

Beziehung – wie geht das?

In der Arbeits-Gruppe haben wir geredet über das Thema:
„Wie erlebe ich Beziehung?“

Wir haben festgestellt:

- Es gibt Liebes-Beziehungen und es gibt freundschaftliche Beziehungen.
Eine Partnerschaft ist noch ein bisschen mehr.
Eine Partnerschaft bedeutet, gemeinsam das Leben zu gestalten.
- Es ist wichtig, dass wir in einer Partnerschaft mit-einander offen über alles sprechen.
Dann weiß der Partner:
Das wünsche ich mir.
Das ist mir wichtig.
Das ist mich **nicht** wichtig.
- Es ist auch wichtig dem Partner zu-zuhören.
Und es ist wichtig, dass der Partner aus-sprechen darf.
Für das Zuhören und Sprechen brauchen wir Zeit und Ruhe.
Manchmal reicht es auch, wenn wir uns in die Augen schauen.

Darüber haben wir geredet:

Diese Werte sind uns in einer Partnerschaft wichtig:

- Respekt und Wertschätzung
- Vertrauen und Ehrlichkeit
- gemeinsame Ziele
- Unterstützung
- Liebe sowieso
- körperliche Nähe und Sexualität
- gemeinsam Probleme lösen
- Unabhängigkeit
- Freiraum

Wir haben überlegt:

- So kann ich meine Wünsche und Bedürfnisse sagen und zeigen.
Dann werde ich verstanden.
Zum Beispiel nutzen wir unsere Stimme und unseren Körper.
Wir haben dazu eine Übung gemacht.
Die Übung hieß: Ich bin ein kleiner Vogel.
- Nach der Mittagspause haben wir uns zu Musik bewegt.
Wir haben gemerkt, was sind gute Körper-Gefühle.
- Wir haben über Sexualität gesprochen.
Wir haben die Gefühle-Ampel kennengelernt.
Das bedeuten die Farben der Gefühle-Ampel:

ROT STOPP! Ich möchte das nicht!

GELB Ich weiß es noch nicht genau.
Ich brauche noch Zeit.

GRÜN JA, ich möchte das.

- Es ist wichtig, auf seinen Körper zu hören.

Wenn ich etwas nicht möchte, ist es wichtig **nein** zu sagen.

Daran erkenne ich, wenn ich etwas nicht möchte:

- schlechte Körper-Gefühlen
- Herz-Rasen
- komisches Gefühl im Magen
- Angst-Schweiß
- Schwindel.

- Beim Sex müssen sich beide Menschen wohl fühlen.

Beide Menschen müssen Sagen:

Ja, das will ich.

Zum Abschluss haben wir einen Wohlfühl-Koffer gepackt.

In den Wohlfühl-Koffer kommt alles hinein, was uns gut-tut.

Nicole Burek und Andrea Metternich vom Netzwerk
Starke.Frauen.Machen.:

Was für Rechte haben Frauen-Beauftragte und Frauen mit Behinderungen?

Es gibt viele Gesetze für Frauen und für Frauen mit Behinderungen.

Wir möchten mit euch über die Rechte von Frauen mit Behinderungen sprechen.

Zum Beispiel das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz (AGG)

Wir sprechen auch über die Rechte einer Frauen-Beauftragten in einer Werkstatt für behinderte Menschen.

Es ist wichtig, dass alle Menschen ihre Rechte kennen.

Denn: Nur wer seine Rechte kennt, kann sie auch einfordern.

Es gibt wichtige Gesetze für Frauen mit Behinderungen.

Diese Gesetze können Frauen helfen, damit sie ihre Rechte bekommen.

Wir möchten euch einige dieser Gesetze vorstellen.

Wir wollen Frauen und besonders Frauen mit Behinderungen Mut machen.

Und wir wollen die Frauen unterstützen.

Denn Frauen kämpfen schon lange für ihre Rechte.

Es gibt Regeln und Verträge, die in ganz vielen Ländern in der Welt gelten.

Diese Regeln stehen in der UN-Behinderten-Rechts-Konvention.

In Leichter Sprache heißt das auch:

UN-Vertrag über die Rechte von Menschen mit Behinderungen

Die UN (United Nations = Vereinte Nationen) ist eine große Gruppe von Menschen aus ganz vielen Ländern in der Welt.

Sie machen zusammen Regeln und Verträge für diese Gruppe von Ländern.

Zum Beispiel den UN-Vertrag über die Rechte von Menschen mit Behinderungen.

In diesem Vertrag steht:

Die Menschen-Rechte sind für alle Menschen gleich.

Egal ob ein Mensch eine Behinderung hat oder nicht.

Den Vertrag haben viele Länder aus der Welt unterschrieben.

Deutschland hat den Vertrag im Jahr 2006 unterschrieben.

Jetzt müssen diese Länder darauf achten:

Menschen mit Behinderung müssen ihre Rechte bekommen.

Wichtige Rechte für Frauen in dem UN-Vertrag:

- **Die Rechte von Frauen mit Behinderungen müssen ernst genommen werden**

Das steht im Artikel 6 vom UN-Vertrag:

Frauen mit Behinderungen haben aber oft Nachteile.

Weil sie Frauen sind.

Und weil sie eine Behinderung haben.

Zum Beispiel:

- Frauen bekommen oft weniger Geld für ihre Arbeit
- Und Frauen und Mädchen mit Behinderungen erleben oft Gewalt

Deshalb müssen Frauen mit Behinderungen lernen:

- ✓ Frauen sind stark!
- ✓ Frauen können sich wehren!
- ✓ Frauen bestimmen selbst über ihr Leben

Deutschland muss alles dafür tun, damit Frauen die gleichen Rechte bekommen wie Männer.

➤ **Niemand darf Menschen mit Behinderungen Gewalt antun**

Das steht in Artikel 16 von dem UN-Vertrag.

Niemand darf Menschen mit Behinderungen zum Beispiel:

- Schlagen oder treten
- Beleidigen
- Zum Sex zwingen.

Deutschland muss dafür sorgen:

Menschen mit Behinderung sollen Hilfe und Unterstützung bekommen, wenn sie Gewalt erlebt haben.

Zum Beispiel:

- ✓ Es muss gute Beratungs-Stellen geben.
- ✓ Die Beratungs-Stellen müssen barriere-frei sein
- ✓ Es muss barriere-freie Frauen-Häuser zum Schutz vor Gewalt geben.
- ✓ Es muss gute Informationen geben zum Beispiel Info-Hefte über Partnerschaft und Sex und Info-Hefte gegen Gewalt

Es soll keine Gewalt gegen Menschen mit Behinderungen geben.

Auch nicht in Wohn-Einrichtungen und in WfbM.

AGG (Allgemeines Gleich-Behandlungs-Gesetz)

Paragraf 1: Ziel des Gesetzes

- Alle Menschen sollen gleichbehandelt werden.
In der Ausbildung, bei der Arbeit und in der Freizeit.

Niemand darf ohne Grund schlechter behandelt werden als ein anderer Mensch.

- Egal, ob die Person eine Behinderung hat
- Egal, ob die Person aus einem anderen Land kommt
- Egal, ob die Person eine Frau oder ein Mann ist,
bzw. was sie für ein Geschlecht hat
und welche sexuelle Identität
- Egal, ob die Person an eine bestimmte Religion glaubt
- Egal, wie alt die Person ist
- Egal, ob eine Frau eine andere Frau liebt.
- Egal, ob ein Mann einen anderen Mann liebt

Chefinnen und Chefs dürfen Frauen nicht schlechter behandeln als Männer.

Sie müssen Frauen vor Nachteilen schützen.

Das gilt auch in WfbM.

Wichtige Rechte für Frauen im stehen im

Paragraf 3 (Begriffs-Bestimmungen) und im

Paragraf 7 (Benachteiligungs-Verbot):

- Frauen dürfen nicht benachteiligt werden.
Sie haben die gleichen Rechte wie Männer.
- Schwangere Frauen und Frauen mit Kindern sollen keine Nachteile bei der Arbeit haben.
- Frauen müssen genauso viel Geld für ihre Arbeit bekommen wie Männer.
- Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz ist verboten.
- Belästigung ist verboten.

SGB 9 (Sozial-Gesetz-Buch 9)

Im SGB 9 stehen viele wichtige Regeln zur Hilfe und Unterstützung für Menschen mit Behinderung.

Menschen mit Behinderung sollen überall mit-machen können.

Sie sollen überall dabei sein können, so wie alle anderen Menschen auch.

Das bedeutet Teilhabe

Alle haben das Recht auf Teilhabe

Teilhabe ist für Frauen und Männer wichtig.

Teilhabe

- Bei der Arbeit
- Beim Lernen.
- Und bei der Weiterbildung
- In der Freizeit
- Bei der Kommunikation.

Beispiele:

Manche Menschen können nicht so sprechen, wie die meisten Menschen.

Sie brauchen zum Beispiel einen Computer, der ihnen beim Sprechen hilft.

Oder sie brauchen Bilder-Karten.

Damit sie zeigen können, was sie wollen.

Oder sie brauchen andere Hilfsmittel.

Menschen mit Behinderung sollen alle Hilfsmittel oder Unterstützung bekommen, die sie brauchen.

Dafür sollen sie die richtigen Hilfen bekommen.

Diese Hilfe bekommen sie von verschiedenen Ämtern z.B. vom

Sozial-Amt oder vom Jugend-Amt.

Das sind zum Beispiel Hilfen für Menschen mit Behinderung:

- Eine Assistenz
- Betreutes Wohnen
- Fahr-Dienst
- Ein Roll-Stuhl, ein Sprach-Computer und andere Hilfsmittel
- Ein Führ-Hund für blinde Menschen

Menschen mit Behinderung sollen selbst über ihr Leben bestimmen.

Deshalb sollen die Hilfen so sein, dass sie so viel wie möglich mit-bestimmen können.

Zum Beispiel:

Menschen mit Behinderung sollen aus-suchen können:

Wer hilft mir?

Was soll die Person machen?

Das sind Rechte im SGB 9, die für Frauen mit Behinderungen wichtig sind diese Paragraphen:

- Im **Paragraf 8** steht:
Menschen mit Behinderung haben ein Wunsch- und Wahl-Recht
Wunsch und Wahl-Recht heißt:
Menschen mit Behinderung sollen mit-bestimmen können.
Sie sollen gefragt werden:
Welche Hilfen und Unterstützung brauchen sie?
Wie soll die Hilfe und Unterstützung aus-sehen?
- Im **Paragraf 49** steht:
Frauen mit Behinderungen müssen die gleichen Rechte bei der Arbeit haben
Zu den gleichen Rechten bei der Arbeit gehört auch in Teil-Zeit arbeiten.
Das ist vor allem wichtig, wenn Frauen Kinder haben oder einen Angehörigen pflegen.

- Im **Paragraf 64** steht:
Frauen haben das Recht auf Übungen zur Stärkung von ihrem Selbst-Bewusstsein.
Übungen zur Stärkung von ihrem Selbst-Bewusstsein sind so ähnlich wie Selbstbehauptungs-Kurse für Frauen.

In den Kursen lernen die Frauen:

So werde ich stark!

So werde ich selbstbewusst!

So lerne ich **nein** sagen!

Die Kurse soll es in Behinderten-Sport-Vereinen geben.

Die Kurse werden von der Kranken-Kasse bezahlt.

Dafür braucht die Frau ein Rezept einer Ärztin oder einem Arzt.

Das heißt:

Die Ärztin oder der Arzt muss den Kurs verschreiben.

BTHG (Bundes-Teilhabe-Gesetz)

Das ist ein Gesetz, durch das ein anderes Gesetz geändert wird.

Es ist ein Änderungs-Gesetz.

Das ist kein eigenständiges Gesetz, sondern ein Gesetz, das andere Gesetze ändert, damit man die nicht neu schreiben muss.

Ein gutes Beispiel für eine Änderung durch das BTHG ist:

Dass es seit 2017 Frauenbeauftragte in WfbM geben muss.

Bis dahin gab es nur Werkstatt-Räte als Interessens-Vertretung.

Und dann wurde das SGB 9 und die WMVO geändert.

Jetzt steht darin, dass es Frauenbeauftragte in WfbM geben muss.

WMVO (Werkstätten-Mitwirkungs-Verordnung)

Das steht in der WMVO über die Rechte der Frauenbeauftragte in der Werkstatt:

Paragraf 39a

Paragraf 37 Absatz 1 und 2 und 4 bis 6

Paragraf 38

Paragraf 39 Absatz 1 bis 3

- ✓ 1 Mal im Monat **Sitzung mit der Werkstatt-Leitung**
- ✓ Die **Werkstatt-Leitung muss** die Frauenbeauftragten **informieren**, wenn sie etwas machen will, was die Frauen in der Werkstatt betrifft.
Dann darf die FB mitreden.
- ✓ Wenn die Frauenbeauftragte anderer Meinung ist als die Werkstatt-Leitung, darf die Frauenbeauftragte die **Vermittlungs-Stelle** ein-beziehen
Die Frauenbeauftragte darf bei den **Sitzungen vom Werkstatttrates** dabei sein und mit-reden.

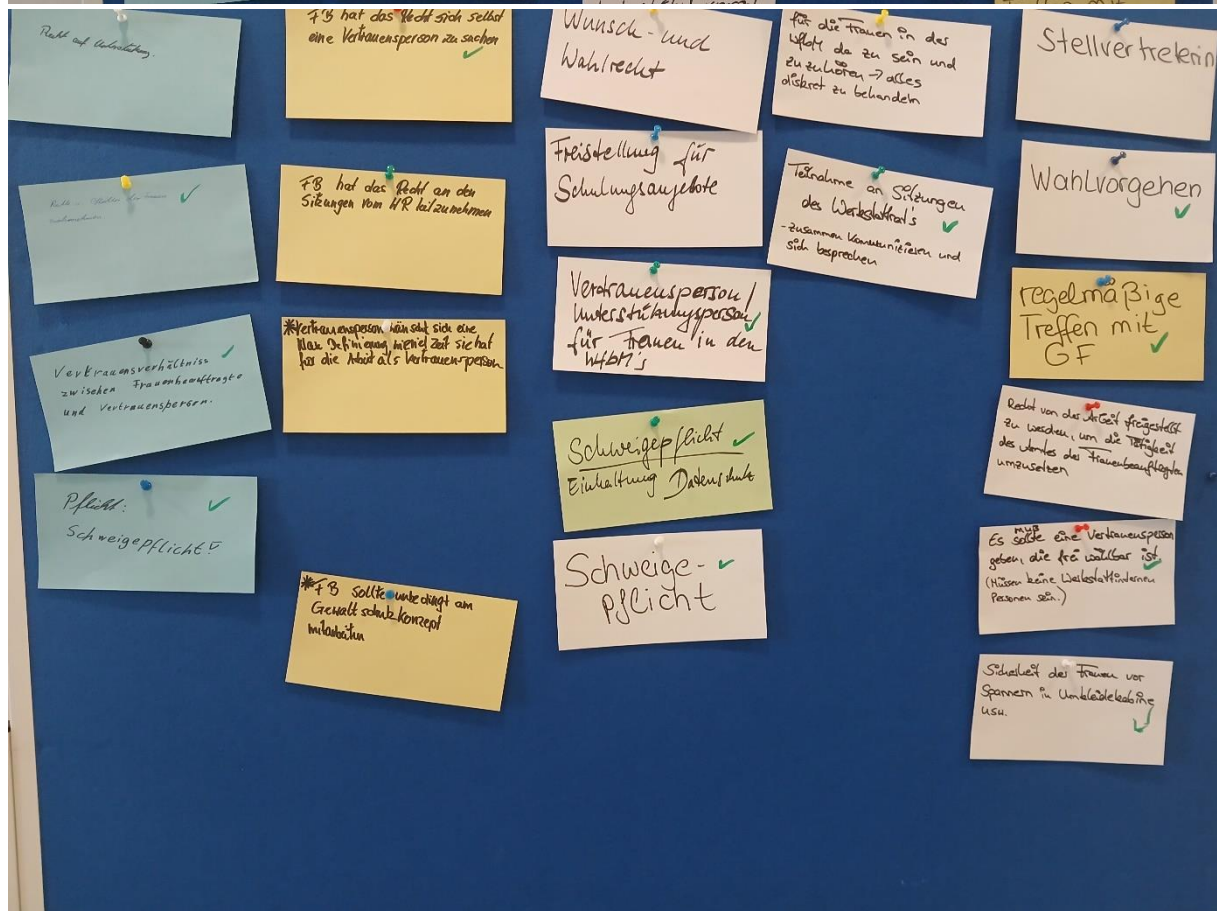
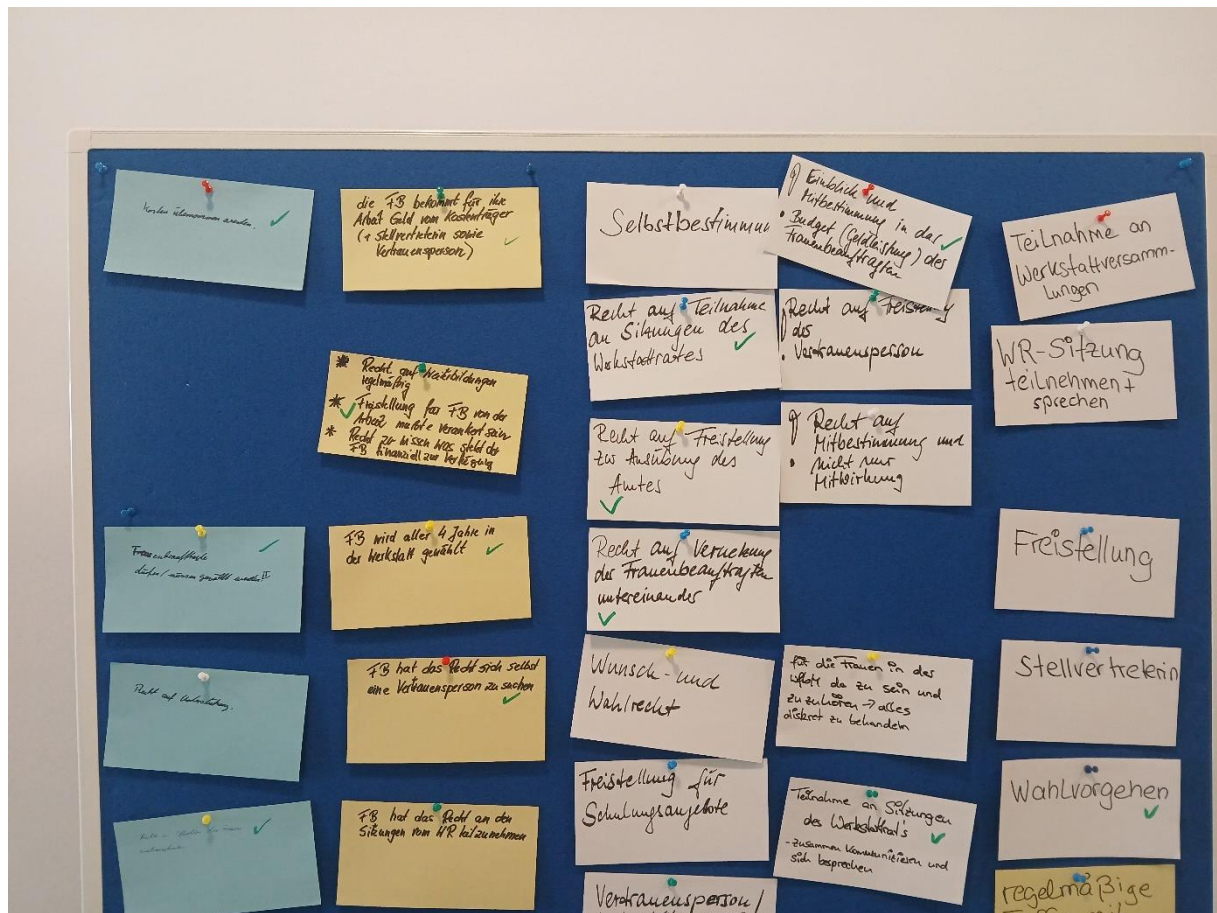
- ✓ Die Frauenbeauftragte darf an den **Werkstatt-Versammlungen teilnehmen und sprechen.**
- ✓ Die Frauenbeauftragte **muss** für ihre Arbeit als Frauenbeauftragte **freigestellt** werden, für die Zeit, die sie braucht, um ihre Arbeit durchführen zu können.
Ab 200 Frauen kann die Frauenbeauftragte eine volle Freistellung beantragen.
Die 1. Stellvertreterin kann ab 700 Frauen eine Freistellung beantragen.
- ✓ Frauen, die zu der Frauenbeauftragte kommen, müssen auch freigestellt werden.
- ✓ Es gibt immer **eine Stellvertreterin.**
Ab 700 Frauen gibt es eine **zweite Stellvertreterin**
- ✓ Die Frauenbeauftragte darf am Anfang (erste Amts-Zeit) **20 Tage** an **Schulungs- und Bildungs-Veranstaltungen** teilnehmen.
Ab der zweiten Amts-Zeit stehen ihr **15 Tage** dafür zur Verfügung.
Eine Amts-Zeit ist 4 Jahre.
- ✓ Die Werkstatt muss für die **Arbeit** der Frauenbeauftragte **bezahlen.**
Die Werkstatt bekommt das Geld zurück.
- ✓ Die Frauenbeauftragte muss zum Beispiel einen Computer und ein Telefon haben.
Das muss die Werkstatt bezahlen.
Die Frauenbeauftragte entscheidet selbst, was sie braucht.
Das ist die **Ausstattung.**
- ✓ Der Frauenbeauftragte muss eine **Vertrauens-Person** bekommen.
Die Frauenbeauftragte kann **Vertrauens-Person** selbst aus-suchen.
Die Vertrauens-Person muss nicht in der Werkstatt arbeiten.

Es gibt noch die

DWMV (Diakonische Werkstätten-Mitwirkungs-Verordnung)

Da gilt für die Frauenbeauftragte Paragraf **49.**

Und es gibt noch die **Caritas Verordnung** mit dem Paragrafen **39.**



AGG = Allgemeine
Gleichbehandlungs-
Gesetz

UN-BRK =

UN-Vertrag über die Rechte
von Menschen mit Behinderung

Art. 6 = Rechte von Frauen
müssen ernst genommen
werden

Art. 16 = Niemand darf Menschen
mit Behinderung Gewalt
antun

SGB 9 =

Sozial-Gesetz-
Buch

→ wichtige Regeln zur
Unterstützung von Menschen
mit Behinderung

§ 8 = Menschen mit Behinderungen haben ein Wunsch- und Wahlrecht

§ 49 = Frauen haben das Recht auf Arbeit

§ 64 = Frauen haben das Recht auf Übungen zur Stärkung des Selbst-Bewusstseins

BTtIG =

Bundes-Teilhabe-Gesetz

- => Änderungsgesetz
- => durch dieses Gesetz wird ein anderes Gesetz (SGB 9) geändert
- => es ist kein eigenständiges Gesetz

Frau sein – Selbst-bestimmt

Zuerst haben wir Spiele gemacht.

Durch die Spiele haben wir unseren Körper und unsere Gefühle kennen gelernt.

Wir haben über Stark-sein gesprochen.

Wir haben Worte für Stark-sein gesucht.

Wir haben uns die Worte ohne Stimme vorgespielt.

Das nennt man Pantomime.

Zum Beispiel die Worte:

Großartig

Glücklich

Lustig

Hilfsbereit...

Mit diesen Worten hat jede Teilnehmerin eine Bild gestaltet.

Das Bild hatte das Thema **Ich bin...**

Dann haben wir den anderen das Bild gezeigt und davon erzählt.

Wir haben über das Thema Mut gesprochen.

Zum Beispiel bekommt man Mut, wenn man tanzt.

Und wir haben uns von mutigen Erfahrungen erzählt.

Dazu haben wir ein Ausmal-Bild gemacht.

Der Austausch in der Gruppe war sehr gut.



NÖ -gemeinsam gegen sexualisierte Gewalt an Menschen mit Behinderung

Frau Christian ist Frauenbeauftragte und Vernetzerin in Ost-Sachsen.
Frau Mirle ist Beauftragte für die Belange von Menschen mit Behinderungen im Land-Kreis Görlitz.

In der Arbeits-Gruppe haben die beiden Frauen ihre erfolgreiche Zusammen-Arbeit vorgestellt.

Beide Frauen haben mit anderen Menschen ein Netz-Werk gegründet.

Das Netz-Werk heißt:

„NÖ -gemeinsam gegen sexualisierte Gewalt an Menschen mit Behinderung“ im Landkreis Görlitz.

In der Arbeits-Gruppe haben die 2 Frauen erzählt:

Darum haben wir das Netz-Werk gegründet.

Diese Menschen arbeiten gemeinsam mit bei dem Netz-Werk.

Das macht das Netz-Werk.

So arbeiten die Menschen vom Netz-Werk zusammen.

Netz-Werk heißt:

Menschen mit unterschiedlichen Berufen arbeiten zusammen zu einem wichtigen Thema

Schutz vor Gewalt:

Meine Rechte, meinen Grenzen, Gewalt-Schutz als Frauenbeauftragte

Das sind meine Grenzen:

Zu viel Nähe

Anfassen, ohne zu fragen

Mobbing

Stress und zu viel auf einmal

Lästern

Vertrauen brechen

Seele fühlt sich schwer an

Tut weh

schlecht fühlen

belastend

Verletzende Worte

Das kann ich machen:

Weggehen

darüber reden

Das sind meine Grenzen als Frauenbeauftragte:

Privat ist privat.

Frauenbeauftragte sind für die Probleme in der Werkstatt da.

Wenn ich mich hilflos fühle, hole ich Hilfe.

Nicht allein sein.

Unterstützung holen.

zuhören hilft

Nicht ernst genommen fühlen

Für sich selbst Hilfe in holen.

Die Frauenbeauftragte ist nicht verantwortlich

Die Fraunebeauftragte vermittelt Hilfe

Meine Rechte

Recht am eigenen Bild

Recht auf Arbeit

Recht eine gute Mutter zu sein

Recht NEIN zu sagen

Privatsphäre

Meinungs-Freiheit

Meine Rechte als Frauenbeauftragte

Anderen Frauen zu helfen

Recht auf Schweige-Pflicht

Recht auf Information

Recht auf Mit-Bestimmung

Recht auf Mit-Beteiligung

Recht auf Gleich-Behandlung

Recht auf Mit-Sprache

Recht auf Leichte Sprache

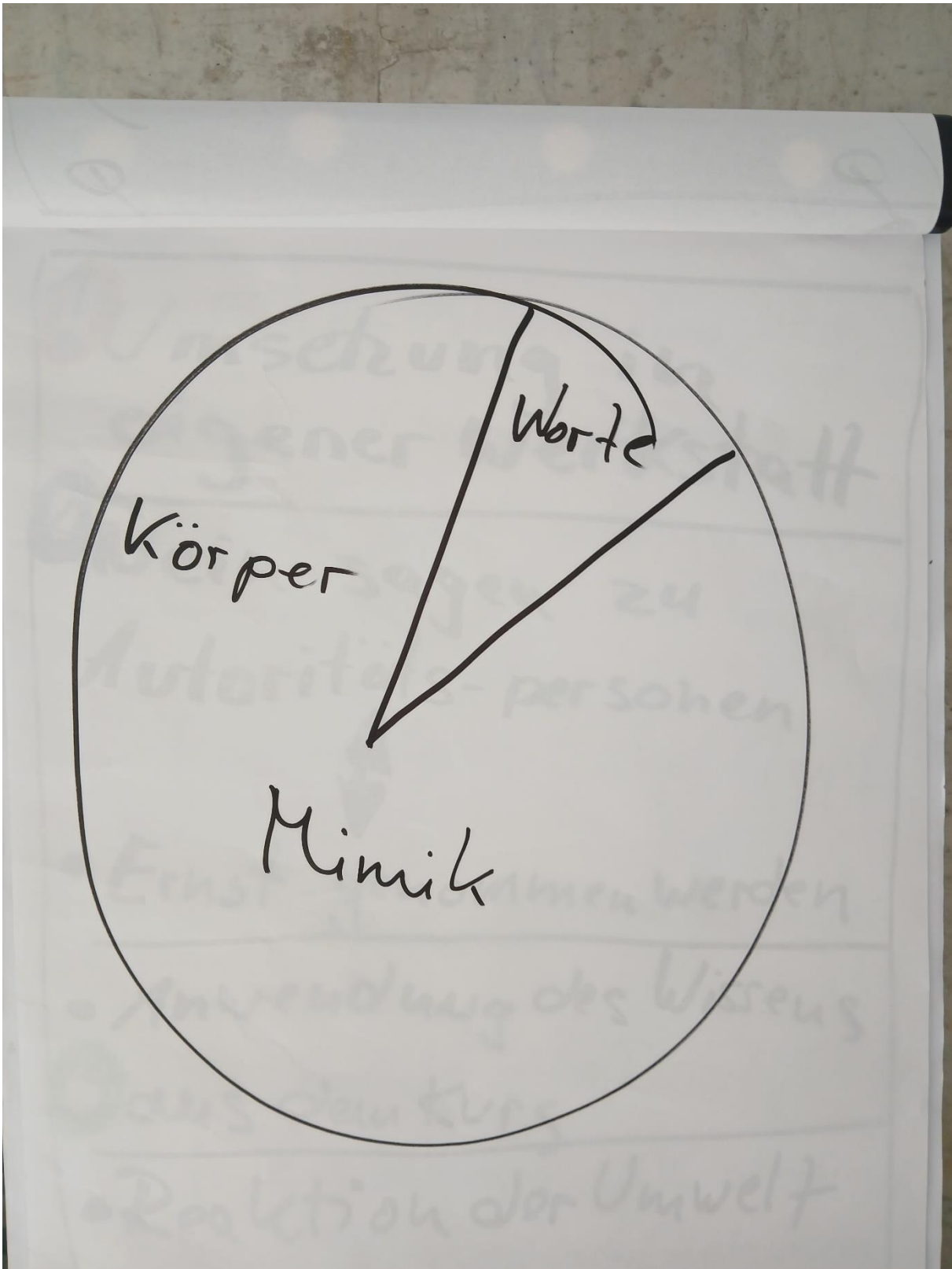
Wie kann ich meine Grenzen äußern?

- STOPP sagen / Nein sagen
- Kannst du später nochmal kommen?
- Ich hab jetzt keine Zeit.
- Lass uns gemeinsam Hilfe holen.
- Ich weiß nicht weiter, lass uns Hilfe holen.

Wo finde ich
Unterstützung?

- begleitender Dienst
- Beratungsstellen
- Kontaktstellen
- Freunde / Familie
- Werkstattrat
- Vernetzerinnen
- Fachstelle KogGE

WENDO – Selbst-Behauptung, Selbst-Schutz und Selbstverteidigung



1 Umsetzung in eigener Werkstatt

2 Nein-sagen zu Autoritäts-personen



• Ernst genommen werden

• Anwendung des Wissens

3 aus dem Kurs

• Reaktion der Umwelt

- ① - 2 Tage - Bildungsfreistellg.
- 6 - 12 TNinnen
- Raum mit Bewegungsmöglichkeit / Lärm möglich nicht einsehbar
- Kosten aus Budget / Topf FB + WR
- Grundlage im Gewaltschutzkonzept
- Verbündete zur Durchführung
- Interesse bei ♀♀ wecken bzw. Bedarf aufnehmen

- ② - Unterstützung von Beschäftigten anbieten beim „NEIN“-sagen / Selbstbestimmung / Umsetzung eigener Rechte
- Schulung von Fachkräften
 - Verweis auf Gesetze
 - „Hilfenetz“ bilden – Vertrauenspersonen

Selbst-Bestimmte Sexualität – wie geht das?

In der AG ging es um das Spüren und schöne Gefühle.

Wir haben vieles ausprobiert:

Wir haben eine Praline mit allen Sinnen genossen:

fühlen, hören, sehen, riechen, schmecken.

Wir haben eine Körperreise gemacht:

Wie fühlt es sich in mir drin an?

Wir haben verschiedene Gegenstände angefasst:

Was fühlt sich gut an auf meiner Haut?

Wir haben eine Karte gemalt:

Was fühlt sich gut an an meinem Körper?

Wir haben gemerkt:

Das alles ist gar nicht so leicht.

Jede Person muss das erst lernen.

Wir haben darüber gesprochen:

Es ist wichtig spüren zu können.

Dann können wir auch die angenehmen Gefühle spüren.



