplant sind unter anderem Lesende, Yogakurse, Laufgruppen, themenzentrierte Fachvorträge, Filmvorführungen, Workshops auch für junge Frauen und Mädchen, Selbstbehauptungskurse und vieles andere mehr. Die konkreten Angebote und Termine werden unter anderem auf unserer Homepage, auf Facebook und Instagram bekannt gegeben.

Im weiteren Jahresverlauf werden wir im FrauenRaum Fachveranstaltungen (z.B. zu den Themen Häusliche und Sexualisierte Gewalt) durchführen, es werden Schulungen und Workshops angeboten, die sich sowohl an Fachpersonal und Multiplikator*innen, als auch an Interessierte und gefährdete Zielgruppen wenden. Darüber hinaus erarbeiten wir ein Konzept, um auch externen Gruppen und Veranstalter*innen (z. B. Selbsthilfegruppen) unseren Raum zur Verfügung zu stellen.

Auf all das, was 2022 vor uns liegt, freuen wir uns sehr. Und natürlich möchten wir uns an dieser Stelle bei denen bedanken, die uns im vergangenen Jahr bei der Umsetzung unserer Ideen und Ziele unterstützt und begleitet haben. Unter anderem bedanken wir uns beim Stadtteilbüro Projekt Stadtmitte Gladbeck Quartiersmanagement für die Finanzierung der Küche im FrauenRaum, bei der Sparkasse Gladbeck und der Sparkasse Vest

Für das nächste Jahr planen wir außerdem:

- unsere Internetseite durch Leichte Sprache barrierearm zu gestalten
- einen Instagram-Auftritt
- einen WenDo-Kurs
- das Konzept der Frauenberatungsstelle zu überarbeiten

Selbstverständlich werden wir auch 2022 all das machen, was immer schon zu unseren Aufgaben gehört, um die Lebenssituation aller Frauen in Gladbeck zu verbessern.

- Einzelberatungen
- Gruppenangebote (u. a. Fortführung der Gruppe für Frauen mit Essstörungen, Fortführung der Laufgruppe)
- Öffentlichkeitsarbeit und Aktionen (u. a. zum 8. März und 25. November)
- Netzwerkarbeit auf lokaler Ebene und auf Kreis- und Landesebene
- Teilnahme an Fort- und Weiterbildungen

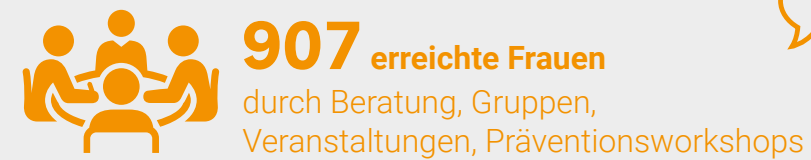
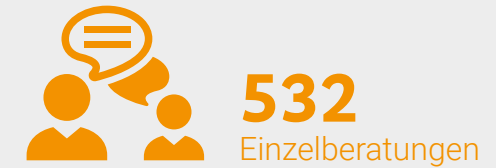


für die Spenden zur Gestaltung und Beklebung der Schaufenster, beim Förderverein Bundesdeutscher Hilfsdienste e. V. für die Spende zur weiteren Ausstattung und Renovierung des FrauenRaums, bei all den privaten Spender*innen, bei der Stadt Gladbeck, bei Kooperations- und Netzwerkpartner*innen für die vielfältige wohlwollende Unterstützung, Begleitung, Anerkennung und das Vertrauen in uns und unsere Arbeit.

Ein bisschen bedanken möchten wir uns dieses Mal auch bei uns selbst für unsere gute Teamarbeit, für unsere Fachlichkeit, unsere Beharrlichkeit, unsere Zuversicht, unsere Visionen, unsere Vielfältigkeit und Energie, für unsere Ernsthaftigkeit und unseren Spaß an genau dieser Arbeit.

Statistik

Beratungsangebote



Beratungsfelder (Schwerpunktt Themen – Mehrfachnennungen möglich)



49
Häusliche Gewalt



36
Psychische Gesundheit



28
Trennung /Scheidung / Beziehungsprobleme



30
Sonstige physische / psychische Gewalt



22
Essstörungen



20
Kinder- und Erziehungsfragen



19
Sexualisierte Gewalt



15
Sozialberatung / Existenzsicherung



Frauenberatungsstelle Gladbeck e.V.

Wilhelmstraße 46
45964 Gladbeck



Kontakt:

Telefon: 02043 66699

Telefax: 02043 929795

E-Mail: team@frauenberatungsstelle-gladbeck.de

www.frauenberatungsstelle-gladbeck.de

Wir haben an folgenden Tagen für Sie geöffnet:
Montags und mittwochs bis freitags
von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr.

Telefonisch erreichen Sie uns zu unseren Öffnungszeiten
und zusätzlich
dienstags von 11:00 Uhr bis 12:30 Uhr.

Gestaltung:

flowconcept Agentur für Kommunikation GmbH,
www.flowconcept.de

Bildnachweis:

istock, Frauenberatungsstelle Gladbeck e.V.

Gefördert durch:

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



 Stadt
Gladbeck

