



Newsletter STARK MACHEN e.V. Dezember 2021

Liebe Vereinsmitglieder, Freund*innen, Kolleg*innen und interessierte Wegbegleiter*innen,

Auch 2021 wurden unsere Arbeit und die Menschen, für die wir uns stark machen, vielfach mit Sach- und Geldspenden unterstützt. **DANKESCHÖÖN!!!**

Insgesamt 26.000 € sind bis Mitte Dezember bei uns angekommen. Dabei konnten die Spender*innen zwischen verschiedenen [Spendenprojekten](#) wählen, die wir auf unserer Homepage näher vorgestellt haben. Für die Arbeit unserer Einrichtungen, wie das [Frauenhaus in Rostock](#), die [Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt Rostock](#) und die [Interventionsstelle Stralsund](#) kamen 10.500 € zusammen. Besonders gefreut haben uns die 1.500 € für unser [Projekt „Gewaltschutz braucht Öffentlichkeit“](#). Wir werden oft gelobt für unsere Präsenz und unser Engagement in der Öffentlichkeit. Aber das ist keine Selbstläuferin, dazu bedarf es Womanpower, einer Personalstelle - und entsprechender Finanzen.

Am beliebtesten ist unser Sozialfond: 47 Menschen und Firmen haben in diesem Jahr 9.575 € gespendet. Das Geld haben wir sofort weitergeben können – dahin, wo es gebraucht wird. So unterstützten wir eine Bewohnerin unseres Frauenhauses bei der Einrichtung der neuen Wohnung. Einer jungen Frau mit einem Kleinkind konnten wir einen Kurzurlaub ermöglichen, um Abstand vom stalkenden Nachbarn zu gewinnen. Eine andere Frau war überglücklich, ihren Kindern neue Wintersachen kaufen zu können. Einigen Kindern ermöglichten wir eine erlebnisreiche Ferienzeit. Und eine Frau brauchte einen Notfallknopf, damit sie sich ohne Angst vor dem unberechenbaren, gewalttätigen Ex-Mann in der Öffentlichkeit bewegen kann. Am meisten freuten wir uns über die erfolgreiche Spendenkampagne für Martin und sein neues Zuhause (wir haben bereits im August darüber berichtet).

An dieser Stelle allen Spender*innen einen großen DANKEGRUSS von unseren Berater*innen. Auch für sie ist es immer schön, zu erleben, wie ihre Klient*innen sich über die unkomplizierte Hilfe freuen, wie Erleichterung sich breit macht, so manche Freudentränen kullern.

Euch allen, die Ihr unsere Arbeit ideell, materiell oder finanziell oder aber ganz praktisch im **Ehrenamt** unterstützt, herzlichen Dank. Wir wünschen Ihnen und Euch, dass 2022 friedvoll zu Ende gehen möge und sie und Ihr gestärkt und mit positiver Energie gefüllt ins Neue Jahr starten könnt. Und wir freuen uns auf alle Begegnungen 2022!

Viele Grüße
Ulrike



Das waren die Anti-Gewalt-Wochen 2021

Lichter für Frauen, die häusliche oder sexualisierte Gewalt erleben mussten und sich Hilfe für ein gewaltfreies, selbstbestimmtes Leben suchten, wurden in diesem Jahr in Grimmen, auf dem Doberaner Platz/Rostock- KTV und dem Sternplatz/ Rostock-Toitenwinkel und in Stralsund entzündet.

In Rostock wehten die mehrsprachigen "Nein zu Gewalt gegen Frauen"- Fahnen von Terre des Femmes am Rathaus, in Stralsund leuchteten am 25. November, dem Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen, in der ganzen Stadt drei Meter hohe Sterne in orange.

Die Kolleg*innen der Fachberatungsstelle gegen häusliche Gewalt verteilten in Rostock Evershagen, in Lütten Klein, Schmarl, Toitenwinkel, Stadtmitte und der KTV eintausend Tüten mit Plätzchen und Hinweisen, wo in Rostock Betroffene von Gewalt ein sicheres Plätzchen finden können.

Ein Film informiert jetzt über das Hilfenetz für betroffene von häuslicher Gewalt in Stralsund und in Vorpommern-Rügen. zu sehen auf [Youtube](#). Zu den Protagonist*innen des Films gehörten auch Mitarbeiterinnen der interventionsstelle gegen häusliche Gewalt und Stalking Stralsund.

In Rostock-Evershagen machte unsere Plakatausstellung "Zivilcourage hilft!" Station im Gemeinsamen Haus, einem Zentrum für Vereine und Selbsthilfegruppen von Menschen mit Behinderungen. In der Rostocker Societät maritim sorgte eine Skulptur für Aufsehen, die für selbstbestimmtes Leben und Aufstehen gegen Gewalt gelesen werden kann.

Wir wurden von vielen Menschen angesprochen- und etliche erfuhren durch die Aktionen zum ersten Mal, wo in Rostock, Stralsund oder Vorpommern sie Unterstützung finden können. Andere fühlten sich gesehen, gestärkt, getröstet, ermutigt.

Dank an alle Mitarbeiter*innen, alle ehrenamtlich Engagierten, alle Unterstützer*innen unserer Aktionen!



Suchthilfe und Gewaltschutz im Tandem

Petra Antoniewski (Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt Rostock, STARK MACHEN e.V.) und Christine Voss (Fachdienst Suchthilfe der Caritas im Norden) haben sieben Jahre intensiv daran gearbeitet, Frauen zu unterstützen, die sich im Strudel von Gewalt und Sucht befinden. Im November ist ihre Broschüre „Suchthilfe und Gewaltschutz im Tandem“ erschienen, die ihre Erfahrungen zusammenfasst. Diese wurden zunächst durch das Bundesmodellprojekt GeSA, dann durch eine Finanzierung der Deutschen Rentenversicherung Nord möglich.

„28 Prozent aller gewaltbetroffenen Frauen greifen in Folge (ihrer Erfahrungen) auf Alkohol, Medikamente und andere Drogen zurück. ... Die Gewaltbetroffenheit von Frauen in Einrichtungen der Suchthilfe ist überdurchschnittlich hoch: körperliche Gewalt 50 – 60 Prozent, sexuelle Gewalt 30 – 40 Prozent.“

Petra Antoniewski und Christine Voss beschreiben die Odyssee doppelt betroffener Frauen durch das Hilfesystem. Nicht selten erleben diese Frauen folgendes: „...keiner fragt nach bzw. stellt Zusammenhänge her, Relativierung, Vorwürfe, Entmündigung, übergriffige Ratschläge, Schuldzuweisungen“.

Die Autorinnen erläutern ausführlich und ganz praktisch ihren Ansatz der Tandem-Beratung, stellen die Geschichten von Klient*innen vor. Voraussetzung für ihre Beratung ist beispielsweise, Triggerreize zu erfragen, um den Beratungsraum sicher zu gestalten. Sie führen Gespräche auf Augenhöhe und erkennen Klientinnen als Expertinnen ihrer selbst – ein Widerspruch zum sonst gängigen Krankheitsparadigma.

Ihr Ziel ist es, bei ihren Klientinnen Verständnis für die Zusammenhänge zwischen Gewalterfahrung und Suchtmittelkonsum zu entwickeln, um sie von Schuldgefühlen zu entlasten. Damit kann es den Klientinnen möglich werden, äußere und innere Sicherheit zu erlangen und aufrecht zu erhalten und Alltagskompetenzen zu entwickeln und zu stärken.

Die beiden Beraterinnen resümieren unter anderem fehlende Kooperation der beteiligten Hilfesysteme, Zeitnot, Überlastung, fehlende personelle und zeitliche Ressourcen für ein interdisziplinäres Vorgehen, fehlende frauenspezifische Angebote vor Ort und fordern entsprechende Konsequenzen.

Die Broschüre ist ein Plädoyer dafür, in allen Unterstützungssystemen die Zusammenhänge zwischen dem Erleiden von Gewalt und dem Rückgriff auf Suchtmittel zu berücksichtigen. Dazu braucht es dauerhaft und auskömmlich finanzierte, personell gut ausgestattete Strukturen, die das tatsächlich ermöglichen.

„Wir sprechen dabei nicht von der Schaffung neuer spezialisierter Einrichtungen, sondern von der Ergänzung, Erweiterung und Anpassung bereits bestehender Angebote und von zusätzlichen Zeitfenstern für Fortbildung und Netzwerkarbeit. Wir denken, das ist ein überschaubarer Aufwand im Vergleich zu den Kosten, die entstehen, wenn betroffene Frauen durch Gewalt und Suchterkrankung langfristig in ihrer Gesundheit geschädigt und in ihrer Leistungsfähigkeit und Erziehungskompetenz eingeschränkt bleiben. Und wir denken auch: Hier gibt es eine Verpflichtung zum Handeln für Politik und Kostenträger*innen!“

Quelle aller Zitate: Antoniewski, Petra/ Voß, Christine 2021: Suchthilfe und Gewaltschutz im Tandem. Herausgegeben von STARK MACHEN e.V.

Die Broschüre ist hier erhältlich: gesa@stark-machen.de oder steht hier zum [Download](#) bereit.

Foto oben: Christine Voss (links) und Petra Antoniewski



Netzwerk Ehrenamt - allseitige Unterstützung für Klient*innen gesucht

Wie kann ein*e Ehrenamtler*in bei STARK MACHEN e.V. aktiv werden - das werden wir neuerdings desöfteren gefragt. Unser **Netzwerk Ehrenamt** ist im Aufbau und besteht bisher aus den Teams Umzugshilfe, Bewegungsgruppe, walk & talk, Yoyo, Peer-Support für Sexarbeiter*innen und Öffentlichkeitsarbeit. Wir unterstützen Frauen beim Umzug in eine eigene Wohnung, begleiten Frauen und Kindern des Frauenhauses bei sportliche Aktivitäten, verbessern bei Spazierengehen und Plaudern Deutschkenntnisse und sind bei öffentlichen Aktionen des Vereins dabei. Es gibt ein wöchentliches yogaorientiertes Bewegungsprogramm für Klient*innen und viele Pläne für mehr!

Noch auf dem Papier steht beispielsweise ein geschützter Begegnungsort für ehemalige und derzeitige Klient*innen. Hier suchen wir interessierte Menschen, die Lust haben, dieses Projekt zu entwickeln. Alle unsere Teams sind offen für neue Engagierte. Bei Interesse schreiben an ehrenamt@stark-machen.de.



3453 Besucher*innen hatte unsere [Online-Ausstellung](#) "STARK MACHEN 2020". Am 14. August 2020 wurde sie eröffnet, im Dezember vergangenen Jahres aufgrund der großen Resonanz um ein Jahr verlängert - nun endet sie, die Seite wird geschlossen. Dank noch einmal den Künstler*innen!

Die [Plakate für ein gewaltfreies und selbstbestimmtes Leben](#) können künftig als [Wanderausstellung](#) "Zivilcourage hilft!" ausgeliehen oder gegen sozial gestaffelte Spenden erworben werden (15 - 25 Euro nach Selbsteinschätzung, Vorkasse + 8 Euro Versandkosten). Da wir nach Bestellung drucken lassen, dauert es etwas, bis Sie das bestellte Plakat in Händen halten. Ein Viertel der Spenden kommt den jeweiligen Künstler*innen zugute, drei Viertel unserem Projekt „Gewaltschutz braucht Öffentlichkeit“, das die Ausstellung betreute. Bestellungen bitte an ehrenamt@stark-machen.de.

Unser Spendenkonto: Empfängerin: STARK MACHEN e.V., Ostseesparkasse Rostock, IBAN: DE03 1305 0000 0220 0017 31 BIC NOLADE21ROS Verwendungszweck: Gewaltschutz braucht Öffentlichkeit + Ihr Name.

Und zum Ausklang... wir wünschen Euch und Ihnen allen eine gute Zeit zwischen den Jahren und für 2022 Gesundheit, gute Freund*innen, Mut und Freude für jeden Tag! Auf bald!

Der nächste Newsletter erscheint im Januar 2022. Gern könnt Ihr unsere Informationen teilen. Wenn Ihr mehr wissen wollt, guckt gern auf unsere [Webseite](#) oder folgt uns auf [Facebook](#) oder [Instagram](#).

Impressum.

Newsletter STARK MACHEN
Redaktion: Kathrin Valtin

STARK MACHEN e.V.
Ernst-Haeckel-Str. 1
18059 Rostock

e-mail: ehrenamt@stark-machen.de
website: www.stark-machen.de
Ausstellung: www.starkmachen2020.de
[instagram.com/starkmachen2020](https://www.instagram.com/starkmachen2020)
[facebook.com/starkmachen2020](https://www.facebook.com/starkmachen2020)

v.i.S.d.P. Ulrike Bartel, Geschäftsführerin STARK MACHEN e.V., Ernst-Haeckel-Str. 1, 18059 Rostock



STARK MACHEN

Gemeinsam für ein gewaltfreies
und selbstbestimmtes Leben.

[Klicken Sie hier um sich aus dem Verteiler abzumelden.](#)