



**FRAUEN SIND  
SYSTEMRELEVANT!**

**Wie erleben Frauen  
in Aurich die Pandemie?**

**[auricherfrauen.de](http://auricherfrauen.de)**

# INHALT

- 3 VORWORT
- 4 GLEICHSTELLUNG GEHT ALLE AN!

## GESUNDHEIT

- 5 STRESSBELASTUNGEN IM HOMEOFFICE: WIE BLEIBEN WIR GESUND?

## GESUNDE GEBURT

- 7 GEBURTSHILFE GEHT UNS ALLE AN: SIE GEHÖRT IN DIE MITTE DER GESELLSCHAFT!
- 8 SCHWANGERSCHAFT IN ZEITEN DER PANDEMIE
- 9 WIE ERLEBEN VÄTER UND FAMILIEN SCHWANGERSCHAFT & GEBURT SOWIE DAS WOCHENBETT IN ZEITEN VON CORONA?
- 10 FÜR EINE GUTE GEBURTSHILFE IN DER KRISE UND IN ZUKUNFT: HEBAMMENARBEIT IN DER PANDEMIE
- 11 HEBAMMENZENTRALE IST GERADE IN DER PANDEMIE UNVERZICHTBAR!
- 12 HILFETELEFON NACH SCHWIERIGER UND BELASTENDER GEBURT

## GEWALT GEGEN FRAUEN

- 13 AUFSTEHEN GEGEN GEWALT: ONE BILLION RISING
- 14 HÄUSLICHE GEWALT IST KEINE PRIVATSACHE!
- 15 THEMEN AUS DER BERATUNGSPRAXIS
- 16 WARUM FÄLLT ES FRAUEN, DIE OPFER VON GEWALTÄTERN WERDEN, SO SCHWER SICH ZU TRENNEN?

## ERWERBSTÄTIGKEIT

- 17 MATHEMATIK – INFORMATIK – NATURWISSENSCHAFT – TECHNIK
- 18 FRAUEN EROBERN DAS HANDWERK
- 19 HALBTAGS ZUM TRAUMBERUF
- 20 WIE VERDIENE ICH, WAS ICH WERT BIN?
- 21 TEILNAHME AN ONLINE-SEMINAREN LEICHT GEMACHT
- 21 DER MINIJOB - FLUCH ODER SEGEN!?

## FAMILIE/CAREARBEIT

- 22 FAMILIEN SIND SYSTEMRELEVANT, DOCH WER KÜMMERT SICH UM SIE?
- 23 ERZIEHERINNEN SIND SYSTEMRELEVANT, WEIL KITAS AUCH IN KRISENZEITEN FAMILIEN STABILITÄT BIETEN
- 24 MUTTERTAG ANDERS GEDACHT: MÜTTER TRAGEN DIE HAUPTLAST DER CORONA-KRISE, SIE SIND AM LIMIT!
- 25 GENERATION „DARFST DU NICHT!“
- 26 SIND GROSSMÜTTER SYSTEMRELEVANT?

## KULTUR/WEITERBILDUNG

- 28 FRAUEN SIND PROFIS IN KOMMUNIKATION UND TEAMARBEIT
- 29 KAMPF DER GESCHLECHTER AM BEISPIEL SPRACHE
- 31 FRAUEN MIT MIGRATIONSINTERGRUND IM BEREICH BILDUNG
- 32 TRANSGENERATIONALE KULTUR VON FRAUEN

## NACHHALTIGKEIT

- 33 GEDANKEN VON LANDFRAUEN ZUR NACHHALTIGEN LANDWIRTSCHAFT
- 34 NACHHALTIGE KAUFENTSCHEIDUNGEN VON FRAUEN
- 35 FRAUEN UND DER LIEBE KONSUM

Die **31. Auricher Frauenwochen** standen ganz im Zeichen der Pandemie: Alles war anders! Bereits bei der Planung war klar, dass Termine entzerrt und die Kontaktdichte reduziert werden musste und so wurde aus den Frauenwochen erstmals eine Frauensaison, die von Februar bis Juli 2021 gehen sollte. Wie sich herausstellte, konnten bis Juni 2021 keine Präsenzveranstaltungen stattfinden, daher wurden einige Termine online durchgeführt. Die Arbeitsgemeinschaft Auricher Frauen hat mit einem veränderten Konzept reagiert und wieder einmal gezeigt, wieviel Flexibilität, Kreativität, Fachkompetenz und Potenzial in Frauen steckt.

## „Frauen sind systemrelevant!“

Unter diesem Motto wurden von Februar bis Juli 2021 wöchentlich Themenschwerpunkte auf der Internetseite [www.auricherfrauen.de](http://www.auricherfrauen.de) veröffentlicht. Das Ergebnis ist eine Vielfalt an Texten, die sehr deutlich machen, wie notwendig es ist, den Blickwinkel zu erweitern, alle gesellschaftlichen Bereiche geschlechterdifferenziert zu betrachten und die Weichen neu zu stellen.

Mein herzlicher Dank geht an die Verfasserinnen der Texte. Sie haben mit viel Engagement ihr Fachwissen in Gruppen diskutiert und komplexe Herausforderungen klar auf den Punkt gebracht.

**Das zentrale Anliegen der Arbeitsgemeinschaft Auricher Frauen ist, auf die vielen widersprüchlichen Realitäten von Frauenleben aufmerksam zu machen und sie ins Zentrum der Gesellschaft zu rücken.** Die Pandemie hat uns sehr deutlich vor Augen geführt, wo wir in Sachen Gleichberechtigung stehen und Expertinnen befürchten einen Rückschritt von Jahrzehnten, insbesondere in Bezug auf die Erwerbstätigkeit. Das hat langfristige finanzielle Folgen für Frauen, von der aktuellen Existenzsicherung bis hin zur Rente.

Wieder einmal sehen wir, dass Frauen in der Krise die Gesellschaft zusammenhalten: Sie engagieren sich in den Familien und in den helfenden und sozialen Berufen. **Kaum bemerkt von der Öffentlichkeit sorgen Frauen dafür, dass der Alltag reibungslos klappt.** Viele unterschiedliche Anforderungen greifen ineinander und die Belastungen sind enorm, wie die vorliegenden Texte zeigen.

Nun halten Sie die Zusammenfassung der Frauensaison 2021 in der Hand. Die Themen liegen auf dem Tisch und wir müssen gemeinsam an der Umsetzung des Verfassungsauftrags Gleichberechtigung arbeiten. Lassen Sie uns eine fürsorgliche und zukunftsfähige Gesellschaft für unsere Kinder und Enkelkinder schaffen!

Birgit Ehring-Timm

### **Birgit Ehring-Timm**

Stadt Aurich Gleichstellungsbeauftragte

Bgm.-Hippen-Platz 1, 26603 Aurich

Tel.: 0 49 41 - 12 19 00

mailto: [ehring-timm@stadt.aurich.de](mailto:ehring-timm@stadt.aurich.de)

[www.auricherfrauen.de](http://www.auricherfrauen.de)



ich seh dich in



# GLEICHSTELLUNG GEHT ALLE AN!

Seit über 100 Jahren gehen Frauen am 8. März weltweit auf die Straße. Sie setzen ein Zeichen für Gleichstellung von Frauen und Männern. Während es in den ersten Jahren um das Frauenwahlrecht und später um gleiche Bildungschancen ging, stehen inzwischen eine faire Verteilung von bezahlter und unbezahlter Arbeit, Aufwertung der Pflege- und Erziehungsberufe sowie eine eigenständige Existenzsicherung auf der Agenda. Obwohl gleiche Rechte im Grundgesetz verankert sind, sieht die Lebensrealität für Frauen und Männer sehr unterschiedlich aus. Die Gründe dafür sind vielfältig, die wesentlichen sind:

- Eigenschaften, die als frauentypisch gelten, werden unterbewertet und unterbezahlt.
- Reproduktionsarbeit hat keinen Stellenwert in der Gesellschaft. Sie wird hauptsächlich von Frauen geleistet.
- Frauen sind in den Vorstandsetagen und in der Politik in Entscheidungsfunktionen deutlich unterrepräsentiert.
- Traditionelle Rollenbilder wirken sich in Berufswahl, Karrierechancen und Gehaltsverhandlungen aus.
- Vereinbarkeit von Familie und Beruf gilt noch immer als Frauensache.

Die traditionelle Arbeitsteilung hat sich verändert: heute ist es für die meisten jungen Frauen eine Selbstverständlichkeit berufstätig zu sein. Doch wer kümmert sich um die Familien und den Haushalt? Wer übernimmt putzen, einkaufen, Wäsche waschen, kochen, organisieren von Kindergeburtstagen, Termine und Begleitung bei Arztbesuchen für die gesamte Familie, Pflege und Betreuung des kranken Kindes, Hol- und Bringdienste zu Betreuungseinrichtungen und im Freizeitbereich, ein offenes Ohr und Unterstützung bei den ganz alltäglichen Sorgen und Nöten...? Die Rollenzuschreibung an Frauen ist geblieben und Studien belegen, dass sie 80% dieser Aufgaben übernehmen.

**Mental Load** ist der Fachausdruck für diese psychische Belastung. Es handelt sich um Alltagsaufgaben, die weitgehend unsichtbar sind. Sie müssen jedoch erledigt werden, damit in den Familien nicht alles zusammenbricht. Die To-do-Liste in den Köpfen der Frauen ist lang und unüberschaubar. Sie wird ganz selbstverständlich und zusätzlich zu der Berufstätigkeit erledigt, unbemerkt von der Öffentlichkeit, der Politik, den Arbeitgeber\*innen, den Familien und häufig wird es noch nicht einmal von den Frauen selbst wahrgenommen, dass sie ständig für andere Menschen im Einsatz sind. Sie wundern sich, dass sie erschöpft sind und zweifeln an ihrer Leistungsfähigkeit. Doch es ist kein persönliches Versagen einzelner Frauen, es ist ein strukturelles Problem der Gesellschaft, die Fürsorge und alltägliche Reproduktionsarbeit systematisch ausblendet.

In der Pandemie hat sich der Druck jedoch noch einmal enorm verstärkt und die Systemfehler werden deutlich: Nun sind noch Homeoffice, Homeschooling und gleichzeitige Kinderbetreuung

hinzugekommen und die Sorge um ältere Familienmitglieder und Menschen, die der Risikogruppe angehören. Und plötzlich fallen alle Aufgaben, die vorher selbstverständlich waren, ins Gewicht. Diese erhöhte Belastung dauert nun bereits mehr als ein Jahr und führt damit zu einem Dauerstress. Nun gibt es für Frauen keine Möglichkeiten mehr zu kompensieren, der Druck ist enorm und die Belastungsgrenzen sind oft überschritten. Die aktuelle Krise führt uns deutlich vor Augen, dass sich endlich etwas ändern muss, die Zeit ist reif! Jede Person muss sich der eigenen Verantwortung bewusst werden, um diese gesellschaftliche Herausforderung zu lösen. Dazu gibt es viele Möglichkeiten im privaten und beruflichen Bereich. Wir müssen gemeinsam an einer Sichtbarkeit der bisher unsichtbaren Aufgaben arbeiten und eine faire Verteilung von bezahlter und unbezahlter Arbeit finden, nur so ist Gleichstellung möglich!

Folgerichtig lautet das Motto des diesjährigen Equal-pay-days „Game Changer“. Er fand am 10. März statt und machte auf die ungleiche Bezahlung von Frauen und Männern aufmerksam. Der Entgeltunterschied liegt in diesem Jahr in Deutschland bei 19%. Wir brauchen mehr Game Changer! Das sind mutige, kreative und moderne Menschen, die sich für faire Bezahlung und Verhältnisse einsetzen, neue Ideen einbringen, die Gesellschaft positiv verändern und zukunftsfähig machen. Sie haben verstanden, dass erfolgreiche Teams zu je 50% mit Frauen und Männern besetzt sind und alle ihre Kompetenzen gleichberechtigt einbringen können.

Wir können einen Wettbewerb starten, in dem wir uns stark machen für:

- Eine Gesellschaft, die Reproduktions- und Fürsorgearbeit neu bewertet
- Männer und Frauen, die sich den Mental Load teilen
- Angemessene Löhne und Arbeitszeiten, die familienorientiert sind
- Geschlechtergerechte Bezahlung und Existenzsicherung für alle
- Gemeinsame Verantwortung für ein faires Miteinander

Den Gewinn teilen wir alle miteinander: eine zukunftsfähige Gesellschaft für die nächsten Generationen! Machen Sie mit!

## ***Ansprechpartnerin für weitere Fragen***

### ***Birgit Ehring-Timm***

*Stadt Aurich Gleichstellungsbeauftragte*

*Bgm.-Hippen-Platz 1, 26603 Aurich*

*Tel.: 0 49 41 - 12 19 00*

*Mail: [ehring-timm@stadt.aurich.de](mailto:ehring-timm@stadt.aurich.de)*

*[www.auricherfrauen.de](http://www.auricherfrauen.de)*



## STRESSBELASTUNGEN IM HOMEOFFICE: WIE BLEIBEN WIR GESUND?

Gesundheit ist ein hohes persönliches und gesellschaftliches Gut, das es zu schützen gilt. Dabei spielen nicht nur körperliche, sondern auch psychische und gesellschaftliche Aspekte eine wesentliche Rolle. Die Pandemie zeigt gerade deutlich, wie anfällig unser Gesundheitssystem ist. Die gesamte Aufmerksamkeit konzentriert sich auf die Virusbekämpfung. Doch wie sich die Herausforderungen in der Vereinbarkeit von Familie und Beruf auf die Gesundheit auswirken soll in diesem Artikel am Beispiel Homeoffice aufgezeigt werden.

Tatsache ist, dass in der Pandemie sämtliche Strukturen weggebrochen sind, die einen gut organisierten Ablauf von Familie und Beruf ermöglicht haben. Sämtliche Routinen wurden durchbrochen und mussten immer wieder neu geregelt werden, da sich ständig die Rahmenbedingungen verändert haben. Dies bedeutet enorme Stressbelastungen, insbesondere für Frauen, die als „Familienmanagerinnen“ im Mittelpunkt des Geschehens sind. Besonders hart sind die Herausforderungen für Alleinerziehende (90 % von ihnen sind Frauen).

Die Lebensrealitäten von Frauen und Männer unterscheiden sich immer noch erheblich und die traditionelle Arbeitsteilung hat sich in der Pandemie wieder verstärkt, wie folgende Zahlen belegen. Frauen reduzierten ihre Arbeitszeit seit März 2020 wesentlich mehr als Männer, um die Betreuung der Kinder zu übernehmen. Bereits vor der Pandemie verrichteten Frauen 52% mehr unbezahlte Sorgearbeit als Männer<sup>1</sup>. Je jünger die Kinder sind, umso höher ist die Arbeitsbelastung. Mit der Geburt des ersten Kindes und in den drei ersten Lebensjahren des zweiten Kindes beträgt sie ca. 65 Stunden in der Woche. Nach einer Studie der Hans-Böckler-Stiftung hat sich in der Pandemie die Sorgearbeit bei Frauen um 1,7 Stunden und bei Männern um 0,6 Stunden erhöht. Noch einmal gestiegen ist der Anteil bei Frauen, wenn beide Partner\*innen im Homeoffice arbeiten, dann übernehmen Frauen durchschnittlich 2,6 Stunden täglich.<sup>2</sup>

Das Familienleben musste ständig neu organisiert werden, da die Pandemie alle betrifft und plötzlich die Wohnung voller Menschen ist, die sonst ihre Zeit am Arbeitsplatz, in der Schule oder in der KiTa verbringen. Wie entspannt kann es sein, wenn sich alles zuhause abspielt und gemanagt werden muss? Homeoffice, Homework, Homeschooling, so ist das Home gut gefüllt und das Zuhause wird zu einem multifunktionalen Ort ohne Grenzen, in dem es kaum Zeiten zur Regeneration gibt. Eine zusätzliche Belastung ist die Rollenvermischung, wenn Mütter den Kindern schulische Inhalte vermitteln sollen. Das muss zu erhöhtem Stress führen, weil sie weder als Lehrerinnen ausgebildet sind noch diese Rolle einnehmen können. Dann vermischen sich Beziehungs- und Erziehungsaufgaben mit Leistungserfüllung oder -versagen. Konflikte im Familienleben entstehen dadurch, dass sich ständig alles zuhause abspielt und Frust kein Ventil findet.

Auch die beruflichen Herausforderungen im Homeoffice sind vielfältig. Insbesondere die Arbeitskontakte und Absprachen erfordern Organisation, da die Arbeitszeiten für alle Beschäftigten flexibler geworden sind. Es sind nicht immer alle notwendigen Unterlagen direkt verfügbar, was Wege schwieriger und langwieriger macht. Planung und Organisation nimmt einen größeren Zeitanteil ein. Wir sitzen zuviel am PC, das lässt die Augen ermüden. Ständig finden Onlinemeetings statt, die zu Dauerbelastung und nervlicher Überspannung führen. Wir sprechen inzwischen von einer Zoom-Müdigkeit, die sich durch die Erhöhung der Arbeitsdichte und Kommunikation über Videokonferenzen einstellt. Vieles ist gleichzeitig zu erledigen und wir müssen uns auf die Technik verlassen, die längst nicht immer funktioniert und damit unseren ganzen Zeitplan sprengt. Wir sitzen zu viel, bewegen uns zu wenig und machen zu wenig Pausen. Es findet eine **Entgrenzung der Arbeit** statt, da sie immer in unserer Wohnung sichtbar ist, wir haben das Gefühl ständig online sein zu müssen. Ohne klaren Endpunkt der Arbeitszeit fühlen wir uns immer im Dienst. Einige Arbeitgeber\*innen haben die Arbeitszeiten ausgeweitet, um die Vereinbarkeit mit Familie zu erleichtern. Das führt oft dazu, dass Frauen keinen Feierabend mehr haben, denn die Berufsarbeit wird vor und nach der Familien- und Hausarbeit erledigt. Dafür werden Erholungszeiten und Schlaf geopfert, was langfristig zur Erschöpfung führen muss.

Die größten Stressoren im Homeoffice für Frauen sind jedoch die widersprüchlichen Anforderungen von Familie und Beruf, die zeitgleich erledigt werden sollen und als inkompatibel erlebt werden. Was sich bereits im normalen Berufsalltag nur schwer organisieren lässt, bricht zusammen, wenn die Kinderbetreuung und Schule sowie soziale Netzwerke wie Großeltern wegfallen und sich alles zur gleichen Zeit am gleichen Ort abspielt. Eine gleichzeitige Kinderbetreuung und Arbeit im Homeoffice ist dauerhaft nicht möglich! Das kann für einen kurzen Zeitraum eine akute Krisenintervention sein, jedoch nicht über einen langen Zeitraum! Dieser Spagat muss zu Überforderungen und Erschöpfungen führen!

Durch ihre Sozialisation neigen Frauen dazu, sich für alles verantwortlich zu fühlen und als fürsorgliche fleißige Bienen alle Anforderungen erfüllen zu wollen. Sie entwickeln viel Engagement und Perfektionismus, denn sie haben das Gefühl, dass sie persönlich versagen, wenn sie nicht alle Erwartungen erfüllen. Auch für die Konfliktschlichtung in der Familie fühlen sie sich primär verantwortlich. Gesundheitsprävention für Frauen besteht darin, Selbstfürsorge zu lernen! Das ist ein neues Lernfeld. Während Frauen gelernt haben für andere zu sorgen, müssen sie nun erkennen, dass es an der Zeit ist für sich selbst zu sorgen. Dazu gehört – insbesondere in einer Zeit der Entgrenzung - deutliche Grenzen zu setzen. Was nicht geht, geht einfach nicht mehr! Also: Wann ist Feierabend und damit Zeit zur Erholung? Für die Kinderschlafenszeit

entwickeln wir meist wirksame Rituale, doch wie sehen diese Rituale für die eigene Erholungszeit aus? Mit welchem Ritual leiten wir diesen ein? Wie schaffen wir Abstand von den vielen Dingen, die es noch zu erledigen gilt, was wir jetzt aber einfach nicht mehr schaffen? Wie organisieren wir uns Pausen, um uns zu bewegen, frische Luft zu atmen oder auch nur mal in die Sonne zu blinzeln? Wie können wir uns mit gutem Gewissen eine Auszeit organisieren?

Wahrscheinlich ist es an der Zeit, die Ansprüche an uns selbst zu reduzieren. Wir sollten anfangen unsere Erfolge und schönen Erlebnisse wahrzunehmen, statt immer nur zu funktionieren. Außerdem ist es sinnvoll, auf den eigenen Rhythmus und die Energie zu achten: Was kostet mich wieviel Kraft? Was gibt mir Kraft und Energie? Was stärkt und was schwächt mich? Und dann ist es vielleicht auch mal wieder angebracht nährnde Kontakte zu pflegen, einfach nur mal wieder zu plaudern, zu spielen, zu lachen.

Doch Gesundheitsprävention ist nicht nur Privatsache, die sich am Verhalten orientiert. Es gilt auch die Rahmenbedingungen so zu gestalten, dass sie gesundheitsfördernd sind. Für diesen Rahmen sind sichernde Gesetze erforderlich, die Selbstausbeutung unmöglich machen. Die Pandemie hat uns wieder sehr deutlich gemacht, dass Kinderbetreuung die Basis für die Berufstätigkeit von Frauen ist. Daher ist es zwingend erforderlich diese weiter auszubauen und für Fachkräfte attraktiver zu gestalten, um Frauen dauerhaft eine eigenständige Existenzsicherung zu ermöglichen, auch wenn sie von zuhause arbeiten!

Auch Arbeitgeber\*innen spielen eine zentrale Rolle in der betrieblichen Gesundheitsförderung. Sie sollten Dienstvereinbarungen für das Homeoffice abschließen, die die Lebensrealität von Frauen angemessen berücksichtigen. Führungskräften kommt dabei eine zentrale Funktion zu, denn es ist ihre Aufgabe die Arbeit im Team so zu organisieren, dass die Vereinbarkeit von Familie und Beruf auch mit Telearbeit gelingen kann.

Das zeigt: nur gemeinsame Lösungen können gute Lösungen sein!

Fazit: Gesund bleiben im Homeoffice kann nur gelingen, wenn Arbeit begrenzt und auch die Stressoren erfasst werden, die aus der Gesamtsituation in Familie und Beruf entstehen. Fürsorgearbeit und Belastungsgrenzen sind dabei geschlechtersensibel zu beachten!

## **Ansprechpartnerin für weitere Fragen**

### **Birgit Ehring-Timm**

Stadt Aurich Gleichstellungsbeauftragte

Bgm.-Hippen-Platz 1, 26603 Aurich

Tel.: 0 49 41 - 12 19 00

Mail: [ehring-timm@stadt.aurich.de](mailto:ehring-timm@stadt.aurich.de)

[www.auricherfrauen.de](http://www.auricherfrauen.de)



<sup>1</sup> <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/gleichstellung/gender-care-gap/gender-care-gap-ein-indikator-fuer-die-gleichstellung-137294>

<sup>2</sup> <https://www.boeckler.de/de/gender-18289-homeoffice-starkt-tradierte-arbeitsteilung-23878.htm>

## GEBURTSHILFE GEHT UNS ALLE AN: SIE GEHÖRT IN DIE MITTE DER GESELLSCHAFT!

Widersprüchlicher können die Signale rund um die Geburt nicht sein: Während bereits 2016 das Nationale Gesundheitsziel „Gesundheit rund um die Geburt“ verabschiedet wurde, schließen bundesweit immer mehr Kreißsäle, auch in Ostfriesland. Der deutsche Hebammenverband benennt 101 geschlossene oder von der Schließung bedrohte Kreißsäle seit 2015<sup>3</sup>. Es scheint zu einer neuen Normalität geworden zu sein, dass kleine Geburtsstationen schließen, weil sie sich nicht rechnen. Wenn Frauen die Wahl haben, entscheiden sie sich oft für kleine, persönliche Einrichtungen mit privater Atmosphäre. Doch diese Wahl haben sie immer weniger. Stattdessen werden zentrale Geburtskliniken finanziert, die erst ab mindestens 500 Geburten wirtschaftlich arbeiten können.

In Ostfriesland schloss 2003 bereits die Geburtshilfe in Norden, 2019 folgte Wittmund und im März 2021 schloss auch Emden den Kreißsaal. Geburten in einer Klinik sind nun nur noch in Aurich und Leer möglich. Gleichzeitig steigt die Anzahl der Geburten. „Es ist für mich unverständlich, wie die Geburtshilfe in Emden von 769 im Jahr 2017 auf ca. 417 Geburten im Jahr 2020 gesunken ist, während in allen umliegenden Krankenhäusern die Zahlen gestiegen sind. Ebenso erstaunlich ist, dass aufgrund der Schließung in Emden keine Aufstockung in der Versorgung in Aurich erfolgt. Die Kolleginnen machen bereits jetzt ständig Überstunden, wie sollen sie dann noch die zusätzlichen Geburten auffangen können?“ fragt Veronika Bujny, Vorsitzende des Hebammenverbandes Niedersachsen.

Das Nationale Gesundheitsziel „Gesundheit rund um die Geburt“ wurde zwei Jahre von einer Expert\*innengruppe erarbeitet und gemeinsam verabschiedet. Darin heißt es: „Die Geburt eines Kindes ist eine der grundlegenden Lebenserfahrungen für eine Frau. Ziel jeglicher Bemühungen vor, während und nach einer Geburt muss sein, die Gesundheit von Mutter und Kind zu erhalten und zu stärken.“<sup>4</sup> Empfohlen wird ein frauenzentriertes Konzept zu erarbeiten und umzusetzen und während der Geburt eine kontinuierliche Betreuung jeder Schwangeren durch eine Hebamme zu gewährleisten.

Das bedeutet, die Frau mit ihren Wünschen und Bedürfnissen in den Mittelpunkt der Geburtshilfe zu stellen. Im Rahmen der Auricher Frauenwochen befassen wir uns seit einigen Jahren damit, wie Frauen sich Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett wünschen. Ganz oben auf der Liste steht eine **wohntnahe Versorgung**. Doch gerade diese ist durch die Schließung von Kreißsälen immer weniger vorhanden. „Das ist besorgniserregend für schwangere Frauen. Die Geburt ist das zentrale Ereignis, auf das Frauen mit Beginn der Schwangerschaft hinfiebern und an das sie später immer wieder zurückdenken. Es ist eine sehr verletzbare Zeit, in der Frauen eine stabile, umsorgende und verlässliche Umgebung brauchen.“ macht Tanja Gerdes, Regionalkoordinatorin der Elterninitiative Mother Hood e.V. deutlich. „Es kann nicht sein, dass Frauen in dieser Situation quer durch Ostfriesland fahren müssen! Wir müssen auch hier die Gesundheitsziele umsetzen.“

Aurich ist CEDAW-Modellregion für das Thema „Gesunde Geburt auf dem Land“ in Niedersachsen. Ziel dieses Projekts ist es, Frauenrechte als Menschenrechte sichtbar zu machen und alle Formen der Diskriminierung von Frauen abzubauen. „Dazu brauchen wir verlässliche Strukturen,“ so Birgit Ehring-Timm, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Aurich und Sprecherin des niedersächsischen Aktionsbündnisses Gesundheit rund um die Geburt. „Es gibt einen Versorgungsauftrag für die Region und es ist eine politische Verantwortung die Rahmenbedingungen zu schaffen. Wir dürfen es nicht zulassen, dass Frauenrechte sukzessive abgebaut werden. Stattdessen brauchen wir eine frauenzentrierte Geburtshilfe, die angemessen finanziert wird. Das Thema gehört in die Mitte unserer Gesellschaft!“ Die Sicherstellung der Wahlfreiheit des Geburtsortes und eine flächendeckende Versorgung von Frauen bei Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett (ambulant und stationär), sowie eine eins-zu-eins-Betreuung während der Geburt sind zentrale Forderungen.

Wie eine Frau die Geburt erlebt, ob sie sich sicher fühlt und in ihre Kraft kommen kann oder ob sie sich den Umständen angstvoll ausgeliefert erlebt, hängt zentral mit den Rahmenbedingungen zusammen. Eine stärkende Geburt braucht Nähe, Bezugspersonen, Vertrauen und die Berücksichtigung der persönlichen Situation. Notwendig ist auch die Begleitung durch eine erfahrene Hebamme, die Zeitressourcen hat und sich auf die Situation einstellen kann. Diese Bedingungen lassen sich kaum in einer Stresssituation (die eine Geburt auch immer ist) in einer fremden Klinik herstellen, die dann angefahren werden muss, wenn es keine wohnortnahen Möglichkeiten mehr gibt oder diese überbelegt sind.

Die Elterninitiative Mother Hood e.V. macht sich für die Interessen der (werdenden) Eltern stark und bietet einen regelmäßigen Austausch an.

Weitere Informationen und Termine für die nächsten Gesprächsrunden finden sich auch unter [www.auricherfrauen.de](http://www.auricherfrauen.de)

### **Ansprechpartnerin für weitere Fragen:**

#### **Birgit Ehring-Timm**

Stadt Aurich Gleichstellungsbeauftragte  
Bgm.-Hippen-Platz 1, 26603 Aurich  
Tel.: 0 49 41 - 12 19 00  
mailto: [ehring-timm@stadt.aurich.de](mailto:ehring-timm@stadt.aurich.de)  
[www.auricherfrauen.de](http://www.auricherfrauen.de)



#### **Tanja Gerdes**

Regionalkoordination Aurich  
Telefon: 01520/1860102  
E-Mail: [t.gerdes@mother-hood.de](mailto:t.gerdes@mother-hood.de)  
Mother Hood e.V. – Bundeselterninitiative zum Schutz von Mutter und Kind während Schwangerschaft, Geburt und 1. Lebensjahr [www.mother-hood.de](http://www.mother-hood.de)



<sup>3</sup> <https://www.unsere-hebammen.de/mitmachen/kreisssaalschliessungen>  
<sup>4</sup> [https://gesundheitsziele.de/cms/medium/1330/P127486\\_broschuere\\_geburt\\_07\\_2017\\_bf.pdf](https://gesundheitsziele.de/cms/medium/1330/P127486_broschuere_geburt_07_2017_bf.pdf)

## SCHWANGERSCHAFT IN ZEITEN DER PANDEMIE

Wird die Schwangerschaft in Zeiten der Corona-Pandemie zu einer einsamen Angelegenheit ohne freudige Babypartys, dafür mit frustrierten Vätern, die vor verschlossenen Praxistüren stehen? Wie empfinden Frauen und Paare die so besondere und sensible Zeit mit wachsenden Bäuchen, dem Entstehen eines neuen Lebens während des Lockdowns? Was bewegt die werdenden Eltern in Bezug auf die Pandemie?

Die Elterninitiative Mother Hood e.V. ist im Rahmen der Auricher Frauenwochen diesen Fragen nachgegangen. Sie hat zwei Fragebögen entwickelt, um die Erfahrungen in der Region einzufangen: einen für Mütter und einen für Väter. „In den kommenden Wochen werden wir uns auf dieser Grundlage einen Überblick verschaffen, wie Eltern die Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett in diesen Zeiten erleben und welche Unterschiede zu vielleicht vorangegangenen Schwangerschaften empfunden werden,“ berichtet Tanja Gerdes, Regionalkoordination der Elterninitiative Aurich. „Wir wollen mit den Eltern ins Gespräch kommen und bieten dazu einmal im Monat Themenabende an.“

Starten soll die kleine Reihe mit der Phase der Schwangerschaft während der Pandemie: Viele Teilnehmerinnen empfanden bzw. empfinden ihre Schwangerschaft tatsächlich als eine sehr einsame Zeit. Während zum Anfang der Pandemie die Partner ihre Frauen noch zu den meisten Vorsorgeuntersuchungen begleiten konnten, ist dies seit Mitte bis Ende März 2020 deutlich eingeschränkt worden. Das führte zu großen Verunsicherungen. Es zeigt sich, dass die Partner wirklich vor der Praxistür warten mussten, um dann zu Untersuchungsbeginn von ihren Frauen hereingerufen zu werden. Einige Väter durften ihre Frau während der gesamten Schwangerschaft nur einmal bei dem Arztbesuch begleiten, anderen war es gar nicht möglich. „Das waren Momente in denen ich meine Frau mit sichtbarer Angst in den Augen alleine gehen lassen musste und hilflos war“, schreibt ein Vater, der seine Frau nur bis zur Tür begleiten durfte. Da sind bedrückende Gefühle auf beiden Seiten: Einerseits bei den Frauen, die sich Sorgen machen was die anschließende Untersuchung für Ergebnisse bringen wird. Andererseits auch für den Partner, der verunsichert allein ist und diesen Moment gerne mit seiner Partnerin teilen und sie unterstützen würde. Dadurch resultierend können Fragen des Partners während des Arzt-Patienten Gesprächs nicht gezielt gestellt und zufriedenstellend beantwortet werden. Es bleibt eine große Verunsicherung in dieser hochsensiblen Zeit.

Es zeigt sich, dass den Frauen der Beistand ihres Partners - zumindest bei den Kontrollterminen - sehr gefehlt hat. Einige werdende Väter konnten dadurch schwieriger einen Bezug zur Schwangerschaft bzw. zum Baby entwickeln. Andererseits war es durch das Homeoffice auch vielen Teilnehmenden möglich, mehr Zeit zusammen zu verbringen und die Schwangerschaft zuhause ohne Freizeitstress zu genießen. Erschwerend kam hier jedoch die aktuelle Betreuungssituation von Geschwisterkindern hinzu. Während der Schwangerschaft weitere Kinder

rund um die Uhr zuhause zu betreuen und ihnen gerecht zu werden, empfanden einige Teilnehmende als sehr belastend. Wiederholt genannt worden ist die Sorge um die Betreuung der Geschwisterkinder während den anstehenden Terminen und der kommenden Geburt.

In der Zusammenarbeit und der Zufriedenheit mit den Hebammen hat sich - bis auf wenige Ausnahmen - nichts geändert. Die Frauen berichten, dass sie sich sehr wohl in der Betreuung gefühlt haben. Es scheint, als sei die Hebamme durch wegfallende Kontakte noch wichtiger in der Vorbereitung auf die Geburt geworden. Viele Frauen berichten, dass ihre Hebamme ihnen Kraft gegeben und Ängste genommen habe. Auch viele Väter formulieren, dass die Hebamme unerlässlich und eine enorme Stütze war.

Die ärztliche Versorgung ist von den Teilnehmerinnen als weitestgehend gut empfunden worden. Es gab vereinzelt das Gefühl von zu viel Sterilität, aber auch die Angst vor Ansteckung im Wartezimmer ist genannt worden. Wer einen Geburtsvorbereitungskurs besucht hat, konnte diesen aufgrund der Kontaktbeschränkungen ab einem bestimmten Zeitpunkt nur online machen. Etwa ein Viertel der Teilnehmenden gibt an, ein Online Kurs sei keine Alternative für sie gewesen oder keine Kenntnis über dieses Angebot gehabt zu haben. Der Geburtsvorbereitungskurs dient unter normalen Umständen neben der Vorbereitung auf die Geburt, auch zum Austausch mit anderen werdenden Eltern und Gleichgesinnten. Nicht selten entstehen hier jahrelange Freundschaften. Fällt dieser Kurs aus oder findet nur online statt, fällt der positive Nebeneffekt weg oder wird erschwert. Dies bedauern sehr viele werdende Eltern. Insbesondere wenn es das erstgeborene Kind ist.

Auch Sportangebote für Schwangere sind von der großen Mehrheit sehr vermisst worden. Es lässt sich zusammenfassen, dass die Schwangerschaft in der Pandemie zwar mit zusätzlichen Ängsten behaftet, jedoch durch die Entschleunigung des Alltags durchaus auch positiv geprägt ist.

### **Ansprechpartnerin für weitere Fragen:**

**Tanja Gerdes**

Regionalkoordination Aurich

Telefon: 01520/1860102

E-Mail: [t.gerdes@mother-hood.de](mailto:t.gerdes@mother-hood.de)

Mother Hood e.V. – Bundeselterninitiative zum Schutz von Mutter und Kind während Schwangerschaft, Geburt und 1. Lebensjahr

[www.mother-hood.de](http://www.mother-hood.de)





## WIE ERLEBEN VÄTER UND FAMILIEN SCHWANGERSCHAFT & GEBURT SOWIE DAS WOCHENBETT IN ZEITEN VON CORONA?

Vater werden ist ein großes Ereignis und es gibt viele Unsicherheiten, insbesondere in Zeiten der Pandemie. Die Elterninitiative Mother Hood e.V. Regionalgruppe Aurich hat in einer Fragebogenaktion Väter nach ihren Erfahrungen während der Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett gefragt. Die Ergebnisse sind eindeutig: Die Einschränkungen, dass werdende Väter bei Arztbesuchen nicht dabei sein konnten und die Unsicherheit, ob sie die Geburt begleiten dürften, war am größten. Sie hatten keine Möglichkeit ihre Fragen und Bedürfnisse bei Arztbesuchen zu besprechen und den Prozess intensiv zu begleiten. Das hatte auch Auswirkungen auf die Partnerin, denn sie wurde somit zu einer Art Übermittlerin. Sie musste sich ggf. alleine ihren eigenen Fragen sowie Ängsten stellen und Entscheidungen treffen und konnte diese auch nicht mit dem Partner gemeinsam besprechen und tragen.

Dies trägt zu Unsicherheiten und ungewollten Stresssituationen, auch in der Partnerschaft, bei. Entscheidungen, ob weiterführende Untersuchungen durchgeführt werden sollten, mussten die Frauen zum Teil eigenständig treffen und die Fragen der Väter blieben oft unbeantwortet. Dies hatte zur Folge, dass Hebammen zum Sprachrohr zwischen Ärzt\*innen und dem Paar wurden, denn sie verfügen über medizinische Kenntnisse und begleiten die Familien bei allen Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Bei ihnen fanden auch die Väter eine Möglichkeit ihre Fragen zu stellen und fehlende Informationen einzuholen.

Die Begleitung zur Geburt im Kreissaal und im OP (falls ein Kaiserschnitt nötig wurde), sowie nach der Geburt war trotz aller Einschränkungen – mit Maskenpflicht – in allen Krankenhäusern erlaubt. Auch Besuche der Väter auf den Wochenbettstationen waren größtenteils möglich. Trotzdem fehlte es an genügend Zeit und Raum für bedürfnisorientierte Begleitung und Unterstützung beider Partner.

Enorme Einschränkungen waren allerdings bei Geschwisterkindern zu erkennen, diese durften die Mütter und Neugeborenen nicht besuchen. Sie mussten somit die Abwesenheit der Mutter abwarten und konnten erst spät eine Bindung zum Neugeborenen aufbauen. Welche Folgen diese Trennung des Geschwisterkindes zur Mutter hat, hängt sicher auch davon ab, wie alt das Kind ist, ob es die Situation bereits verstehen kann. Bindungsforschung belegt jedoch eindeutig, dass die Familienbildung in der sehr frühen Phase des Wochenbetts prägend für die ganze Familie ist.

In der Befragung gaben viele Väter an, dass sie eine gute Unterstützung von Familien wie Großeltern hatten. Oftmals wurden die älteren Geschwisterkinder während der Zeit von Arztterminen und zur Geburt von diesen betreut und im Alltag unterstützt. Auch wurden die Familien häufig durch kleinere Einkäufe oder dem bringen einer warmen Mahlzeit

im Wochenbett durch Familienangehörige und/oder Freunden entlastet.

Durch Homeoffice war es einigen Vätern möglich sich die Arbeitszeit so einzuteilen, dass mehr Unterstützung im Alltag sowie im Wochenbett zuhause möglich war. Einige Väter berichten von großem Verständnis und Entgegenkommen des Arbeitgebers indem z.B. Arbeitnehmer zum Schutz der Schwangeren vorsorglich in das Homeoffice geschickt wurden.

Das Wochenbett haben die meisten Paare als ruhig und entspannend beschrieben, aufgrund Besuchsverbotes in den Kliniken sowie den Kontaktbeschränkungen im privaten Bereich machte es den Familien leichter Besuchsanfragen ohne ein schlechtes Gefühl abzusagen oder zu verschieben. Viele Erfahrungen zeigen aber auch auf, dass Kontakte zu Freunden z.B. sehr gefehlt haben und die Freude über das Neugeborene nicht oder nur sehr wenig geteilt werden konnte.

Insgesamt lässt sich abschließend sagen, dass die Erfahrung einer Schwangerschaft, Geburt und das Wochenbett in Zeiten von Corona und Pandemie die Paare trotz aller Einschränkungen zusammengebracht hat und ein gutes Vertrauensverhältnis zwischen Arzt/Ärztin, Hebamme und dem Paar von enormer Wichtigkeit für eine gute Schwangerschaft, Geburt und ein ebenso wichtiges und unwiederbringliches Wochenbett ist.

### **Ansprechpartnerin für weitere Fragen:**

**Tanja Gerdes**

Regionalkoordination Aurich

Telefon: 01520/1860102

E-Mail: [t.gerdes@mother-hood.de](mailto:t.gerdes@mother-hood.de)

Mother Hood e.V. – Bundeselterninitiative zum Schutz von Mutter und Kind während Schwangerschaft, Geburt und 1. Lebensjahr

[www.mother-hood.de](http://www.mother-hood.de)



## FÜR EINE GUTE GEBURTSHILFE IN DER KRISE UND IN ZUKUNFT - HEBAMMENARBEIT IN DER PANDEMIE -

Am 05. Mai ist der Internationale Tag der Hebammen. In diesem Jahr geht es darum, die Auswirkungen der Pandemie auf die Geburtshilfe sichtbar zu machen und Lösungen zu finden, die trotz aktueller Einschränkungen und Gefahren das Infektionsrisiko minimieren und gleichzeitig eine adäquate und wertvolle Familienunterstützung gewährleisten.

Der Hebammentag findet bereits seit 1991 am 5. Mai statt. 2021 ist er von besonderer Bedeutung, da es das Internationale Jahr der Hebammen und Pflegenden ist. Pandemiebedingt gab es jedoch keine Feierlichkeiten oder Aktionen. In Aurich fand jedoch am 10.05.2021 eine Online-Veranstaltung der Elterninitiative Mother Hood e.V. statt, zu der (werdende) Eltern und Hebammen aus der Region herzlich eingeladen waren.

Die Pandemie stellt Hebammen seit über einem Jahr vor ungeahnte Herausforderungen: „Ich war erstmal vollkommen verunsichert und wusste nicht, wie ich überhaupt weiterarbeiten soll“, schildert eine Hebamme ihre Gefühle von Anfang März 2020. So ging es allen Kolleginnen. Es war total unklar, wie man sich bei Wochenbettbesuchen verhalten sollte. Und es war kaum möglich, überhaupt an Informationen zu kommen. Die Situation von Schwangeren und Familien rund um die Geburt wurde zu Beginn der Pandemie nicht mitgedacht.

„An erster Stelle stand für viele Kolleginnen die Betreuung der Familien und Frauen, diese durfte nicht auf der Strecke bleiben und benötigten in der akuten Krise besondere Unterstützung. Hebammen sind pragmatisch und packen es an, so ist der Berufsstand“, sagt Kreisdelegierte Hebamme Stephanie Decker. Es wurde nach Lösungen gesucht, viele Gespräche geführt und Informationen eingeholt. „Hier hat sich gezeigt, dass Kreisarbeit wichtig ist und wir unser Netzwerk in Aurich gut nutzen konnten, um Weichen zu stellen“, so Decker. Informationen vom Deutschen Hebammenverband kamen schnell und konnten so zügig an die Kolleginnen weitergegeben werden. Verhandlungen vom Verband mit den Krankenkassen wurden geführt. Klar im Vordergrund stand der Schutz vor Covid 19 aller Beteiligten.

Dazu zählt z. B. die Empfehlung, Besuchskontakte generell auf ein Minimum zu reduzieren und zu prüfen, ob eine Beratung per Video oder Telefon möglich und sinnvoll ist. Wiederum bedeutet dies aber auch weniger persönliche Kontakte mit den Frauen und Familien. Genau diese zeichnen jedoch unsere Hebammenarbeit aus und machen sie so wertvoll. „Wir haben einen deutlichen Anstieg der ambulanten Entbindungen. Die Frauen bleiben häufig nicht in der Klinik, sondern verlassen diese ein paar Stunden nach der Geburt“, so die Hebammen aus dem Storchennest in Aurich. „Wir sehen aber auch eine positive Entwicklung: Familien werden pflichtbewusster und sagen Termine bei Erkältung oder ähnlichen Symptomen ab. Ebenso ist ein komplikationsloser Verlauf des Wochenbettes erkennbar. Die Frauen kommen besser in die Milchbildung und gönnen sich die Ruhe, die im Wochenbett nötig ist, um mit

dem Baby in der Familie anzukommen“, so die Hebammen. Abstriche müssen die Familien und Hebammen ganz klar in den angebotenen Kursen machen. Hier ist die Pandemie am deutlichsten zu spüren. Zwar sind Kurse wie Rückbildung und Geburtsvorbereitung nun online möglich und werden von den Krankenkassen wie zu Präsenzzeiten bezahlt. Aber nicht jede Hebamme bietet das an. „Es ist ein hoher technischer und finanzieller Aufwand für die Hebammen, Kurse und Kurskonzepte per Videomeeting anbieten zu können“, so Stephanie Decker. „Zudem ist die Teilnehmerzahl auf 10 Personen, auch online, begrenzt, aber durch den Wegfall einiger Kurse ist der Mehrbedarf deutlich erkennbar und viele Frauen bekommen keinen Platz in einem Kurs mehr“, so das Storchennest. Auch ist in einigen Regionen Ostfrieslands die schlechte Internetverbindung ein Hindernis an einem Onlinekurs teilnehmen zu können. Die sozialen Kontakte und der Austausch in den Kursen entfallen völlig. Angebote wie Babymassage, Erste Hilfe am Baby etc. fallen aus Gründen der Vereinbarkeit mit den nötigen Hygienekonzepten gänzlich weg.

Es ist aber auch spürbar, dass Schwangere sich mehr mit der Hebammenarbeit auseinandersetzen und der Bedarf an Gesprächen in der Schwangerschaft wächst. Hier ist häufig die Hebamme Ansprechpartnerin, weil beide (in der Arztpraxis nicht möglich) an einem Videogespräch teilnehmen können und so der Partner mit eingebunden wird.

Schutzrüstung wie Mundschutz, FFP2 Masken oder auch die Selbsttests auf das Virus müssen die Hebammen selber tragen und beschaffen. Zwar übernimmt die Krankenkasse einen kleinen Teil der Kosten, diese werden aber nicht komplett gedeckt.

Fazit für viele Hebammen aus der Region: Hebammenarbeit ist eine sehr intime Tätigkeit, die Nähe erfordert. Und da greifen virtuelle Lösungen eben nur bedingt. Es fehlt die Nahbarkeit, das Zwischenmenschliche, das unser Beruf normalerweise mit sich bringt. Dazu gehört, Wöchnerinnen mal in den Arm zu nehmen, wenn es ihnen nicht gut geht oder das Baby zu halten, wenn die Mutter kurz etwas essen möchte. „Das sind Dinge, die ich im Moment vermeide“, erklärt Stephanie Decker. „Wir versuchen, so wenig Körperkontakt wie möglich mit den Familien aufzunehmen. Auch wenn wir uns die Kinder anschauen, machen wir das immer erst mal mit Abstand, um wirklich nur das Allernötigste am Baby selbst zu verrichten. Dadurch fühle es sich allerdings sehr gehemmt an und ist nicht die Arbeit, wie wir sie sonst verrichten.“

### **Ansprechpartnerin für weitere Fragen:**

**Stephanie Decker**  
Kreisdelegierte Hebamme  
Tel. 04941-969200

Hebammenverband Niedersachsen e. V.  
im Deutschen Hebammenverband e. V.



## HEBAMMENZENTRALE IST GERADE IN DER PANDEMIE UNVERZICHTBAR!

Im März 2020 hat uns alle unerwartet die Pandemie ereilt und vieles musste verändert, umstrukturiert und ergänzt werden. Auch in der Hebammenzentrale war dies zu spüren, allerdings konnten wir uns sofort auf die Pandemie einstellen. Die Koordinatorin und Hebamme der Hebammenzentrale Aurich, Frau Stephanie Decker, berichtet über die Herausforderungen und Anpassungen in der Hebammenzentrale.

Das positive möchte ich an den Anfang stellen. Die Zentrale ist uneingeschränkt weitergeführt worden und somit sind alle Frauen und Familien, die uns kontaktiert haben, beraten worden. Der Aufbau der Hebammenzentrale ist schnell erklärt. Wir sind erreichbar über Telefon, Webseite und über die Diakonie in Aurich, Träger der Hebammenzentrale. Mit Start der Pandemie ist die Hebammenzentrale sofort in das Homeoffice gegangen und es wurde von dort weitergearbeitet und vermittelt. Die Homepage wurde angepasst und darauf hingewiesen, dass die Zentrale zurzeit nur telefonisch oder per Mail erreichbar ist. Hier zeigt sich eine kleine Verschiebung der Anfragenden. Die Zentrale wird nicht nur von Frauen oder Familien kontaktiert, sondern auch von Gynäkolog\*innen, Kinderärzt\*innen und Krankenkassen greifen in Pandemiezeiten auf uns zurück. Es waren keine Zusatzarbeiten oder Kosten nötig, um dies umzusetzen.

Der Arbeitsalltag hat sich allerdings geändert. Jetzt wurde nicht nur nach Hebammenleistungen gefragt, sondern auch nach der Pandemie. Häufig gestellt Fragen wie, finden Kurse statt, kommt die Hebamme noch zu mir nach Hause oder Fragen rund um Corona, gehörten nun zum Beratungsalltag dazu. Hier hat sich die Zentrale einen Überblick verschafft, was sich verändert und geändert hat und somit war es kein Problem, auch diese Fragen zu beantworten.

Die Frage nach Hausgeburten ist in dieser Zeit angestiegen, diese können wir nur bedingt vermitteln, da es keine Hausgeburtshebamme im Landkreis Aurich gibt und wir auf Hebammen die Landkreisübergreifend Arbeiten zurückgreifen müssen.

Trotz der Pandemie haben wir mehr Familien eine Hebamme vermitteln können und somit prozentual die nicht versorgten Familien gesenkt.

Auch für Kolleginnen waren wir Ansprechpartnerinnen und haben mit Antworten zur Seite gestanden. Positiv sehe ich zusätzlich die Vernetzung der Hebammenzentralen in Niedersachsen und ganz Deutschland. Hier ergaben sich über Videokonferenzen ganz andere Möglichkeiten. So treffen wir Zentralen in Niedersachsen und Bundesweit regelmäßig über Videokonferenzen und tauschen uns aus. Somit kann jede Zentrale von den Ideen und auch Veränderungen der anderen profitieren.

Im September 2020 ist in Oldenburg der Studiengang der Hebammenwissenschaften gestartet. Hier erhalten wir Anfragen von Studentinnen zwecks Praktikumsplatz bei einer freiberuflichen Hebamme. Diese können wir in der Regel erfüllen, da wir einige Hebammen, die Praxisanleiterinnen sind, in der Vermittlung haben.

Ein weiterer Baustein, der sich ergeben hat, war der Schutz der Kolleginnen vor dem Virus. Freiberufliche Hebammen konnten sich impfen lassen im Landkreis Aurich. Hier haben wir in enger Zusammenarbeit mit dem Impfzentrum und dem Gesundheitsamt eine schnelle Lösung gefunden und umgesetzt.

Wenn ich auf das letzte Jahr zurückblicke, kann ich feststellen, dass die Hebammenzentrale Aurich auf gute Beine gestellt worden ist. Wir haben keine Einschränkungen - weder finanziell noch in unserer Arbeit in der Zentrale - erleben müssen. Frauen und Familien konnten weiter durch Hebammen versorgt werden und die Bereitschaft der angegliederten Hebammen an die Zentrale mehr zu arbeiten war gut spürbar und schnell durch die Zentrale realisierbar. Weitere Informationen sind im Internet unter [www.hebammenzentrale-aurich.de](http://www.hebammenzentrale-aurich.de) oder unter [www.auricherfrauen.de](http://www.auricherfrauen.de) zu bekommen.

### ***Ansprechpartnerin für weitere Fragen:***

#### ***Hebammenzentrale im Landkreis Aurich***

***- Haus der Diakonie***

*Stephanie Decker*

*Kirchdorfer Str. 15, 26603 Aurich*

*Handy: 0176-345 222 55*



## HILFETELEFON NACH SCHWIERIGER UND BELASTENDER GEBURT

### Sie denken an die Geburt und sind nicht (immer) glücklich?

Die Geburt ist erst wenige Wochen her, vielleicht sind sogar einige Monate oder Jahre vergangen. Manchmal werden Sie traurig, wütend oder alles zusammen. Möglicherweise haben Sie ein schlechtes Gewissen, weil Sie nicht ständig „im Babyglück“ sind oder Sie sich zum Beispiel rund um den Geburtstag Ihres Kindes nicht uneingeschränkt freuen können. Sie spüren, Ihre Gefühle könnten etwas mit Ihrer ganz persönlichen Geburtserfahrung zu tun haben. Vielleicht haben Sie Übergriffe erlebt oder sich übergangen gefühlt. Vielleicht brauchen Sie Zeit, um die Erfahrungen zu verarbeiten. Sie fragen sich, ob Ihre Wahrnehmung stimmt, Ihre Gefühle normal sind und möchten über Ihre schwierige Geburt und das, was Sie belastet, sprechen. Wenn Sie sich gerade in so einer Situation befinden, Sie Redebedarf spüren und gegebenenfalls weitere Unterstützung möchten, ist das Hilfetelefon eine erste Anlaufstelle. **Die Hotline ist erreichbar unter der Rufnummer 0228 9295 9970.** Beratungszeiten sind mittwochs von 12 bis 14 Uhr und donnerstags von 19 bis 21 Uhr ([www.hilfetelefon-schwierige-geburt.de](http://www.hilfetelefon-schwierige-geburt.de)).

Mit der Geburt eines Kindes verbinden die meisten Menschen ein schönes und Glück bringendes Ereignis. Sie können sich nicht vorstellen, dass eine Geburt von der Mutter als schwierig oder belastend empfunden wird. **Jede Geburt ist aber unterschiedlich.** Nicht jede Geburt verläuft so, dass die Mutter danach uneingeschränkt glücklich ist. Die Gründe dafür sind so unterschiedlich, wie jede Geburt es ist: medizinische Eingriffe, Komplikationen oder das Überrascht werden von der Heftigkeit der Geburt! Manchmal kann auch eine vorangegangene Gewalterfahrung oder ein Trauma wieder aktiviert werden und eine persönliche Krise hervorrufen. Wichtig ist, dass die Frau allein darüber entscheidet, ob die Geburt für sie belastend war oder nicht. Niemand darf ihr diese Einschätzung zu ihrer Geburtserfahrung streitig machen. Auch wenn in den letzten Jahren immer mehr Frauen über eine schwierige Geburt sprechen, ist das Thema in der Gesellschaft nach wie vor ein Tabu. Dabei sind viele Frauen und ihre Familien betroffen – die Folgen teilweise gravierend!

Für die Mutter kann es das Gefühl des Versagens geben, die Geburt nicht „gemeistert“ zu haben, Depressionen nach der Geburt, Selbstzweifel sowie Bindungsstörungen zum Kind können damit verbunden sein. Häufig geht auch eine Überforderung und Hilflosigkeit einher. Ängste vor der nächsten Schwangerschaft oder Geburt bis zum Vertrauensverlust in den eigenen Körper. Für das Kind kann es zu Schlafproblemen, Schreckhaftigkeit, viel Schreien und sogar motorischen Auffälligkeiten kommen. Für die gesamte Familie kann es zu schwerwiegenden, existentiellen Folgen kommen.

Eine Anlaufstelle nach schwieriger Geburt ist das Hilfstelefon, bei der insbesondere Mütter ganz offen über ihre Geburtserfahrung sprechen können. Im Vordergrund steht, was die Frau fühlt. Die Beraterin hört zu ohne zu werten, tauscht sich mit der Anrufenden über das Erlebte aus und bestärkt dabei, die Empfindungen der Mutter zu benennen und einzuordnen. Erstes Ziel ist, zu stabilisieren und aus dem Kreislauf der schlechten Gedanken und Gefühle heraus zu kommen. Im Laufe des Telefonats überlegen Anrufende und Beraterin, ob das Erstgespräch übers Hilfetelefon ausreicht oder ob weiterer Gesprächs- und gegebenenfalls Therapiebedarf gewünscht und nötig ist. Die Beraterin informiert, welche Therapieformen in Frage kommen können und gibt Tipps zur Suche am Wohnort der Frau.

Das Telefongespräch soll dabei helfen, eine möglicherweise belastete Beziehung zwischen Mutter und Kind, aber auch zwischen Mutter und Partner\*in, zu normalisieren und den Weg hin zu einer stabilen und möglichst glücklichen Bindung und Familienbeziehung zu ebnet. Der Anruf wird streng vertraulich behandelt. Die Rufnummer wird nicht angezeigt und kann nicht zurückverfolgt werden.

Das Hilfetelefon nach schwieriger oder belastender Geburt ist ein Projekt der Bundeselterninitiative **Mother Hood e.V.** in Kooperation mit der International Society for Pre- and Perinatal Psychology and Medicine, **ISPPM e.V.** Mother Hood e.V. setzt sich Eltern bundesweit für eine gute Versorgung von Mutter und Kind vor, während und nach der Geburt ein und hat eine Regionalgruppe in Aurich. Diese trifft sich monatlich online oder im Familienzentrum in Aurich, Jahnstr. 2.

### Ansprechpartnerinnen für weitere Fragen

#### Hebammenzentrale im Landkreis Aurich - Haus der Diakonie

**Stephanie Decker**

Kirchdorfer Str. 15, 26603 Aurich

Handy: 0176-345 222 55

[www.hebammenzentrale-aurich.de](http://www.hebammenzentrale-aurich.de)

[info@hebammenzentrale-aurich.de](mailto:info@hebammenzentrale-aurich.de)



#### Tanja Gerdes

Regionalkoordination Aurich

Telefon: 01520/1860102

E-Mail: [t.gerdes@mother-hood.de](mailto:t.gerdes@mother-hood.de)

Mother Hood e.V. – Bundeselterninitiative zum Schutz von Mutter und Kind während Schwangerschaft, Geburt und 1. Lebensjahr

[www.mother-hood.de](http://www.mother-hood.de)



## AUFSTEHEN GEGEN GEWALT: ONE BILLION RISING 2021 IN AURICH

Am Sonntag, den 14. Februar, traf man in der Auricher Innenstadt nicht nur einige wenige Menschen auf dem Gang zum Bäcker. Begleitet von bunten Fußfotos, fanden sich 20 Menschen in der Burgstraße ein, um One billion rising nach Aurich zu bringen. Zum 9. Mal haben wir uns so mit dieser weltweiten Aktion gegen Gewalt an Frauen und Mädchen verbunden. Es war uns wichtig, dies auch und gerade in der Coronazeit zu tun. Denn Gewalt hat während Corona nicht aufgehört.

Eine Milliarde erhebt sich – das bedeutet One billion rising. Eine Milliarde Frauen und Mädchen sind auf dieser Welt von Gewalt betroffen. Das ist jede dritte Frau. Und es passiert überall.

Im Vorfeld bestand die Möglichkeit, ein Fußbild an Birgit Ehring-Timm, die Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Aurich, zu schicken. Auch die Inhaber\*innen dieser Füße unterstützen die Forderung von One billion rising und stehen auf gegen Gewalt an Frauen und Mädchen: 66 Fotos konnten wir ab 11.30 Uhr an eine lange Leine hängen!

Nach einem kurzen Statement der Veranstalterin, sprach eine Teilnehmerin der Aktion:

**MEIN MOTTO: MEINE GEDANKEN – MEINE WORTE** (von Tanja Plottnik)

Ich stehe hier als Zeichen:

für Frieden und Einigkeit: zwischen den verschiedenen Religionen und Glaubensgemeinschaften

- in Aurich
- um Aurich
- und und auf der ganzen Welt

Denn wir alle gehören zusammen und bilden eine Einheit!

Ich stehe hier als Zeichen:

Für die Liebe ganz gleich ob zwischen

- Mann und Frau
- Frau und Frau
- oder zwischen Mann und Mann

Jeder so wie er es mag.

Denn wir alle bilden eine Einheit und gehören zusammen!

Ich stehe hier als Zeichen:

UND aus Solidarität sowie GEGEN Gewalt:

ganz gleich:

- ob Gewalt an Frauen und jungen Mädchen
- oder Gewalt an Männern und kleinen Jungen

Denn wir alle bilden eine Einheit und gehören zusammen!

Ich stehe hier um aufzurütteln:

- höre nicht weg!
- sehe nicht weg!
- und halte auch NIEMALS den Mund!

Ich stehe hier als Zeichen:

Für Einigkeit - Frieden - und die Liebe

DAFÜR BETE ICH!

Nach diesen kurzen Redebeiträgen, wurde mit Abstand und Masken doch noch getanzt!

One billion rising stand in diesem Jahr unter dem Motto „Rising Gardens“. Auf das Pflaster hatten wir deshalb Blüten gemalt. Sie halfen uns auch beim Tanzen auf den Abstand zu achten. Und so ließen sich ohne langes Üben auch Passant\*innen und „Newcomer\*innen“ auf „Break the chain“ und „This little light of mine“ ein. Den Teilnehmenden war es wichtig, ihre Solidarität mit betroffenen Mädchen und Frauen auszudrücken und ihnen zu zeigen, dass sie nicht alleine der Gewalt gegenüberstehen.

Weitere Informationen zu der Aktion, die jährlich stattfindet, sind im Internet unter [www.onebillionrising.de](http://www.onebillionrising.de) oder [www.auricherfrauen.de](http://www.auricherfrauen.de)



# GEWALT GEGEN FRAUEN

## HÄUSLICHE GEWALT IST KEINE PRIVATSACHE! 35 JAHRE ENTWICKLUNG VON UNTERSTÜTZUNGSANGEBOTEN

Seit 35 Jahren gibt es in Aurich Schutz und Hilfe für Frauen, die von häuslicher Gewalt betroffen sind. Der Begriff „Häusliche Gewalt“ steht für Gewalt, die im engen privaten Umfeld ausgeübt wird. Er steht für Gewalt in einer bestehenden oder beendeten häuslichen Gemeinschaft oder Partnerschaft. Also gerade dort, wo wir besonderes Vertrauen haben und geschützt sein sollten. Jede vierte Frau erlebt mindestens einmal in ihrem Leben körperliche und/oder sexualisierte Gewalt durch einen aktuellen oder früheren Beziehungspartner. (Studie des BMFSFJ, 2004). Es wird davon ausgegangen, dass 80 Prozent der Betroffenen von häuslicher Gewalt, Frauen sind. Neben körperlicher Gewalt gibt es häufig psychische oder sexuelle Gewalt sowie andere Gewaltformen.

Um den betroffenen Frauen Schutz und Unterstützung zu bieten, hat sich die Frauenrechtsbewegung auch in Deutschland für die Schaffung von Frauenhäusern eingesetzt und 1976 entstand durch engagierte Frauen das erste deutsche Frauenhaus in Berlin. Zehn Jahre später - also vor 35 Jahren - öffnete das Frauenhaus in Aurich. Seitdem können gewaltbetroffene Frauen im Frauen- und Kinderschutzhaus in Aurich Zuflucht finden. Die Frauen gehen selbständig ins Frauenhaus oder werden von der Polizei gebracht. Manche Frauen kommen alleine, andere bringen ihre Kinder mit. Frauen und Kinder können in Aurich einen sicheren Zufluchtsort aufsuchen. Das ist eine Möglichkeit, die es in der Form vorher nicht gab.

Bei diesen Fluchten können die Frauen meistens nur sehr wenige Dinge des täglichen Bedarfs für sich und ihre Kinder mitnehmen. Manchmal gibt es die Möglichkeit mit dem Schutz der Polizei noch einige persönliche Gegenstände aus der Wohnung zu holen. Früher gab es nur diese Möglichkeit für Frauen und ihre Kinder, um Sicherheit zu erlangen. Sie mussten ihr Zuhause und ihr persönliches Umfeld verlassen. Die Kinder konnten oftmals nicht weiterhin ihre Schule besuchen und verloren den Kontakt zu ihren Freunden.

Häusliche Gewalt wurde damals noch mehr als heute von den Betroffenen versteckt und verschwiegen, vom Umfeld wurde weggesehen. Es war ein gesellschaftliches Tabuthema. Wenn doch einmal darüber gesprochen wurde oder die Polizei gerufen wurde, sprach man von „familiären Streitigkeiten“. Es wurde als familiäres Problem behandelt, in das sich Außenstehende nicht einzumischen haben.

Mitte der 1990er Jahre nahmen die UN, die WHO und die EU sich des Problems der Gewalt gegen Frauen an und machten es zu einer Frage der Menschenrechte und der Gesundheitssicherung. Dann übernahmen neben den Frauenunterstützungseinrichtungen und der Frauenpolitik auch andere Institutionen, wie Polizei und Justiz, ihre Verantwortung für die Bekämpfung von Gewalt gegen Frauen. Das hatte zum Ergebnis, dass zum 1. Januar 2002 das Gewaltschutzgesetz (GschG) in Deutschland in Kraft trat. „Wer schlägt muss gehen!“ – dieser Grundsatz steht für den Paradigmenwechsel im Gewaltschutz. Die Opfer

der häuslichen Gewalt haben damit die Möglichkeit in ihrem häuslichen Umfeld zu bleiben und die Täter müssen es verlassen. Das GschG ist geschlechtsneutral und gilt für Frauen und Männer gleichermaßen.

Um die von häuslicher Gewalt betroffenen Menschen bei der Erlangung ihrer neuen Rechte und Möglichkeiten zu unterstützen, wurden Interventionsstellen gegründet. Diese erhalten nach einem polizeilichen Einsatz die Information von der Polizei und können dadurch von sich aus mit den Betroffenen Kontakt aufnehmen und Beratung anbieten. Auch in Aurich gibt es seit 2002 die Beratungs- und Interventionsstelle bei häuslicher Gewalt (BISS). Abhängig von der individuellen persönlichen Situation können die Frauen jetzt entscheiden, ob sie den Schutz und die Unterstützung des Frauen- und Kinderschutzhauses nutzen oder lieber in ihrem häuslichen Umfeld bleiben und bei Gericht eine Wohnungszuweisung beantragen. Das GschG beinhaltet auch die Möglichkeit, gegenüber dem Täter im Eilverfahren ein Kontakt und Näherungsverbot zu beantragen.

Das Gewaltschutzgesetz ist ein wichtiger Baustein im Verlauf des Entwicklungsprozesses. Das lange im Verborgenen gebliebene Thema der häuslichen Gewalt wurde auf Fachtagungen diskutiert und es wurden Projekte und Studien initiiert. Das Thema der Gewalt gegen Frauen wurde öffentlich! Verantwortliche, Institutionen und die Gesellschaft wurden dafür sensibilisiert und weitere Prozesse angestoßen, hier ein kurzer zeitlicher Überblick:

- 1997 wurde Vergewaltigung in der Ehe strafbar,
- 2007 trat das Anti-Stalking Gesetz in Kraft,
- 2013 wurde das bundesweite Hilfetelefon geschaffen,
- 2016 gab es das Gesetz zur Verbesserung des Schutzes der Sexuellen Selbstbestimmung „Nein heißt Nein“ und
- 2018 trat die Istanbul Konvention in Kraft.

Seit 2010 gibt es in Aurich die Frauenberatungsstelle bei Gewalt. Sie ist eine Anlaufstelle für alle Frauen, die von häuslicher Gewalt jeder Form betroffen sind oder waren. In Beratungsgesprächen können sie ihre Erfahrungen bearbeiten, sich über ihre Möglichkeiten informieren und neue Perspektiven entwickeln.

Insgesamt hat sich in 35 Jahren somit ein Wandel vollzogen von Opfern ohne Rechte hin zu Menschen mit Rechtsansprüchen und Zugang zu vielfältigen Unterstützungsangeboten. Das Problem der häuslichen Gewalt ist aber nach wie vor eine gesamtgesellschaftliche Herausforderung mit schwerwiegenden Folgen für Kinder, Frauen und Männer sowie unser Sozial- und Gesundheitswesen.

Doch auch nach 35 Jahren Sensibilisierung ist es immer noch erforderlich die Strukturen zu verbessern, insbesondere offene Finanzierungsfragen zu klären. Hier ist die Politik gefragt: Es gibt bis heute keine bundesweit einheitliche Regelung zur Finanzierung der Frauenhäuser und es mangelt gerade im ländlichen Raum an Täter- und Männerangeboten. Die Umsetzungsmöglichkeiten des Schutzanspruches weisen noch immer Lücken und Unwägbarkeiten auf. Es gibt also immer noch viel zu tun!

## WARUM FÄLLT ES FRAUEN, DIE OPFER VON GEWALTTATEN WERDEN, SO SCHWER SICH ZU TRENNEN?

„Warum geht die Frau denn nicht einfach?“ Diese Frage wird mir in den fast zwanzig Jahren meiner Tätigkeit im DRK Schutz- und Beratungszentrum immer wieder gestellt. Wer eine kurze und einfache Antwort darauf erwartet wird leider enttäuscht. Die Ursachen sind vielfältig. Es sind individuelle persönliche Faktoren und es sind gesellschaftliche Faktoren.

Eines ist aber sicher: Niemand möchte beschimpft, beleidigt, gedemütigt oder kontrolliert werden. Niemand möchte körperliche, sexuelle und wirtschaftliche Gewalt erleben. Niemand möchte von seinen Freunden und seiner Familie isoliert werden und niemand möchte, dass die eigenen Kinder das mit ansehen, mit erleiden müssen. Diese unterschiedlichen Gewaltformen treten oft parallel auf. Sie überlagern sich und wechseln sich ab.

Durch meinen beruflichen Schwerpunkt habe ich fast ausschließlich mit Frauen zu tun, die in der einen oder anderen Art mit solchen Lebensrealitäten konfrontiert waren oder sind. Sie brauchen Verständnis, Zeit und Unterstützung, um diesem Leben zu entkommen. Trotz aller Individualität wiederholen sich bestimmte Grundmuster der Gewalt, von denen die Frauen mir in der Beratungspraxis berichten und die ich hier vorstellen möchte.

Gewalt in Beziehungen findet nicht am ersten Tag statt. Frauen, die in die Beratungsstelle kommen, sprechen in den meisten Fällen von einer Veränderung. Sie beschreiben, dass es anfangs schön war miteinander. Die Veränderung setzt selten abrupt, von einem Tag auf den nächsten ein. Sie beginnt meistens schleichend. Viele Frauen beschreiben, dass ihr Partner sich zunehmend „eifersüchtig“ gezeigt hat. Im Allgemeinen versteht man unter Eifersucht die Sorge, dass einem Dritten die selbst erwünschte Zuwendung zukommt. In diesen Fällen ist es aber meistens eine grundlose und grundsätzliche Eifersucht. Unter dem Vorwand der besonders großen Liebe beginnt ein schleichender Prozess von Kontrolle, Macht und Isolation. Ganz banale Alltagstätigkeiten wie Einkaufen oder Kaffee trinken mit einer Freundin werden misstrauisch hinterfragt und bekommen einen verdächtigen Beigeschmack. Um diesem Verdacht zu entgehen, gewöhnen die Frauen sich an sich immer zu erklären. So bekommt der Täter Macht über sie, indem er die Bewertungshoheit bekommt. Nach und nach werden dann Gewohnheiten und Kontakte eingeschränkt. Die Frauen tun das von sich aus, um den Partner nicht zu verärgern und merken gar nicht, wie stark sie bereits seinem Einfluss unterliegen.

Bei vielen Paaren gibt es eine lange und schleichende Entwicklung. Die Täter beobachten ihr Opfer und lernen vor allem seine Schwächen und wunden Punkte kennen, um diese für sich zu nutzen. Nach den ersten Vorfällen bei denen die Frau körperlich oder seelisch verletzt ist und der Täter fürchten

muss, dass sie sich abwendet, wird entweder der Frau die Verantwortung für den Vorfall gegeben oder der Täter entschuldigt sich und verspricht, dass sich das nicht wiederholen würde.

Das Opfer möchte zu dem Zeitpunkt meistens nicht, dass die Beziehung endet. Die positiven Erfahrungen überwiegen, man hat an eine langfristige Lebensgemeinschaft geglaubt und gemeinsame Pläne gemacht. Von dieser Hoffnung will man sich so leicht nicht verabschieden. Wenn es gemeinsame Kinder gibt, wird es für die Mütter oft noch schwieriger einen Weg aus der gewaltbelasteten Lebenssituation zu finden.

Viele Mütter haben die Vorstellung, dass sie den Kindern das Familienleben mit dem Vater unter allen Umständen erhalten müssen. In anderen Fällen sind die Kinder bereits vom Vater instrumentalisiert und die Mütter haben Angst bei einer Trennung die Kinder zu verlieren. Wenn die Väter auch den Kindern gegenüber aggressiv und gewalttätig sind oder kaum Verantwortung für die Kinder übernehmen, besteht die Sorge diesen Vätern aufgrund des Umgangsrechtes die Kinder alleine ausliefern zu müssen. Die Kinder sollen nicht verunsichert und mit den unklaren Zukunftsperspektiven belastet werden.

Auch die vielfältigen Drohungen, die von den Tätern im Hinblick auf eine Trennung geäußert werden, machen es den Frauen oft schwer sich zu trennen. Es wird mit Sorgerechtsstreit gedroht, mit Vernichtung der wirtschaftlichen Existenz, mit sozialer Ausgrenzung und nicht zuletzt mit Nachstellung, weiterer körperlicher Gewalt oder sogar mit dem Tod.

Die allgemeine Lebenssituation bleibt vor diesem Hintergrund selten unbelastet. Die psychische Anspannung in der Familie bindet und raubt Lebensenergie, die an anderer Stelle fehlt. Der Erhalt des Arbeitsplatzes und der Wohnung, die Gesundheitsvorsorge und die Zuwendung für die Kinder leiden häufig darunter. Die Kinder zeigen Verhaltensauffälligkeiten, die oft auch in der Schule zu Problemen führen. Durch körperliche Gewalt bleiben mehr oder minder schwere Verletzungen und Erkrankungen.

Die freundschaftlichen und familiären Beziehungen halten dem selten Stand, da die Täter eine direkte oder indirekte Isolationsstrategie betreiben, um mehr Macht über ihr Opfer zu bekommen. Wenn die Frauen sich öffnen und sich im privaten Umfeld an Vertrauenspersonen wenden, erwarten diese häufig eine Umsetzung ihrer Ratschläge und zeitnahe Veränderung. Wenn dies nicht erfolgt, wenden sie sich oft ab.

Das ist keine Lebenssituation, in der Kräfte gesammelt werden und persönliche Stärke entsteht. Dazu kommt, dass viele Frauen schon psychisch vorbelastet oder traumatisiert in eine solche Gewaltbeziehung geraten. Um aus diesem Lebens-

umfeld auszusteigen und neue Perspektiven zu entwickeln, benötigen die Frauen zuverlässige professionelle Hilfe mit Verständnis und Geduld. Dies beginnt bei den Fachberatungsstellen und setzt sich fort bei allen Institutionen (Polizei, Jugendamt, Jobcenter usw.), mit denen Frauen in gewaltbelasteten Beziehungen konfrontiert werden. Und das nicht erst, wenn sie bereit sind sich zu trennen, sondern in dem Moment, in dem sie ihr Problem benennen. Wenn sie es schaffen Vertrauen aufzubauen, ist das ein erster Schritt in eine gewaltfreie Zukunft.

Für Frauen mit Migrationshintergrund, die sich im Rechtssystem der neuen Heimat nicht auskennen und Sprachbarrieren sowie weitere Belastungen durch andere gesellschaftliche Werte, durch Krieg und Flucht haben, ist dieser Schritt noch schwerer.

Das Helfersystem muss den Frauen zuverlässige, verbindliche und belastbare Strukturen bieten. Die Frage an die Opfer, warum sie die Gewalt schon so lange ertragen, warum sie nicht „einfach“ gehen, verschiebt dagegen die Verantwortung von den Tätern zu den Opfern.

**Hilfe und Unterstützung in Aurich gibt es beim DRK Schutz- und Beratungszentrum:**

Frauen- und  
Kinderschutzhaus  
Aurich

*DRK Frauen- und Kinderschutzhaus  
Aurich, Tel. 04941/62847*

Frauenberatungsstelle  
bei Gewalt

*DRK Frauenberatungsstelle bei  
Gewalt, Irene Pflüger  
Tel. 04941/964385*

Beratungs- und  
Interventionsstelle bei  
häuslicher Gewalt (BISS)

*DRK Beratungs- und Interventions-  
stelle bei Gewalt (BISS)  
Tel. 04941/973222*



## TEILNAHME AN ONLINE-SEMINAREN LEICHT GEMACHT

Zwei Video-Tutorials der Koordinierungsstelle Frauen und Beruf erleichtern die Teilnahme an Online-Seminaren. In der Pandemie wurden viele Aktionen und Vorträge auf Online-Plattformen verlegt. „Um trotzdem allen interessierten Frauen die Teilnahme zu ermöglichen und denen, die wenig Erfahrung mit den digitalen Medien haben die Angst zu nehmen, nicht gut auf die Teilnahme an einem Online-Meeting vorbereitet zu sein, wurden zwei Videos erstellt. Diese enthalten eine Schritt-für-Schritt-Anleitung, in der erklärt wird, was vor und während des Meetings passieren kann und getan werden muss.“ erläutert Heidi Wientjes, Leiterin der Koordinierungsstelle. Die Videos wurden von Sebastian Bode, Firma Orgadata Leer in Zusammenarbeit mit der Referentin Maria Koriath und den beiden Mitarbeiterinnen der Koordinierungsstelle erstellt und geben bereits vorab viele Infos, damit beim ersten Besuch eines Online-Seminars auf der Plattform „Zoom“ ein möglichst stressfreier Zugang gegeben ist. „Es ist wirklich ganz einfach, jeder, der mit einem Handy umgehen kann, kann auch an einem Zoom-Meeting teilnehmen. Man muss sich nur trauen!“, so die Einschätzung von Jeanette Mattern, die für die Organisation der Veranstaltungen zuständig ist.

Die Videos sind bei YouTube zu finden.

Der erste Teil erklärt dabei den Einstieg, von der Einladungsmail bis zur Teilnahme am Meeting.

Teil 1: <https://youtu.be/IF1S95jWTic>

Das zweite Video erläutert Funktionen, die während des Meetings genutzt werden können.

Teil 2: <https://youtu.be/XxhuhNj4goY>

Sebastian Bode hat dabei noch einen praktischen Hinweis: „Wenn nicht alles sofort reibungslos klappt ist das nicht schlimm und wenn gar nichts mehr geht, kann man sich oft auch damit helfen, einfach wieder aus dem Meeting zu gehen und sich dann erneut mit den übersandten Zugangsdaten anzumelden.“

### **Ansprechpartnerin für weitere Fragen:**

#### **Heidi Wientjes**

Koordinierungsstelle Frauen und Beruf in Ostfriesland

Fischteichweg 7 - 13

26603 Aurich

Tel.: 04941- 16 80 20

FAX: 04941- 16 80 99

[heidi.wientjes@landkreis-aurich.de](mailto:heidi.wientjes@landkreis-aurich.de)



## MATHEMATIK - INFORMATIK – NATURWISSENSCHAFT - TECHNIK

Ausbildung und Arbeit verändern sich und passen sich den gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Anforderungen an. Die Digitalisierung der Arbeitswelt beschleunigt die Entwicklung und benötigt nach Eignung und Kompetenz qualifizierte Fachkräfte. Die MINT-Berufe sind dabei ein wichtiger Arbeitsbereich und schon seit Jahren bemüht sich die Wirtschaft um geeignete Fachkräfte. Noch immer entscheiden Jungen und Mädchen, Frauen und Männer nach traditionellen beruflichen Vorbildern. Auch wenn sich in den letzten Jahren mehr Mädchen und Frauen für MINT -Berufe interessieren, ist ihre Zahl deutlich unterrepräsentiert. Die Bundesregierung unterstützt mit Projekten und Kampagnen, um den Zugang zu den MINT -Berufen zu verbessern.

Für Mädchen und Jungen gibt es Informationen auf der Seite des Kompetenzzentrums und für schnell Entschlossene gibt es digitale Mitmachangebote auf den Seiten des Girls`Day und Boys`Day und der Bundesagentur für Arbeit. Studieninteressierte und Einsteigerinnen können sich über ein Projektangebot an der Hochschule Emden informieren. Das Bundesprojekt Klischeefrei gibt viele Tipps und Angebote. Experten und Expertinnen der Agentur für Arbeit beantworten individuelle Fragen für den Ersteinstieg, den Wiedereinstieg oder die Frage nach einer passgenauen Weiterbildung. Kontakt: Agentur für Arbeit Emden-Leer

Die Hochschule Emden informiert über das Niedersachsen Technikum, ein Angebot für Frauen.

Weitere Informationen gibt es auch unter folgenden Links:

MINT - Informationen

Klischeefrei, Angebote, Projekte, Zahlen, Ideen

[www.boys-day.de/boys-day-radar](http://www.boys-day.de/boys-day-radar)

[www.girls-day.de/Radar](http://www.girls-day.de/Radar)

### **Ansprechpartnerin für weitere Fragen:**

#### **Marlies Malec**

Beauftragte für Chancengleichheit  
am Arbeitsmarkt

Jahnstraße 6 , 26789 Leer

Telefon: 0491 9270296

E-Mail: [Marlies.Malec@arbeitsagentur.de](mailto:Marlies.Malec@arbeitsagentur.de)

E-Mail: [Emden-Leer.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Emden-Leer.BCA@arbeitsagentur.de)



# ERWERBSTÄTIGKEIT

## FRAUEN EROBERN DAS HANDWERK IMMER MEHR HANDWERKERINNEN WAGEN DEN SCHRITT IN DIE SELBSTSTÄNDIGKEIT.

Egal, ob als Unternehmerin, Meisterin, mitarbeitende Unternehmerfrau, Gesellin oder Auszubildende – Frauen erobern in allen Bereichen das Handwerk. Auch der Nachwuchs steht schon in den Startlöchern, um Führungsaufgaben zu übernehmen. Laut dem Zentralverband des deutschen Handwerks (ZDH) gab es noch nie so viele Frauen im Handwerk wie derzeit. In jedem fünften Betrieb steht eine Frau sogar an der Spitze. Und fast jede vierte Gründung erfolgt durch eine Frau. „Das spiegelt sich auch auf regionaler Ebene wider“, erklärt Julian Berghem, Existenzgründungsberater der Handwerkskammer für Ostfriesland. 2019 verzeichnete die Handwerksrolle 705 Neugründungen beziehungsweise Betriebsübernahmen. Knapp ein Drittel (204 Betriebe) der neuen Inhaber waren Frauen. Insgesamt sind gut 30 Prozent der etwa 5.500 ostfriesischen Handwerksunternehmen in weiblicher Führungshand. Das Entwicklungspotential ist damit aber noch lange nicht ausgeschöpft.

Eine, die vorgemacht hat, wie es geht, ist Friseurmeisterin Birgit Matthiesen-Janßen aus Leerhafe. Die 49-Jährige hat Anfang des Jahres das Haarstudio von Anya Sick (54) in Wittmund übernommen. Und das mitten in der Pandemiezeit und den coronabedingten Salon-Schließungen. „Das war keine einfache Entscheidung, aber da ich letztes Jahr viel in Kurzarbeit war, hatte ich nichts zu verlieren“, berichtet die Inhaberin. Durch einen Zufall hörte sie im Herbst 2020 von der Übernahmemöglichkeit des seit mittlerweile 30 Jahren gut etablierten Salons. Kurzfristig traf sie sich mit Anya Sick zu einem ersten Kennenlernen. „Die Chemie hat von Anfang an gestimmt. Es hat sich direkt ein Vertrauensverhältnis entwickelt. Das und die Rückendeckung meiner Familie haben eine wichtige Rolle bei meiner Entscheidung gespielt“, erklärt die Friseurmeisterin. Zusätzlich führte Birgit Matthiesen-Janßen Beratungsgespräche mit ihrer Hausbank, ihrem Steuerberater und dem JobCenter Wittmund. Letzteres ermöglichte ihr sogar eine Förderung für Existenzgründer.

Auch die Handwerkskammer steht angehenden Betriebsinhaberinnen in jeder Phase zu Seite. Denn egal, ob es um die Neugründung oder die Übernahme eines Betriebes geht: „Wir gehen alles Schritt für Schritt durch. Damit die zukünftigen Unternehmerinnen genau wissen, an was sie alles denken müssen“, macht Julian Berghem deutlich. Dabei werden alle Fragestellungen rund um den Businessplan sowie Förder- und Finanzierungsmöglichkeiten besprochen. Mit der Existenzgründung ist außerdem eine Vielzahl von Antragsstellungen bei verschiedenen Behörden verbunden. Eine zusätzliche Hilfe ist deshalb das Starter-Center der Handwerkskammer. Über das digitale Formularwesen werden alle Anmeldungen in einem Schritt erledigt. „Dazu gehen wir alle Anträge nacheinander durch und füllen sie gemeinsam aus. Das erleichtert den Weg durch den bürokratischen Urwald“, so der Betriebsberater.

Im Dezember 2020 gab Birgit Matthiesen-Janßen schließlich offiziell bekannt, dass sie den Betrieb von Anya Sick unter dem neuen Namen „Haarstudio am Markt“ weiterführen wird. Ein großer Vorteil sei gewesen, dass sie nicht nur den Friseursalon, sondern auch das komplette Team sowie einen festen Kundenstamm übernehmen konnte. „Wenn ich stattdessen einen ganz neuen Salon aufgebaut hätte, hätte es vermutlich Monate gedauert, um bekannt zu werden“, resümiert die Unternehmerin.

### **Ansprechpartner für weitere Informationen:**

**Julian Berghem**

Telefon 04941 1797-37

Mail [j.berghem@hwk-aurich.de](mailto:j.berghem@hwk-aurich.de)

Handwerkskammer für Ostfriesland

Straße des Handwerks 2

26603 Aurich [info@hwk-aurich.de](mailto:info@hwk-aurich.de)

[www.hwk-aurich.de](http://www.hwk-aurich.de)



**Handwerkskammer  
für Ostfriesland**

# ERWERBSTÄTIGKEIT

## HALBTAGS ZUM TRAUMBERUF

Mit der Teilzeitausbildung erhalten besonders junge Mütter und Frauen nach der Familienpause die Chance, ins Berufsleben einzusteigen.

Kindererziehung und Berufsalltag unter einen Hut zu bringen, ist für viele Eltern eine große Herausforderung, die oft mit Teilzeitanstellungen gelöst wird. Wenn man aber noch gar keinen Fuß auf dem Arbeitsmarkt gefasst hat, scheint der Einstieg eine oft unüberbrückbare Hürde zu sein. Dass man auch eine Ausbildung in Teilzeit absolvieren kann, ist vielen nicht bewusst. „Jungen Müttern, Vätern oder Personen, die Angehörige pflegen, fehlt oft die Zeit, eine Ausbildung zu beginnen oder durchzuziehen“, erklärt Dieter Friedrichs, Ausbildungsberater der Handwerkskammer für Ostfriesland. Doch gerade Menschen mit familiären Verpflichtungen hätten ein unglaubliches Potenzial und eine Chance auf dem Arbeitsmarkt verdient.

Allerdings liege die Arbeitskraft dieses Personenkreises in Ostfriesland brach. Lediglich 15 junge Frauen werden in neun Ausbildungsbetrieben des Handwerks nach dem flexiblen Modell ausgebildet. „Das Handwerk kann es sich in Hinblick auf den Nachwuchsmangel nicht leisten, auf diese Menschen zu verzichten. Aber bei vielen Arbeitgebern muss erst noch Überzeugungsarbeit geleistet werden“, erklärt der Berater. Denn auch diese Bewerbergruppe habe einiges zu bieten. „Die Lehrlinge zeichnen sich durch ein gutes Organisations- und Zeitmanagement aus, sind hoch motiviert und sehr loyal gegenüber ihren Arbeitgebern“, berichtet Friedrichs von seinen Erfahrungen. Es gebe kaum Abbrüche und die Prüfungsergebnisse fielen überwiegend positiv aus.

Grundsätzlich müssen sich Betrieb und Auszubildender auf die Rahmenbedingungen einigen. Maximal die Hälfte der täglichen oder wöchentlichen Ausbildungszeit darf reduziert werden. Dafür verlängert sich die Dauer der Teilzeitausbildung entsprechend auf höchstens 50 Prozent der normalen Ausbildungszeit. Die Berufsschule wird regulär besucht. Die Vergütung kann entsprechend der wöchentlichen Ausbildungszeit anteilig gekürzt werden. War bis vor wenigen Jahren noch ein „berechtigtes Interesse“, wie die Kindererziehung oder die Pflege von Angehörigen anzugeben, ist mit der Novellierung des Berufsbildungsgesetzes 2020 das flexible Modell für alle geöffnet worden. So kann beispielsweise auch aus gesundheitlichen Gründen oder bei Lernbeeinträchtigungen eine flexible Ausbildungszeit eingerichtet werden. Gleichzeitig ist das Modell auch als eine betriebliche Umschulung anwendbar.

Dabei stehen den Auszubildenden alle Berufe offen. Ob Tischler/in, Augenoptiker/in oder Orthopädietechniker/in – alles ist möglich. In der Praxis zeigen sich aber auch Grenzen auf. „Handwerksbetriebe, die auswärts oder auf Baustellen arbeiten, verweisen beispielsweise oft auf die Schwierigkeit, Auszubildende in Teilzeit gut in ihre Arbeitsabläufe zu integrieren, da die Einsätze vor Ort zeitlich schwer planbar sind und Mobilität erfordern“, berichtet Friedrichs. Praktikabler wäre es in allen Berufsgruppen, die einen festen Standort haben und auch Teilzeitangestellte beschäftigen. Zu den gängigen Berufszweigen, die bereits in Ostfriesland in Teilzeit ausbilden, zählen Friseure, Kaufmänner/-frauen für Büromanagement oder Fachverkäufer/innen im Lebensmittelhandwerk. Aber auch eine Kfz-Mechatronikerin oder ein Bootsbauer haben ihre Ausbildung erfolgreich absolviert.

### **Ansprechpartnerin für weitere Informationen:**

**Angela Mandel**

Telefon 04941 1797-41

[a.mandel@hwk-aurich.de](mailto:a.mandel@hwk-aurich.de)

Handwerkskammer für Ostfriesland

Straße des Handwerks 2

26603 Aurich

[info@hwk-aurich.de](mailto:info@hwk-aurich.de) [www.hwk-aurich.de](http://www.hwk-aurich.de)



**Handwerkskammer  
für Ostfriesland**

# ERWERBSTÄTIGKEIT

## WIE VERDIENE ICH, WAS ICH WERT BIN?

Frauen verdienen heute für ihre Arbeit immer noch durchschnittlich 19 % weniger als Männer. Warum das so ist, dafür gibt es eine Vielzahl von Gründen.

In jedem Jahr im März wird am Equal-Pay-Day auf die Lohnlücke zwischen Frauen und Männern deutlich gemacht. Er errechnet sich aus der Prozentzahl der Entgeltungleichheit zwischen Männern und Frauen – umgerechnet in Kalendertage und das ist im Jahr 2021 der 10. März. Das bedeutet, dass Frauen aufs Jahr gesehen faktisch bis zum 10. März 2021 ohne Entlohnung arbeiten.

Warum reicht es für Frauen nicht, einfach nur gute Leistung abzuliefern? Sind Frauen schlechter als ihre männlichen Kollegen? „Sicher nicht!“ ist die feste Meinung von Gwendolyn Stoye, die für die Koordinierungsstelle Frauen und Beruf Workshops zu diesem Thema anbietet. Sie zeigt darin auf, wie uralte Mechanismen aus der Erziehung und falsche Glaubenssätze Frauen auf eine andere Stufe stellen, als Männer. Ihre Talente sowie den eigenen Mehrwert bewusst wahrzunehmen und dann auch zu zeigen, dazu möchte sie die Frauen im Workshop anleiten. Heidi Wientjes, Leiterin der Koordinierungsstelle fügt hinzu: „Es wird mehrere Gründe geben, warum Frauen leider immer noch weniger verdienen, ein wesentlicher Grund ist aber, dass es Frauen einfach nicht liegt, mit ihrem Können zu prahlen. So sind wir nicht erzogen!“

Frauen hängen häufig in ihrer Rollenfestschreibung fest. Wenn es darum geht, sich nach außen überzeugend und souverän zu präsentieren, stehen Frauen gegenüber ihren männlichen Kollegen oft zurück. Sie verstecken sich hinter anonymen „man“-Botschaften, allgemeinen Aussagen oder falsch verstandener Bescheidenheit. Sie sind eher zurückhaltend, was das Präsentieren ihre Fähigkeiten und Erfolge angeht.

Hinzu kommt, dass Frauen bei der Berufswahl meist typische Frauenberufe wählen und diese klassisch sehr viel schlechter bezahlt sind – wie momentan gerade in Erziehungs- und Pflegeberufen deutlich wird.

An vielen Stellschrauben muss gedreht werden, um geschlechtergerechte Bezahlung zu erreichen: Es ist ein gesellschaftlicher und persönlicher Wandel erforderlich!

**Ansprechpartnerin für weitere Fragen:**

**Heidi Wientjes**

Koordinierungsstelle Frauen und Beruf in Ostfriesland

Fischteichweg 7 - 13

26603 Aurich

Tel.: 04941- 16 80 20

FAX: 04941- 16 80 99

[heidi.wientjes@landkreis-aurich.de](mailto:heidi.wientjes@landkreis-aurich.de)



## DER MINIJOB - FLUCH ODER SEGEN!?

Für jemanden, der ein festes Einkommen hat, das auch eine auskömmliche Rente nach sich zieht, und etwas „dazu verdienen“ will, ist es eine feine Sache: Bis zu einem gesetzlich festgelegten Höchstsatz werden vom Zuverdienst durch einen Minijob kaum Sozialversicherungsbeiträge oder Steuern fällig. Der Verdienst fließt also in die eigene Tasche. Allerdings verbinden sich immer wieder, gerade auch für Bezieher von Leistungen nach dem SGB II, die Hoffnungen auf einen festen Arbeitsplatz mit der Aufnahme eines Minijobs als „Türöffner“ in einen Betrieb. Immer wieder lockt der mögliche Verdienst, einen solchen Job anzunehmen. Immer wieder sind die Erwartungen groß, ohne genau auf die Bedingungen zu schauen. Und immer wieder gibt es Enttäuschung, wenn die Risiken bekannt werden, der tatsächliche Verdienst benannt wird und sich die erhofften Zukunftschancen ins Nichts auflösen.

Also: Was ist dran an den Möglichkeiten der geringfügigen Beschäftigung? Zur Klarstellung: Minijobs sind geringfügige Beschäftigungen mit höchstens 450 Euro monatlichem Arbeitsentgelt oder einem Arbeitseinsatz von maximal 70 Tagen pro Kalenderjahr (§8 SGBIV). Minijobs, größtenteils von Frauen ausgeübt, sind eine beliebte Beschäftigungsform. Verschiedene Rahmenbedingungen machen diesen als Zuverdienst zum Familieneinkommen oder als Haupterwerb häufig auf den ersten Blick attraktiver als eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung. Auf der anderen Seite stellen Minijobs, insbesondere für Frauen, nicht zu unterschätzende Risiken dar. Dies gilt vor allem, wenn sich dauerhaft keine Ausweitung auf eine versicherungspflichtige Beschäftigung ergibt.

Aufgrund des geringen Einkommens von max. 450 Euro und der geringen Sozialversicherungsleistungen befinden sich Minijobber oftmals in staatlicher oder partnerschaftlicher Abhängigkeit. Sie haben keine eigenständige Krankenversicherung, keine Pflegeversicherung, keine Arbeitslosenversicherung, kein Anspruch auf Kurzarbeitergeld. Rentenbeiträge werden nur in geringer Höhe oder gar nicht gezahlt. Bei jahrelangem Minijob sind die Rentenansprüche so gering, dass eine eigenständige finanzielle Versorgung im Alter kaum möglich ist, Altersarmut ist vorprogrammiert.

Der Verdienst des Minijobs wird unter Bezug von Leistungen nach dem SGB II als Einkommen angerechnet: Neben einem Freibetrag von 100,00 Euro verbleiben zusätzliche 20% des Lohnes bei den Minijobbernden. Bei einem Verdienst von 450 Euro verbleiben also lediglich 170 Euro als zusätzliches Einkommen neben den staatlichen Leistungen. Gerade die Hoffnung, durch den Minijob „demnächst“ fest eingestellt zu werden, verhindert häufig die Bereitschaft, sich doch weiterhin anderswo um eine versicherungspflichtige Beschäftigung zu bewerben – und führt damit zu einer Verfestigung der staatlichen Abhängigkeit. Häufig gilt: Einmal in geringfügiger Beschäftigung – immer in geringfügiger Beschäftigung.

Insbesondere für Frauen ist es riskant, sich auf die Versorgung anderer zu verlassen. Schnell ist durch Änderung in den persön-

lichen Verhältnissen, wie Trennung oder Arbeitslosigkeit, ein existenzsicherndes Einkommen durch eine Partnerschaft nicht mehr gewährleistet. Besonders zuverdienende Frauen laufen Gefahr, nur die kurzfristigen finanziellen Vorteile, nicht aber die langfristigen Nachteile des Minijobs zu sehen. Außerdem besteht die Gefahr, dass Kenntnisse und Fähigkeiten aus einer qualifizierten Ausbildung in Vergessenheit geraten und die Minijobber immer mehr zu reinen Aushilfskräften werden. Rechte wie Urlaubsanspruch oder planbare Arbeitszeiten werden häufig nicht gewährt und von den Minijobbernden nicht eingefordert. Fortbildungen gibt es für Minijobbernde selten.

Ein Blick in die Statistik<sup>5</sup> belegt die, sich zwar verbessernde, aber immer noch deutlich ungünstige Situation von Frauen im Landkreis Aurich: Die Beschäftigungsquote der Frauen liegt 2019 bei 52% (und hat sich damit immerhin um 14,8% gegenüber 2008 verbessert) gegenüber 65,1% bei den Männern. Im Vergleich zur Region Weser-Ems liegt Aurich damit an drittschlechtester Position, gefolgt nur noch von Delmenhorst und Emden. Die Minijobquote ist wesentlich drastischer: 2019 üben 23,7% der Frauen (2008 waren es noch 49,9%), aber nur 3,4% (2008: 4,2%) der Männer einen Minijob aus. Hieraus resultiert unter anderem die Möglichkeit der Finanzierung des eigenen Lebensunterhaltes: Nur gut die Hälfte, 54,7%, der Frauen kann ihren Lebensunterhalt selber bestreiten, gegenüber 76,3% der Männer (Für 2008 gilt: Frauen 39,7%, Männer 70,3%).

Dazu passt auch der Blick auf die Personen, die neben einem Altersruhegeld staatliche Leistungen beziehen: Bei hundert Männern fallen im Vergleich 119,2 Frauen in die Grundsicherung im Alter. (2008 waren es noch 100 zu 189, 1 Punkte.) Gründe, die eine Mehrarbeit der Betroffenen nicht zulassen, mag es geben: Fehlende Betreuungseinrichtungen für Kinder, mangelnde Unterstützungsmöglichkeiten bei der Pflege von Angehörigen und einiges mehr. Aber: Schon die Ausweitung des Minijobs auf einen Midijob (Verdienst zwischen 450 Euro und 1300 Euro) zieht wesentliche Verbesserungen nach sich: Voller Sozialversicherungsschutz bei vergünstigten Beiträgen für Arbeitnehmende – und damit der erste Schritt in eine finanzielle Unabhängigkeit. Deshalb kann allen Minijobbernden, die ihren Lebensunterhalt nicht allein bestreiten können, nur geraten werden, sich bei entsprechenden Stellen beraten zu lassen (z.B. Jobcenter, Agentur für Arbeit), mit den Arbeitgebern über eine Ausweitung des Beschäftigungsverhältnisses zu sprechen und sich bei der Verbesserung ihrer finanziellen und beruflichen Situation durchzusetzen.

### **Ansprechpartnerin für weitere Fragen:**

#### **Beate Eggers**

*Beauftragte für Chancengleichheit (BCA)*

*beim Jobcenter Landkreis Aurich*

*Fischteichweg 7-13, 26603 Aurich*

*Telefon: 04941 16-5723, E-Mail: [beggars@landkreis-aurich.de](mailto:beggars@landkreis-aurich.de)*



<sup>5</sup> 4. Atlas zur Gleichstellung von Frauen und Männern in Deutschland“, Herausgeber Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung, 1. Auflage, Januar 2021

### FAMILIEN SIND SYSTEMRELEVANT, DOCH WER KÜMMERT SICH UM SIE?

Fast ein Jahr dauert die Pandemie nun an und Familien sind extrem von den Auswirkungen betroffen. Wie sieht der Alltag aus und wer kümmert sich um die Familien? Alle aktuellen Studien belegen, dass auch diese Krise wieder von den Frauen getragen wird und die traditionellen Rollenteilungen in der Pandemie wieder gefördert wurden – zu Lasten von Frauen!

Wie sieht es in Familien aus? - Homeoffice, Homeschooling, Freundeersatz, Sportlehrerin, Musiklehrerin, Entertainerin und gleichzeitig Psychologin, denn die Phrase „wegen Corona“ kommt nicht selten vor. Frauen müssen derzeit viele Aufgaben übernehmen. Und erklären Sie das alles mal einem kleinen Kind, das zudem seit Wochen oder Monaten die Großeltern nicht gesehen hat. Homeoffice mit Kindern kann man sich so vorstellen: Man nimmt an einer beruflichen Online-Tagung teil, die von mittags bis in den Abend dauert. Das Babyphone steht neben dem PC und bleibt hoffentlich lange ruhig. Der 5-jährige sitzt neben einem am Schreibtisch und bastelt. Das Telefon klingelt. Die Oma ruft an und fragt, ob sie kommen soll, um zu helfen. Nein, denn das Risiko einer Ansteckung ist einfach zu groß. Ach, und worum ging es nochmal in der Konferenz? Sobald der Mann von der Arbeit kommt und die Kinder übernimmt, wird's leichter. Es klingt amüsant, aber nach mehreren Wochen ist es das nicht mehr! Es ist nur noch anstrengend. Man sagt doch so schön, auf mehreren Hochzeiten tanzen, geht nicht. Aber genau das müssen Frauen seit Wochen! Rund um die Uhr! Wenn dann noch Schulkinder im Haus leben, ist es mit Basteln nicht getan. Homeschooling kommt hinzu, mit all seinen technischen Hürden und einem enormen zeitlichen und finanziellen Aufwand. Daneben kommt das Wichtigste für Kinder häufig zu kurz oder ist gar nicht erst möglich: Zeit für Freunde, in einer Gruppe Sport oder Musik machen, Zeit mit den Großeltern verbringen.

Nun gibt ja noch die Notbetreuung... Ja, aber das bedeutet nicht, dass die Kinder in der Zeit in der Kita sind, wie es in „normalen Zeiten“ der Fall ist. Notbetreuung ist eine Betreuung in der „Not“. Mitte Dezember wurden die Familien von der Regierung gebeten, die Kinder möglichst zu Hause zu betreuen. Das Planen geht los: Eine Woche vor Weihnachten kann man stemmen. Januar: In der ersten Woche sollen die Kinder erneut freiwillig zu Hause betreut werden. Urlaub ist noch da, es ist zu schaffen. Der harte Lockdown für Kitas und Schulen kommt. Puh, es wird eng. Eine Woche, teilweise zwei Wochen können die Familien noch organisieren mit Urlaub, Homeoffice und versetzten Arbeitszeiten. Irgendwann folgt aber der Anruf bei der Kita: Sind noch Plätze in der Notbetreuung frei? Erleichterung, die Kinder können jeden Tag kommen. Sie dürfen aber nicht im Laufe des Nachmittags abgeholt werden, wie es sonst üblich ist, um dies und das noch neben der Arbeit zu erledigen, sondern zum frühesten möglichen Zeitpunkt. Dann die Info der Kita: Die Plätze werden eng. Jede Familie soll nochmal gucken, wie sie die Zeiten reduzieren kann. Nun wird die Notbetreuung beispielsweise nur noch an drei Tagen pro Woche genutzt, an denen eine berufliche Präsenzverpflichtung vorliegt. Für's Homeoffice organisiert man sich zu Hause irgendwie, oft wird

die Arbeit auch in die Abendstunden oder auf das Wochenende verlegt, um sich die Betreuung zu teilen. Aber gemeinsame „Frei“-Zeit mit der Familie kommt oft zu kurz. Und dann kommt die unerfreuliche Nachricht: Die Einrichtung muss schließen – ein positiver Corona-Fall unter den Erzieherinnen. Und nun heißt es wieder abwarten und kurzfristig planen...

Notbetreuung ist also KEINE reguläre Betreuung, der übliche Betreuungsumfang ist nicht gegeben. Wochen und Tage ohne Betreuung gehören zum Alltag von allen Eltern. Und von Verlässlichkeit kann keine Rede sein. Weder Schule noch Kinderbetreuung sind verlässlich, gleichzeitig wollen, sollen und müssen die Familien den Kindern eine sichere Basis geben und ebenso die Existenzsicherung über die Berufstätigkeit gewährleisten. Dabei wird der ganze Druck auf die Kleinstfamilie reduziert, denn Großeltern- und weitere Familienkontakte sollen derzeit nicht stattfinden.

Wo wir schon bei den Finanzen sind: Können Sie sich vorstellen, was der Lockdown finanziell für Familien bedeutet? Kurzarbeit, Jobverlust, erschwelter Arbeitseinstieg für einen Neubeginn und Berufsrückkehrerinnen. Das bedeutet teilweise massive finanzielle Einbußen. Haben Sie sich mal ausgerechnet, wie viel Gehalt Ihnen fehlen würde, wenn Sie seit Monaten in Kurzarbeit wären? Die Abgaben für das Haus laufen weiter. Versicherungen, Strom, Telefon etc. Das alles wird dadurch nicht weniger. Zusätzlich sind nun viel öfter viel mehr Menschen im Haus. Das bedeutet gleichzeitig steigende Nebenkosten. Mal abgesehen davon, dass Kinder zu Hause auch Abwechslung und Beschäftigung brauchen. Nun wird mal ein Gesellschaftsspiel mehr gekauft. Als die Bücherei noch keinen Abholservice bot, musste man neue Bücher kaufen, weil man sie nicht leihen konnte. Für den Garten wird hier und da etwas angeschafft, um die Spielmöglichkeiten auszuweiten. Auch die Kreativität soll gefördert werden, also wird die Bastel- und Malkiste aufgerüstet und das ein oder andere Bastelbuch gekauft.

Fazit: Familien stemmen seit einem Jahr eine enorme Belastung: organisatorisch, finanziell und emotional. Ein „Maldurchatmen“ und vielleicht zum Sport gehen findet nicht statt! Dazu kommt die Sorge um die Gesundheit der Kinder, der Großeltern. Frauen organisieren, planen und managen und leisten den Hauptteil der Fürsorgearbeit, sie sind systemrelevant! Ohne Frauen bricht gerade alles zusammen. Nur sie dürfen nicht zusammenbrechen unter der Last, die sie tragen. Wir alle sind gefordert, unseren Teil dazu beizutragen, Familien bestmöglich zu unterstützen, denn sie sind das Fundament unserer Gesellschaft! Nur mit stabilen Familien und einer Kultur von Fürsorglichkeit haben wir eine Zukunft!

#### **Ansprechpartnerin für weitere Fragen:**

**Birgit Ehring-Timm, Stadt Aurich Gleichstellungsbeauftragte**  
Bgm.-Hippen-Platz 1, 26603 Aurich  
Tel.: 0 49 41 - 12 19 00, [ehring-timm@stadt.aurich.de](mailto:ehring-timm@stadt.aurich.de)  
[www.auricherfrauen.de](http://www.auricherfrauen.de)



### ERZIEHERINNEN SIND SYSTEMRELEVANT, WEIL KITAS AUCH IN KRISENZEITEN FAMILIEN STABILITÄT BIETEN

Am 1. März ist EQUAL-CARE-DAY. An diesem Tag wird auf die unfaire Verteilung der Fürsorgearbeit zwischen Frauen und Männern aufmerksam gemacht. Ziel ist, die Sorgearbeit aus der Unsichtbarkeit heraus zu holen und in die Mitte der Gesellschaft zu bringen. In diesem Jahr geht es um „Vorausschauende Rücksichtnahme“. Hier leisten pädagogische Fachkräfte wertvolle Basisarbeit. In den Berufsgruppen in Kindertagesstätten (Erzieherin, Sozialassistentin und Kinderpflegerin) dominieren seit jeher die Frauen. Auch wenn mittlerweile Männer diese Berufe ergreifen, so liegt der Anteil an männlichen Erziehern noch immer weit unter 10%. Würden diese Berufsgruppen nicht mehr von Frauen ausgeübt, würde ein soziales Netz zusammenbrechen.

In Kindertagesstätten wird nicht nur „gespielt“ und es sind keine Aufbewahrungsstätten. „Wir haben einen klaren Bildungsauftrag. Die Grundlage unserer Arbeit richtet sich nach dem Kindertagesstättengesetz (KiTaG). Kindertagesstätten sind Bildungsorte. Eine kompetente und kindgerechte Förderung in den ersten Lebensjahren ist grundlegend für den weiteren Bildungserfolg. Wir bauen das Fundament für alle weiteren Lernprozesse!“ erläutert Helga Koritsch, Leiterin der KiTa Wallinghausen.

Viele Kindertagesstätten werden mehr und mehr zu Familienzentren. In einigen Einrichtungen verbringen Kinder vom 1. bis zum 14. Lebensjahr eine wertvolle Zeit. Wir leben mit den Kindern und somit sind wir auch immer wieder Ansprechpartnerinnen für Eltern und Familien und deren Probleme. Es ist eine verantwortungsvolle Aufgabe und nicht immer leicht Kindern, Eltern aber auch dem Träger und der Politik gerecht zu werden. Insbesondere in der Pandemie erleben wir täglich Zerreißproben.

Frauen in Erziehungsberufen haben meistens Familie und oft auch eigene Kinder. Daher arbeitet ein sehr großer Teil der Erzieherinnen in Teilzeit, um nachmittags die eigenen Kinder zu betreuen und für ihre Familien da zu sein. Oftmals sind es auch die eigenen Eltern, die pflegende Hilfen benötigen. In vielen Familien lastet die Hauptlast dieser Aufgaben auf den Schultern der Frauen.

Während des ersten Lockdowns im Frühjahr 2020 wurde dieser Spagat sehr deutlich. Die Kindertagesstätten waren im Notbetrieb, aber nur Eltern aus bestimmten systemrelevanten Berufsgruppen durften ihre Kinder schicken. Selbst als der Kreis der berechtigten Berufsgruppen erweitert wurde, waren die Erziehungsberufe, abgesehen von Lehrkräften in Schulen, nicht dabei. Die Kinder von pädagogischen Fachkräften sollten zuhause bleiben, aber ihre Mütter hatten keine arbeitsfreie Zeit. Mittlerweile haben die Bundesländer reagiert, ihren Fehler erkannt und auch die Berufsgruppen in den Kitas für systemrelevant erklärt. Dadurch ist es möglich, den Familien ein stabiles und verlässliches Betreuungsangebot zu gewährleisten. Denn jetzt stehen entsprechende Personalressourcen

in den Kitas zur Verfügung. Doch die Sorgen und Ängste um das persönliche Infektionsrisiko bei der Arbeit werden kaum Rande wahrgenommen. Aus pädagogischen Gründen arbeiten die Fachkräfte in der Kita ohne Mund-Nase-Schutz und auch Abstand kann nicht eingehalten werden. Daher ist es dringend notwendig, Schnelltests zur Verfügung zu stellen und Impfung der Beschäftigten in Kitas und Tagespflegestellen zu ermöglichen.

Seit einigen Wochen erleben wir den 2. Lockdown und wir erleben, dass Familien an ihre Belastungsgrenzen stoßen. Wir haben sehr viel mehr Kinder in der Einrichtung als im letzten Frühjahr und stellen fest, dass es für einige Familien zwingend notwendig ist, dass wir ihnen die Möglichkeit der Notbetreuung bieten. Wir spüren die Not der Familien, die sich in Pandemiezeiten einfach ein wenig Normalität für die Kinder, aber vor allem auch Sicherheit für die Familie wünschen. Durch die Öffnung unserer Häuser wird den Familien die Möglichkeit gegeben, Beruf und Kinder unter einen Hut zu bringen.

Unserer Gesellschaft mangelt es an Fürsorglichkeit und gleichzeitig können wir ohne diese nicht überleben. Familien brauchen Unterstützung von Kindertagesstätten und Tagespflegestellen, damit sie die vielfältigen Aufgaben im Beruf bewältigen können. In der aktuellen Krise wird deutlich, dass die Zukunftsfähigkeit der Gesellschaft von der Bildung und Betreuung der nächsten Generation abhängt. Wir brauchen eine vorausschauende Rücksichtnahme und verlässliche Bindungen. Hier leisten die Kitas wertvolle, familienergänzende Basisarbeit. Der Beruf der Erzieherin hat sich in den letzten Jahren immer weiter professionalisiert und den gesellschaftlichen Veränderungen angepasst, eine angemessene Wertschätzung, Bezahlung und Schutz im Infektionsgeschehen stehen noch aus! Längst ist klar, dass ohne Frauen kein Staat zu machen ist und wir es uns nicht leisten können, auf die Kompetenzen von Frauen im Beruf zu verzichten. Dazu braucht es verlässliche Kinderbetreuung. Dies ist gleichzeitig die beste Investition in die Zukunft.

Erzieherinnen leisten somit wertvolle Fürsorgearbeit im Beruf und in den eigenen Familien, damit sind sie einfach unverzichtbar und doppelt systemrelevant!

#### **Ansprechpartnerinnen für weitere Fragen:**

##### **Birgit Ehring-Timm**

Stadt Aurich Gleichstellungsbeauftragte

Bgm.-Hippen-Platz 1, 26603 Aurich

Tel.: 0 49 41 - 12 19 00, [ehring-timm@stadt.aurich.de](mailto:ehring-timm@stadt.aurich.de)

[www.auricherfrauen.de](http://www.auricherfrauen.de)

##### **Helga Koritsch**

Leitung Kita Wallinghausen

Wallinghausener Str.115

Tel.: 04941 – 6981642, [kita-wallinghausen@stadt.aurich.de](mailto:kita-wallinghausen@stadt.aurich.de)



## MUTTERTAG ANDERS GEDACHT: MÜTTER TRAGEN DIE HAUPTLAST DER CORONA-KRISE, SIE SIND AM LIMIT!

Fürsorglichkeit und soziale Kompetenz sind die tragenden Säulen und gleichzeitig die Schwachstellen in unserem Gesellschaftssystem. Fürsorglichkeit und soziale Kompetenz werden stillschweigend an Frauen, insbesondere an Mütter, delegiert und von ihnen nicht hinterfragt.

Das Idealbild einer Mutter kann keine Frau dauerhaft erfüllen: Sie versorgt liebevoll und selbstaufopfernd die Familie, kocht, wäscht und putzt, kümmert sich darum, dass es allen gut geht, alle Bedürfnisse berücksichtigt und Probleme gelöst werden. Dabei ist sie immer im Einsatz, stets gut gelaunt, schön und hilfsbereit. Die moderne Mutter ist gleichzeitig auch berufstätig und kann die Anforderungen im Job mühelos mit der Familienarbeit vereinbaren.

Mütter arbeiten vorwiegend in sogenannten Frauenberufen. Dort werden fürsorgliche Dienstleistungen ausgeführt, die oft kaum sichtbar, unterbezahlt sind und keine Aufstiegsmöglichkeiten haben. Diese Arbeitsbereiche erfordern meist einen hohen psychischen und oft auch körperlichen Einsatz (z.B. Pflege, Kassierer\*in, Erzieher\*in, Reinigungskräfte). Mütter üben den Beruf zumeist in Teilzeit oder im Minijob aus. Das ist nicht existenzsichernd, ermöglicht aber Familie und Beruf miteinander zu vereinbaren.

Finanzielle Sorgen sind vorprogrammiert und setzen sich perspektivisch in Altersarmut fort. Doch auch Trennungen führen dazu, dass insbesondere Mütter mit kleinen Kindern langfristig mit finanziellen Einbußen zu rechnen haben. Alleinerziehende – und das sind zu 90 % Frauen – tragen in unserer Gesellschaft das höchste Armutsrisiko.

In der Pandemie sind viele Minijobs gestrichen worden. Auch das trifft in einem hohen Maße Mütter. Minijobs werden zu mehr als 2/3 von Frauen ausgeübt, hauptsächlich in der Lebensphase, in der Männer Karriere machen. Dramatisch ist, dass diese Frauen nicht nur in der Rente, sondern auch aktuell in der Pandemie leer ausgehen, denn sie erhalten kein Kurzarbeitsgeld!!! Das finanzielle Risiko liegt hier ausschließlich bei den Frauen!

Doch auch abgesehen von der finanziellen Situation tragen Alleinerziehende die größte Last. Für sie ist Homeschooling, Homeoffice und oft die alleinige Verantwortung für die Kinder eine extreme Herausforderung! Viele haben zusätzlich ihren Arbeitsplatz verloren.

Die Belastung von Müttern steigt ins Unermessliche, wenn sie neben der Fürsorge für ihre Kinder zusätzlich die Betreuung und Pflege von Eltern, Schwiegereltern und älteren Angehörigen übernehmen. Auch die Belastungen in der Phase von Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett sind während der Pandemie extrem geworden, da (werdende) Mütter weitestgehend isoliert sind und ihre Partner\*innen sie nur sehr eingeschränkt bei Untersuchungen und wichtigen Entscheidungen

begleiten können. Das erzeugt viele Unsicherheiten und zusätzliche Sorgen für die Frauen und die Familien.

Alles zusammen führt zu extremen gesundheitlichen Belastungen, die strukturell bedingt sind. Es liegt NICHT daran, dass die Mütter zu „schwach“ sind, sondern dass wir als Gesellschaft den Müttern zu viele Aufgaben zumuten. Es handelt sich um eine strukturell bedingte Überforderung, mit denen sie allein gelassen werden. So erkennen viele Frauen nicht, dass die Anforderungen an sie nicht leistbar sind, sondern erleben die Situation als persönliches Versagen. Die Akkus sind leer, die Kraftreserven sind nach mehr als einem Jahr Coronakrise aufgebraucht!

Die Pandemie macht uns deutlich, dass Mütter systemrelevant sind und es am Muttertag mehr braucht als einen Blumenstrauß. Wir müssen die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen ändern. Mütter müssen mehr angehört, ihre politische und öffentliche Einflussnahme und Einflussmöglichkeiten gestärkt werden. Es ist eine ständige Aufgabe von uns allen, die Belange von Müttern mitzudenken und für ihre Entlastung zu sorgen. Eine Möglichkeit wären zusätzliche Urlaubstage für die Zeit der Pandemie, die nach Bedarf zur Erholung genommen werden können, im Gegensatz zu den aufgestockten „Kind-krank-Tagen“.

### **Mütter brauchen in erster Linie Zeit zur Regeneration!**

Auf dem Weg in eine gleichberechtigte fürsorgliche Gesellschaft müssen wir die Weichen stellen für:

- Respekt und Anerkennung für die tägliche Arbeitsleistung von Müttern in den Familien und in der Gesellschaft
- Frauenzentrierte und familienorientierte Geburtshilfe mit uneingeschränkter Begleitung einer Vertrauensperson vor, während und nach der Geburt sowie Zeit zur Erholung in dieser sensiblen Lebensphase
- Unterstützung von Eltern, die sich die Familienarbeit teilen
- Verlässliche Kinderbetreuung, sowie Notbetreuung/ Ferienbetreuung für Berufstätige
- Unterstützung in Zeiten von Distanzlernen, z.B. kleine Lerngruppen in der Nähe der Wohnungen
- Arbeitgeber\*innen, die Familienarbeit wertschätzen und verlässliche Arbeitszeitmodelle und Dienstpläne verwirklichen
- Einen unkomplizierten Zugang zu Mutter-Kind-Kuren

**Es braucht ein ganzes Dorf um ein Kind groß zu ziehen!  
Es ist eine gesellschaftliche Aufgabe, Fürsorgearbeit auf viele Schultern zu verteilen!**

### ***Ansprechpartnerin für weitere Fragen:***

***Birgit Ehring-Timm***

*Stadt Aurich Gleichstellungsbeauftragte*

*Bgm.-Hippen-Platz 1, 26603 Aurich*

*Tel.: 0 49 41 - 12 19 00, [ehring-timm@stadt.aurich.de](mailto:ehring-timm@stadt.aurich.de)*

*[www.auricherfrauen.de](http://www.auricherfrauen.de)*





## GENERATION „DARFST DU NICHT!“

Gerade Familien tragen seit nunmehr einem Jahr unter Pandemiebedingungen eine große Last. Ganz besonders ist die Situation für die Kleinsten. Sie wachsen in ein Leben hinein, das mit einem normalen Alltag eigentlich gar nichts mehr zu tun hat. Während in Bilderbüchern oder Fernsehserien niemand eine medizinische Maske trägt, die Heldin „Conny“ im Freundeskreis ihren Geburtstag feiert und die Zoos in den Wimmelbüchern voller Gäste sind, existiert in der Realität der Kinder seit einem Jahr Kontaktsperre, Langeweile zu Hause und an der Theke in der Metzgerei gibt es nicht einmal mehr die obligatorische Kinderwurst auf die Hand.

Während Kinder mehr oder weniger in Dauerschleife mit einem „Das darfst du nicht“ konfrontiert sind, bedeutet Corona für Eltern, dass sie den Alltag komplett umzustrukturieren und Aufgaben neu verteilen mussten. Konkret heißt das in vielen Fällen: Viel mehr Arbeit für die Mütter. Und so verwandelte sich die vormals berufstätige Frau mit Nachwuchs Corona bedingt zudem in eine Lehrerin, Pädagogin, Expertin für Corona konforme Freizeitaktivitäten, Psychologin, Seelsorgerin, Hygienebeauftragte und Hobbymedizinerin in einer Person. Da das meiste davon dort passiert, wo man sich überwiegend aufhalten sollte - nämlich zuhause - dringen die Sorgen, Ängste und Nöte nur bedingt nach draußen. Während die Lobbyverbände der Industrie lautstark für ihre Interessen kämpfen, tragen die Familien ihre Sorgen in den eigenen vier Wänden mit sich aus.

Welche Folgen wird das Abstandhalten auf die Entwicklung der Kinder nehmen? Kann eine Mutter allein dem Anspruch all dieser vielen neuen Rollen überhaupt gerecht werden? Wer könnte Hilfestellung leisten, wo doch der Kontakt zu anderen Familienmitgliedern oder befreundeten Familien ebenfalls mit starken Beschränkungen verknüpft ist? Dies sind nur einige der Fragen, die seit mehr als einem Jahr auf den Familien lasten.

Um wenigstens an einigen Stellen Unterstützung anzubieten, hat das Jugend- und Familienzentrum in Aurich seit Beginn der Pandemie immer wieder das Augenmerk auf Kinder, Mütter und Familien gelegt. Die offene Kinder- und Jugendarbeit bietet Unterstützung im Homeschooling sowie online-Beratungszeiten an. Im Familienzentrum startete der „Musikgarten Ostfriesland“ für die ganz Kleinen für ein paar Monate bis zum erneuten Lockdown Ende 2020. Mit neuen Begegnungsformen wie dem „Familienpicknick“ auf der Terrasse und am Wasserspielplatz konnte in den wärmeren Monaten ein Austausch für Familien mit sicherem Hygienekonzept initiiert werden. Das Angebot „Basteln to go“, eine Idee, die in der Vorweihnachtszeit entstand, entwickelte sich zum wahren Dauerbrenner. Inzwischen liegt jede Woche ein neu gestaltetes Päckchen mit Utensilien und passender Bastelanleitung zur kontaktlosen Abholung im Foyer des Familienzentrums aus, aktuell mit frühlinghaften Dekorationen für die Osterzeit.

Sandra Grau, Leiterin des Jugend- und Familienzentrums weiß um die Wichtigkeit der kleinen Auszeiten: „Natürlich können wir mit einer solchen Aktion den Familien nicht die gesammelte Corona-Last von den Schultern nehmen. Aber in der Rückmeldung haben uns Mütter erzählt, wie dankbar sie über die Aktion sind: Einfach, weil sie alles, was sie brauchen, in den Bastelpäckchen finden und nicht erst Ideen recherchieren und dafür die Materialien besorgen müssen. Was in Zeiten von geschlossenen Geschäften ja doppelt schwierig ist! Mit unserer „Basteln to go“ Aktion haben wir sogar richtiggehende Rituale initiiert. In Zeiten, in denen man händeringend nach Abwechslung für einen langen Tag zu Hause sucht, mag das als kleine Idee erscheinen, sie kann in der Umsetzung aber nachhaltige Wirkung zeigen.“

Für 2021 plant das Team des Jugend- und Familienzentrum weitere Aktivitäten, die speziell Familien, Kinder und Jugendliche ansprechen sollen. Dabei wird auch das Jugendzentrum in den Fokus rücken. Neben der nach wie vor andauernden Hilfe beim Homeschooling entsteht gerade im Innenhof des „JuZ“ eine neue Begegnungsstätte mit Outdoor-Möbeln, Beleuchtung und Pellet-Heizstrahlern, die neue, Corona konforme Begegnungskonzepte in Aurich möglich machen werden.

### **Ansprechpartnerinnen für weitere Fragen:**

**Sandra Grau und Dorothea Seitz-Bahro**  
Jugend- und Familienzentrum Aurich AÖR  
Jahnstraße 2, 26603 Aurich  
Tel. 04941-6976860

**jugend+familien**  
**zentrum AURICH**

## SIND GROSSMÜTTER SYSTEMRELEVANT?

Folgendes Gedicht hat mir vor Jahren meine Kusine geschickt, leider weiß ich nicht, wer es geschrieben hat. Jedes Mal, wenn ich es lese, muss ich schmunzeln ... Mal sehen, wie es Ihnen ergeht, wenn sie die folgenden Zeilen lesen.

### **Rotkäppchen**

*Ich bin das Rotkäppchen, komme mit Wein und Kuchen  
und wollte die Großmutter heute besuchen.  
Doch wie ich so geh durch den Wald zum Haus,  
seh` ich sogleich, sie ist nicht zu Haus.  
Die Garage ist offen, der Wagen ist fort,  
stimmt - heute ist Montag, da hat sie ja Sport.  
Sie macht Aerobic von 9 bis 10,  
danach schwitzt sie sich in der Sauna schön.  
Auch Dienstag und Mittwoch sind ausgebuht,  
da sie Kurse der Volkshochschule besucht.  
Englisch und Spanisch, Malen und Stricken,  
dazu noch Yoga, ist gut für den Rücken.  
Am Donnerstag, oh gütiger Vater  
probt sie für das Senioretheater!  
Freitag ist Treffen im Gesangverein  
und am Samstag schwingt sie beim Volkstanz das Bein.  
Am Sonntag an der Tür ein Zettel nur,  
bin mit dem Wanderclub in der Natur.  
Und käme der Wolf mal vorbei geschlichen,  
im nächsten Moment wäre er schon verblichen.  
Oma macht Karate, Kurs numero 10,  
einen Schlag auf die Schnauze würd` er nicht überstehn.  
Nun stell ich ihr hin, was ich mitgebracht,  
heut` kommt sie nicht heim vor Mitternacht.  
Großmütter von heute sind aus besonderem Holz  
und ich, das Rotkäppchen von heut` - bin auf meine Großmutter stolz.*

Diesem Gedicht möchte ich ein Zitat gegenüberstellen. Es ist aus dem Buch: „DIE BOTSCHAFT DER WEISEN ALTEN“ - Der spirituelle Rat der Großmütter - von Carol Schaefer, S.51

*„ ... Wenn wir die Wurzeln zu unserer göttlichen Weiblichkeit abschneiden,  
schneiden wir uns auch ab von den großen Ideen der Menschheit: dem Mut, der Nächstenliebe, unserer Liebe zueinander und Gottes Liebe zu uns --- Ideen, die den Grundstock für liebevolle Familien und große Zivilisationen bilden.“*

Mein Rotkäppchen wäre nicht stolz auf seine Großmutter und ich würde es fragen lassen:

*„ Aber Großmutter, weshalb hast du so große Augen, wenn du keine Zeit hast, mich zu sehen,  
aber Großmutter, warum hast du so große Ohren, wenn du keine Zeit hast, mich zu hören,  
aber Großmutter, weshalb hast du einen so großen Mund, wenn du keine Zeit hast, mit mir zu sprechen?“*

Die Großmutter aus dem Gedicht und die aus dem Zitat müssen sich nicht zwangsweise widersprechen und in der Realität gibt es natürlich so viele Mischformen wie es Großmütter gibt auf dieser Welt, und das ist auch gut so. Jedes „Entweder-Oder“ ist unnatürlich, bringt Spaltung und Probleme mit sich, wohingegen das „Sowohl-Als-Auch“ für Ausgleich, Wohlbefinden, Vielfalt und Harmonie sorgt.

Sind nun Großmütter systemrelevant? Diese Frage kann mit einem eindeutigen „ja“ beantwortet werden. Sind sie doch in vielen Familien für die Enkelkinder eine große Bereicherung, und für ihre Kinder eine große Unterstützung bei der Bewältigung ihrer vielfältigen Aufgaben als Eltern. Die Lebenserfahrungen der Großmütter sind unverzichtbar, besonders in Krisenzeiten. Sie haben es gelernt, sich selbst nicht als Mittelpunkt der Welt zu sehen, sondern alles in größeren sozialen Zusammenhängen zu betrachten. Sie haben es gelernt, wie man unterschiedliche Interessen unter einen Hut bekommt und wie man Aufgaben, die einem das Leben stellt, bewältigt. Dabei haben sie Erfahrungen sammeln können, wie z.B:

- Jede Aufgabe kann auch eine Chance sein, um zu wachsen und zu reifen,
- wenn „Mann/Frau/Kind“ ein offenes Ohr und Herz hat, findet sich immer Hilfe,
- So manches, was zunächst wie ein großes Unglück ausgesehen hat, erwies sich im Nachhinein als gut, richtig und wichtig.

Mit dieser Lebenserfahrung, ihrem Wissen und ihrer Weisheit, ihrer Geduld und Liebe tragen sie einen wichtigen Teil dazu bei, dass eine Gesellschaft nicht nur „funktioniert“, sondern sich auch ihrer Wurzeln, ihrer Traditionen und Werte bewusst wird, bzw. bewusst bleibt. Und wenn man diese Verantwortung der Großmütter betrachtet, dann erkennt man, dass es wichtig ist, welche Werte sie verkörpern. Geht es um Konsum, Freizeitspaß und Zeitvertreib, wie bei Rotkäppchens Großmutter, oder wollen sie ihren Teil dazu beitragen, dass die Welt ein wenig besser wird, so, wie es in der Fortsetzung des obigen Zitates formuliert wird:

*„Ohne das Gleichgewicht der weiblichen Weisheit, welches Mitgefühl und eine Bewusstseinsbeleuchtung mit sich bringt, werden die egoistischen Mächte des Bösen unsere höhere Natur auslöschen und unsere schlimmsten Ängste nähren. Sie werden all die wundervollen Tugenden ausmerzen, die uns mehr, als alles andere zu Menschen machen...“*

Da fällt mir ein Wort ein, das ich einmal in einer Weihnachtsbotschaft gehört habe: „Mach es wie Gott, werde Mensch!“ Hier geht es um die göttlichen Eigenschaften, die in jedem Menschen verankert sind und die es zu erinnern und zu „re-animieren“ gilt; um nur einige zu nennen: Liebe, Mitgefühl, Kreativität, Mut, Liebe zur Wahrheit, Freude, Lebensfreude, Klarheit, das Gefühl der Verbundenheit, des „All-Eins-Seins“ ...

Wir könnten aus diesem Bewusstsein heraus Rotkäppchens Großmutter folgenden Rat geben: Gib Acht, dass all deine Aktivitäten dich nicht so sehr ablenken, dass du dich dabei selber verlierst – denn Glück, wahre Freude und Zufriedenheit kannst du nur in dir selbst finden... Und wenn du dir Zeit nimmst für dein Rotkäppchen und es dies in dir spüren und von dir lernen darf, machst du ihm das größte Geschenk!

In diesem Sinne grüße ich alle Großmütter und wünsche Ihnen von Herzen alles Liebe und Gute und viel Freude an Ihrem „Großmutter-Da-Sein“,

**Brigitte Hagen**  
Märchenerzählerin  
brigitte.hagen@ewe.net



## ARBEITSGEMEINSCHAFT AURICHER FRAUEN

Die Arbeitsgemeinschaft Auricher Frauen ist ein Zusammenschluss von Frauen und Institutionen, die sich für Gleichstellung einsetzen.

Wir profitieren seit vielen Jahren von der guten Zusammenarbeit von ehrenamtlichem Engagement und institutionalisierter Gleichstellungsarbeit.

In diesem offenen Netzwerk treffen wir uns regelmäßig im Familienzentrum und seit der Pandemie auch in Onlinemeetings.

Bereits im September beginnen wir die Planungen für die Frauenwochen im Folgejahr.

Wir vertreten die Interessen aller Generationen.

**Jede Auricherin ist herzlich eingeladen sich zu beteiligen, die Möglichkeiten sind vielfältig.**

**Nehmen Sie gerne Kontakt zu uns auf!**

Informationen erhalten Sie bei der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Aurich und im Internet unter [www.auricherfrauen.de](http://www.auricherfrauen.de)

**Ansprechpartnerin für weitere Fragen:**

**Birgit Ehring-Timm**  
Stadt Aurich  
Gleichstellungsbeauftragte  
Bgm.-Hippen-Platz 1  
26603 Aurich  
Tel.: 0 49 41 - 12 19 00  
ehring-timm@stadt.aurich.de  
[www.auricherfrauen.de](http://www.auricherfrauen.de)



## FRAUEN SIND PROFIS IN KOMMUNIKATION UND TEAMARBEIT

### Interview mit Intendantinnen Eva Lange und Carola Unser

Angelika Heinich: *Carola und Eva, vielen Dank, dass Ihr Euch Zeit nehmt für unser Interview! Wie Ihr vielleicht wisst, gibt es in Aurich seit 31 Jahren die AG Auricher Frauen, ein Netzwerk, das alljährlich die Auricher Frauenwochen organisiert und durchführt. Seit mehreren Jahren bin ich Sprecherin der AG. Rund um den internationalen Frauentag bieten wir Veranstaltungen zu einem Thema. Dieses Jahr ist unser Motto: „Frauen sind systemrelevant“.*

Eva Lange: *Tatsächlich ist es eigentlich unfassbar, dass wir das im Jahr 2021 überhaupt sagen müssen. Frauen sind grundsätzlich gesellschaftlich sehr relevant. Ohne die Vielzahl von Virologinnen, Politikerinnen, Ärztinnen, Pflegerinnen, Lehrerinnen, Verkäuferinnen, Erzieherinnen, Forscherinnen, Mütter..., aber auch Künstlerinnen wäre diese pandemische Zeit sicherlich noch schwerer zu bewältigen. Und Frauen sind zu allen Zeiten wichtige Impulsgeberinnen, Chefinnen, Erfinderinnen gewesen und werden es auch in Zukunft sein.*

Carola Unser: *Und weil die Formulierung „systemrelevant“ ja auch etwas ambivalentes hat, möchten wir darauf hinweisen, dass auch Frauen, die derzeit nicht erwerbstätig sind oder sein können, Frauen, die Kinder erziehen, Frauen, die sich im Ehrenamt engagieren, Seniorinnen und auch Frauen, die gerade erst in Deutschland angekommen sind, bedeutsam für uns alle sind. Jede trägt ihren Teil zu dieser Gesellschaft bei.*

Angelika Heinich: *Die Auricher Bürger\*innen kennen Euch sicher noch aus Eurer aktiven Theaterzeit an der Landesbühne Niedersachsen Nord in Wilhelmshaven. Eva, Du warst dort mehrere Jahre als Regisseurin und Oberspielleiterin tätig, und Du Carola als Regisseurin und Leiterin der Jungen Landesbühne. Was war Euer besonderer Bezug zu Aurich in dieser Zeit?*

Eva Lange: *Aurich war immer ein besonderer Spielort und wir haben uns auf die Zuschauer\*innen vor Ort sehr gefreut. Auch die Vorstellungen und Aktivitäten bei und um *vis à vis* sind uns noch bestens in Erinnerung.*

Carola Unser: *Ja, das deutsch-niederländische Kinder- und Jugendtheaterfestival war ein Highlight und dass wir dann auch ein paar Tage im Europahaus leben durften, war Spitze!*

Angelika Heinich: *Im Rahmen der Vorbereitung unserer neuen Homepage haben wir Frauen das Motto individuell ergänzt. Mein Statement lautet: „Frauen sind systemrelevant, weil sie Profis der Kommunikation und Teamarbeit sind.“ Deshalb bin ich auf Euch gekommen. Denn seit der Spielzeit 2017/2018 seid Ihr beide Intendantinnen am Hessischen Landestheater in Marburg. Gibt es eine solche Konstruktion der Teamarbeit sonst irgendwo in Deutschland, oder ist euer Modell einzigartig?*

Eva Lange: *Tatsächlich sind wir erst seit der Spielzeit 2018/2019 Intendantinnen des HLTM. Und im Bereich der Zuwendungshäuser ist unser Modell zu dem Zeitpunkt tatsächlich einzigartig gewesen. Wir sprechen manchmal – mit einem Schmunzeln – davon, dass das als Marburger Modell gern in die Geschichte eingehen darf.*

Carola Unser: *Ehrlicherweise müssen wir aber sagen, dass im Bereich des Freien Theaters z.B. das Theater Rampe in Stuttgart schon vor uns in einer Doppelspitze leitete.*

Angelika Heinich: *Was macht die gemeinsame Leitung eines Theaters Eurer Meinung nach zu einer Stärke? Und für wen? Liegt der Gewinn der Teamarbeit bei Euch, bei den Mitarbeiter\*innen oder auch beim Publikum?*

Eva Lange: *Wir glauben, dass wir zusammen mehr als die Summe unserer je eigenen Qualitäten sind. Die gemeinsame Leitung eines Theaters bedeutet schon in der Grundstruktur Diskurs. Und diesen halten wir für sehr wichtig – sowohl mit unseren Mitarbeiter\*innen als auch mit unseren Zuschauer\*innen. Außerdem haben zwei Menschen mehr Ideen als eine\*r und das ist für einen Ort wie das Theater ja nicht das Allerschlechteste. Wir können so weitere künstlerische Handschriften abbilden, können Entscheidungen doppelt prüfen und Fehler möglicherweise eher vermeiden.*

Carola Unser: *Auch die Vernetzung zu anderen Kulturschaffenden, die uns sehr wichtig ist, können wir zu zweit weiter spannen. Zweimal 150% sind mindestens 300%, wahrscheinlich aber 330%. Unsere Mitarbeiter\*innen profitieren unserer Meinung davon, dass wir immer ansprechbar sind, auch wenn eine von uns beiden inszeniert. Bei uns ist zumindest eine immer ansprechbar. Aber eigentlich auch immer beide.*

Angelika Heinich: *Bei meiner Recherche für dieses Interview bin ich auf gerade mal 16 Intendantinnen in Deutschland gestoßen. Inklusive Euch beiden. Vielleicht stimmt die Zahl nicht ganz genau, aber im Vergleich zu den männlichen Kollegen sind nur etwa 20% aller Theaterleiter\*innen weiblich. Warum ist das Verhältnis nicht ausgeglichener?*

Eva Lange: *Das hängt mit den jahrhundertealten Strukturen des Theaters zusammen, die natürlich auch ein Abbild jahrhundertalter Strukturen in der Gesellschaft sind. Die Anzahl von Frauen in Führungspositionen ist ja auch in anderen Unternehmen nicht besonders hoch, so dass sinnvoller Weise (gerade ja auch in letzter Zeit) wieder verstärkt über die Quote diskutiert wird.*

Carola Unser: *Auch braucht es mehr Förder\*innen für junge, innovative Künstler\*innen, Netzwerke, die unterstützen und die gleiche Bezahlung für die gleiche Arbeit. Was im Theater auch an vielen Stellen nicht der Fall ist.*

Angelika Heinich: *Gibt es auf bei den männlichen Intendanten auch das Modell der Doppelspitze? Wo? Und warum oder warum nicht? Kommunizieren Frauen anders? Arbeiten sie anders?*

Eva Lange: *Tatsächlich gibt es am Zimmertheater Tübingen eine männliche Doppelspitze, wobei dort es auch um zwei unterschiedliche Aufgabenbereiche geht. Auch in Zürich gibt es mittlerweile eine männliche Doppelspitze. Wie dort genau die Entscheidungsbefugnisse verteilt sind, wissen wir nicht.*

Carola Unser: *Aber das Modell der Doppelspitze, wie wir es praktizieren, ist uns so nicht bekannt.*

Angelika Heinich: *Theater ist ja eigentlich eine Branche, in der sehr viel Frauen arbeiten. So sind zum Beispiel etwa 80 % der Souffleusen weiblich. Was müsste sich im deutschen Theater ändern, damit die Frauen auch in der Führungsetage ankommen?*

Eva Lange: *Du sprichst es an: Frauen werden ja in vielen Bereichen deutlich schlechter bezahlt und auch anders gefördert als Männer. Hier können Netzwerke, Informationen und Solidarität viel helfen.*

Carola Unser: *Auch bessere Möglichkeiten, Familie und Beruf zu vereinen, wären wichtig. Care-Arbeit gerechter verteilen und Frauen und Männer gleichwertig bezahlen. Zudem Quote und Empowerment.*

Angelika Heinich: *Carola, Eva, gibt es etwas, das Ihr hier an dieser Stelle unbedingt noch loswerden möchtet? Vielleicht zu den Auricher Frauenwochen, die dieses Jahr ja bis in den Juli reichen. Oder sonst etwas?*

Eva Lange: *Besuchen Sie – wenn es wieder geht - Kulturveranstaltungen aller Art. Unterstützen Sie insbesondere freischaffende Künstler\*innen und kämpfen Sie dafür, dass Kultur ein wichtiger Teil des Lebens und der Demokratie ist. Erzählen Sie Ihren Töchtern und Enkel\*innen von den großartigen Berufen im Theater. Unterstützen Sie sie in Ihren Träumen und kreativen Ideen. Und erzählen Sie Ihnen, dass diese großartige Theater- und Orchesterlandschaft Deutschland auf jeden Fall Menschen wie Sie auf, hinter und vor der Bühne braucht. Und ja, Frauen können auch Intendantinnen werden. Wenn ihnen das liegt, dann sollten sie das sogar.*

Carola Unser: *Und kleiner Buchtipps zum Ende: „We should all be feminists“ von Chimamanda Ngozi Adichie und wenn Du am Montagabend nichts vorhast: <https://www.hltm.de/de/produktion/a-feminist-manifesto-in-fifteen-suggestions>. Herzlich Willkommen und herzliche Grüße nach Aurich!*

Angelika Heinich: *Ich danke Euch herzlich für dieses Interview und wünsche Euch weiterhin viel Erfolg bei Eurer Theaterarbeit!*

Das Interview führte Angelika Heinich. Sie ist Sprecherin der Arbeitsgemeinschaft Auricher Frauen und **Ansprechpartnerin für weitere Fragen:**

**Angelika Heinich**

Europahaus Aurich

Deutsch-Niederländische Heimvolkshochschule e.V.

Von-Jhering-Straße 33 · 26603 Aurich

Tel.: 04941 9527-17

heinich@europahaus-aurich.de



### KAMPF DER GESCHLECHTER AM BEISPIEL DER SPRACHE

„Kämpf die Geschlechtsie - am Beispiel die Sprach.“ So hätte Gsieline Geisiemeisie vor gut 30 Jahren diesen Text überschrieben. Die Regeln ihrer Femininsprach waren denkbar einfach: ... Alles wäs Fräu benützt ödsie tüt ist weiblich. Alles wäs Fräu tüt, alles wäs Fräu benützt ist femini, ist weiblich, ist „eine“ ödsie „die“. Eine Gläs, eine Tisch, eine Stühl, eine Böden, eine Lüft, eine Hüt. Alles ist femini, alles ist weiblich, alles ist eine ÜND DÄS IST GÜT SÖ! Die Missfits waren von 1985 bis 2005 das deutsche Frauenkabarettduo aus Oberhausen mit Stephanie Überall und Gerburg Jahnke. Gsieline Geisiemeisie (Gerlinde Geiermeier alias Stephanie Überall) ist die „Erfinderin“ der Femininsprach, einer Frauensprache, die 1988 im Programm der Missfits entstand. Dabei wird unter anderem in allen Wörtern er durch sie ersetzt sowie die Vokale a, o und u als Umlaute ä, ö und ü gesprochen. Es gibt nur weibliche Artikel, und aus jeder Silbe Mann oder man wird Fräu. Heute, über 30 Jahre später, fängt die Fantasie von Stefanie Überall in Deutschland an, Realität zu werden. Nicht ganz so extrem, nicht ganz so lustig. Aber heute vergeht kaum ein Fernsehabend, kaum eine Talkshow oder Nachrichtensendung, bei denen nicht von den Poltiker\*innen, den Zuschauer\*innen oder den Arbeiter\*innen gesprochen wird. Das Gendern wird derzeit in vielen Institutionen und Firmen zur gelebten Praxis.

Dennoch bleiben bei den Schreibenden viele Fragen, wie man das Prinzip am besten umsetzt. Die Schreibweise sorgt seit Jahren für viel Aufsehen. Was ist korrekt? Bürger/-innen oder Bürger/innen, Bürger\*innen oder BürgerInnen oder gar Bürger\_innen. Bei Bezeichnungen wie die Antragsteller; alle Schüler; Kollegen ist sprachlich nicht eindeutig, ob nur auf Männer referiert wird oder ob auch andere Personen gemeint sind. Warum ist das überhaupt so wichtig? Sind Frauen etwa nicht systemrelevant? Es ist eine fast unscheinbare Änderung, aber mit gewaltigen Folgen: Im Ringen um eine geschlechtergerechte Sprache schafft der Duden 2021 Tatsachen: Mieter sind für ihn jetzt nur noch Männer. Im Bemühen um eine

geschlechtergerechte Sprache ist das generische Maskulinum allerdings in Verruf geraten. Es blende die Hälfte der Menschheit, nämlich die weibliche, aus. Diese Debatte um gendergerechte Sprache betrifft uns alle. Nicht nur uns Frauen. Nein. Alle Menschen, die hier in diesem Land zusammen leben.

An diesem Beispiel der Sprachveränderung (endlich mal nicht nur das sogenannte „denglisch“) erkennen wir die gesellschaftspolitische Relevanz dieser Sache. Das stellte vor einigen Monaten Annalena Baerbock (Bundesvorsitzende der Partei „Die Grünen“) in der Sendung Anne Will am 15.11.2020 ganz klar, als sie Friedrich Merz (damals noch potentieller Kanzlerkandidat der Partei „CDU“) entgegnete: „Naja, also wenn wir in dieser Sendung darüber reden, wie wir in diesem Land in 10 Jahren leben, dann sollte schon die Hälfte der Bevölkerung da mit zugehören. Und Fakt ist, Stand heute, im Jahr 2020, dass wir strukturelle Diskriminierung haben. Von Frauen nach wie vor in diesem Land, aber auch von vielen, vielen anderen Menschen. Menschen mit Migrationshintergrund, transsexuelle Menschen, und die Frage ist doch, sieht der Gesetzgeber, der Staat, all diese Menschen, all diese Vielfalt in unserem Land, wenn wir nicht bereit sind, diese Vielfalt zu repräsentieren. Paritégesetz war ja gerade ein Punkt, ob Männer und Frauen gleichberechtigt im Parlament besetzt sind, wenn wir nicht auch anerkennen, dass Menschen mit Migrationshintergrund definitiv noch schlechter repräsentiert sind, dann haben wir ein großes Problem in unserem Land. Und wenn ich über ein gutes Leben in 10 Jahren reden will, dann will ich auch über einen gesellschaftlichen Wandel reden, wo es egal ist, welches Geschlecht ich habe, welches Einkommen ich habe, ob mein Vater Arbeiter ist oder Spitzenverdiener ist, ob ich eine Behinderung habe oder nicht, und das alles spiegelt sich in Gesetzen wider, und wenn Gesetze diskriminierend sind, dann schließt das aus. ... Wenn hier eingeladen worden wäre zu „Drei Politikerinnen treffen sich“, hätten Sie sich angesprochen gefühlt? Wahrscheinlich nicht.“ Und genau das wird aber von uns Frauen erwartet. Dass wir uns angesprochen fühlen, wenn nur die männliche Form in der Sprache genutzt wird. Es wird einfach nur von den Lehrern, den Beamten, den Aktionären und den Personalleitern gesprochen. Die Frauen können sich ja auch angesprochen fühlen. Aber umgedreht, wenn es sich im gesellschaftlichen Status um niedriger eingestufte Berufe handelt, da wird dann doch die weibliche Form genutzt wie Putzfrau, Krankenschwester, Stewardess oder Kindergartenante. Da fordert niemand, dass wir Putzmann, Krankenbruder, Steward oder Kindergartenonkel sagen. Das sagt doch etwas aus über unsere Gesellschaft, über den gesellschaftspolitischen Stand der Frau hier bei uns. Im § 3, Abs. 2 und 3 des Grundgesetzes heißt es: „Männer und Frauen sind gleichberechtigt. Niemand darf wegen seines Geschlechtes ... benachteiligt oder bevorzugt werden. Aber das generische Maskulinum ist nicht geschlechtergerecht! Vielleicht müssen wir deshalb ganz neue Wege gehen und z.B. bei Schülern von „Lernenden“ sprechen. Die Frage ist doch, welche Auswirkungen die Existenz stereotyper Geschlechtsrollenbilder auf die

Lebens- und Arbeitsbedingungen von Frauen und Männern in unserer Gesellschaft haben. Eines der Erkenntnisse der feministischen Bewegung in den 70-er und 80-er Jahren war, dass die westliche Kultur und Gesellschaft durch patriarchalische Macht- und Gesellschaftsstrukturen gekennzeichnet ist und die gesellschaftliche Geschlechterrolle nur in geringem Maße genetisch festgelegt und weitgehend Produkt einer sozialen Erziehung und Disziplinierung ist. Deshalb müssen wir Frauen endlich um unser Recht auf saubere Sprache kämpfen. Denn hinter manch unbedachter Formulierung steckt häufig eine frauenfeindliche Einstellung.

Die Corona-Pandemie hat unseren Wortschatz durchaus erweitert. In „Deutschlands Coronalexikon“ finden wir tausende Wörter und Wendungen, die durch Corona entstanden sind. So zum Beispiel Social Distancing, R-Wert, Herdenimmunität, lokaler Hotspot, 7-Tage-Inzidenz, Virologin, Epidemiologe, neue Normalität, Impfen-trum, Massentestung, Lockdown, Teil-Shutdown, Lockdown light, AHA-Regeln, Astra Zeneca, Zoom-Konferenz, Homeschooling, .... Ein Gewinn? Vielleicht. Auch wenn viele Begriffe irgendwann wieder verschwinden. Doch wird die deutsche Sprache bezogen auf den benutzten Wortschatz reicher sein? Klingt eigentlich logisch, ist aber falsch. Tatsächlich hat sich während der Pandemie das benutzte Vokabular (zumindest in den Onlinemedien) reduziert. Der Grund liegt auf der Hand: Es wurde kaum noch über andere Themen berichtet. Und das Problem des Gendern wurde dabei auch nicht gelöst. Dann machen wir mal weitsie und siefinden eine gute Feminsprach älä Gsielinde Geisimeisi.

### **Ansprechpartnerin für weitere Fragen:**

**Angelika Heinich**

Europahaus Aurich

Tel.: 04941- 9527-17

heinich@europahaus-aurich.de



## FRAUEN MIT MIGRATIONSHINTERGRUND IM BEREICH BILDUNG

Neue Aufgabe für die Frauenbewegung in Deutschland: Migrantinnen auf dem Weg zur Gleichberechtigung solidarisch unterstützen, zum Beispiel im Bereich Bildung.

Der durch die Pandemie neu geschaffene Begriff der Systemrelevanz zeigt uns, dass Frauen immer noch viele Arbeiten unsichtbar machen, z.B. die Kindererziehung und den Haushalt, oder die Pflege der Alten in der Familie. Dies gilt besonders für Frauen aus anderen Kulturkreisen.

Die aktuelle Auswertung der Daten des Mikrozensus 2019 zeigt, dass bei Menschen mit Migrationshintergrund ein Anteil von fast 40 % der Schulabgänger\*innen keinen Abschluss, bzw. nur einen Hauptschulabschluss erreichen. Dieses spiegelt sich leider dann auch bei den Zahlen derer, die eine Berufsausbildung machen, wider. Hier liegt der Anteil, derer, die ohne eine qualifizierte Ausbildung durchs Leben gehen, bei sogar fast 50 %.

Bildung ist in ihren Heimatländern für viele Frauen häufig nicht selbstverständlich gewesen. Hier in Deutschland versuchen die Familien jedoch für ihre Kinder das bestmögliche Bildungsniveau zu erreichen. Frauen über 45 Jahre haben zumeist noch eine schulische Ausbildung, aber dann keine berufliche Ausbildung durchlaufen dürfen. Sie wurden oftmals traditionell verheiratet und Weiter- bzw. Ausbildung waren für sie als nicht notwendig erachtet. Die Frauen hatten für die Familie und Kinder zu sorgen. Nur ca. 15 % aller Schulabgänger\*innen mit Migrationshintergrund haben einen Hochschulabschluss.

Durch die Pandemie wurde der Rückzug der Frauen in die Familien tendenziell gefördert, Sprach- und Integrationskurse fanden nicht statt, die Isolation wird gesteigert.

Wegen fehlender Bildung und Sprachbarrieren werden Migrantinnen nur im Billiglohnbereich Arbeit bekommen (Putzfrau, Lageristin, ...) und haben dadurch auch keinerlei Aufstiegschancen.

Deutschland sucht händeringend Arbeitnehmerinnen in vielen Bereichen. Leider sind diese Berufe häufig ohne Schulabschluss/ Ausbildung in Deutschland kaum möglich.

Die Migrantinnen kommen aus ihren mitgebrachten Rollenmustern nicht heraus, bleiben weiterhin im Haushalt und der Kindererziehung und verpassen somit den Anschluss an die Gesellschaft. Häufig bleiben sie unter sich und haben nur ganz selten Kontakt zu deutschen Frauen, die ihnen behilflich sein könnten. Frauen sind die Verlierer der Integration.

Migrantinnen haben nie gelernt, sich für ihre eigenen Belange stark zu machen. Daher brauchen sie unsere Hilfe. Ihre Männer wollen nicht, dass sie werden wie deutsche Frauen: Selbstbewusst und eigenständig.

Aus persönlichen Schilderungen hörte ich von Mädchen im heiratsfähigen Alter, selbst mit sehr guten schulischen Noten und besten Aussichten auf eine berufliche Karriere, die in den Ferien in die alte Heimat geschickt wurden, um dort verheiratet zu werden. Die Mädchen kommen gar nicht nach Deutschland zurück und werden in der Schule abgemeldet.

In Migrationskursen des Europahauses Aurich stellte sich heraus, dass eine ganze Reihe von Frauen erstmals zum Elternsprechtag ihrer Kinder eine Schule betreten haben. In ihrer Heimat war ihnen der Schulbesuch verboten. Verboten, weil sie Frauen sind.

### **Ansprechpartnerinnen für weitere Fragen:**

#### **Brigitte Weber**

Stadt Aurich  
Bildung – Soziales – Kultur  
Fockenbollwerkstr. 26 a  
26603 Aurich  
Tel.: 04941/12-3300  
weber@stadt.aurich.de

#### **Angelika Heinich**

Europahaus Aurich  
Deutsch-Niederländische Heimvolkshochschule e.V.  
Von-Jhering-Straße 33 · 26603 Aurich Tel.: 04941 9527-17  
heinich@europahaus-aurich.de

ich seh dich in



### WIE DIE MUTTER, SO DIE TOCHTER – TRANSGENERATIONALE WEITERGABE UND IHRE AUSWIRKUNGEN

Was ist denn eigentlich transgenerational? Eine Generation ist eine Gruppe von Menschen, die einen ähnlichen (zeitlichen) und inhaltlichen Erfahrungshorizont hat. Also beispielsweise Menschen, die zur Kriegsgeneration gehören oder die (19)68er Generation. Zwischen den Generationen gibt es einen dynamischen Austausch. Dabei wird mündliches Wissen zwischen 80 und 100 Jahre lang weitergegeben bevor es in Vergessenheit gerät. In jeder Familie werden auch ganz persönliche Geschichten und Erlebnisse weitergetragen und damit an die nächste(n) Generation(en) vererbt. Aber es werden auch Dinge verschwiegen, die die Kinder nicht wissen sollen. Doch auch diese verschwiegenen Geschichten werden, quasi stumm, vererbt. Sie schwelen häufig in den Familien und führen dann bei den Kindern oder Enkeln zu einem ‚unguten Gefühl‘, das sie aber nicht in Worte fassen können, weil sie ja nicht wissen, um was es geht. Und gleichzeitig gibt es Dinge, die quasi mit der Muttermilch an die Kinder weitergegeben werden. Das sind z.B. Ängste oder auch Selbstbewusstsein, Erziehungsstile und die Sicht auf die Welt.

Der Begriff der Mutter ist gesellschaftlich sehr emotional belegt. Für einige ist sie eine Heilige, für andere der Quell allen Verderbens. In der westlichen Gesellschaft ist es immer noch mehrheitlich die Mutter, die die Kinder großzieht. Dabei sind die Erwartungen an die Mutter immens: Sie soll ein aufmerksames Gegenüber sein und stets bereit die Bedürfnisse des Kindes zu erfüllen. Und sie soll das Ich, also die Persönlichkeit des Kindes entwickeln und stärken. Beim Mann sieht Sigmund Freud, Begründer der Psychoanalyse, die Mutter als erstes Liebesobjekt, dass dann später (in heterosexuellen Beziehungen), quasi als Ersatz, durch die Ehefrau ausgetauscht wird.

Vieles, von dem was ‚vererbt‘ wird, wird nicht bewusst vererbt sondern durch die Art, wie etwas formuliert wird, oder durch die eigene Einstellung weitergetragen. Ein beeindruckendes Beispiel dafür sind die Erziehungsbücher von Johanna Haarer. Sie ist Ärztin und schreibt ab 1934 einen Ratgeber für Mütter, der unter dem Titel: „Die deutsche Mutter und ihr erstes Kind“ im Nationalsozialismus zu einem absoluten Verkaufsschlager wird und bis heute in zahlreichen deutschen Haushalten zu finden ist. Das Buch enthält vielfältige und kleinteilige Anweisungen, wie die Mutter das Kind behandeln soll. Die nationalistische Prägung wird bereits in der Einleitung mehr als deutlich: „Kein Ereignis im Leben der Frau entreißt sie aber auch so sehr ihrem Einzelschicksal und ordnet sie ein in das große Geschehen des Völkerlebens wie dieser Gang an die Front der Mütter unseres Volkes, die [...] Blut und Erbe unzhlicher Ahnen [...] weitertragen und auferstehen lassen in einem neuen Geschlecht“ (Haarer, 1939, S. 5). Haarer's Buch wird bis in die 1980er Jahre in Deutschland (letztmalig 1987 im Carl Gerber Verlag, München) mit dem leicht veränderten

Titel ‚Die Mutter und ihr erstes Kind‘ weiter vertrieben. Dabei werden die explizit nationalsozialistischen Anteile des Buches weggelassen. Dennoch prägt dieser Erziehungsratgeber und die damit verbundenen Ratschläge bis heute die von Muttergeneration zu Muttergeneration weitergegebenen Hinweise zur Säuglingspflege. So sind Sätze wie: nimm das Kind nicht ständig hoch, wenn es weint, Du verhtschelst es ja“ auch weiterhin in Familien zu hören. Nur die wenigsten wissen, dass sie aus der menschenverachtenden Ideologie des Nationalsozialismus entspringen und dem damit verbundenen Menschenbild, keine engen Bindungen entstehen zu lassen. Auch Sätze wie: „Du musst das Kind auch mal schreien lassen, das kräftigt die Lunge“ sind dieser Ideologie des gesthlten Menschen, der sich nur auf sich selbst verlassen kann zuzuordnen.

Das, was wir weitergeben ist uns selbst häufig nicht bewusst. Das Wissen um die auch unbewusste Weitergabe von dem, was uns ‚eingetrichtert‘ wurde, kann helfen unser Handeln zu überdenken und auch das, was wir zukünftig weitergeben, meint Maïke Wagenaar. Sie ist Dozentin an der Hochschule Hannover und hat sich für ein Forschungsprojekt mit der transgenerationalen Weitergabe des Frauen- und Mutterbildes auseinandergesetzt. Dazu hat sie auch Frauen in Aurich befragt. Die Ergebnisse werden voraussichtlich im nächsten Jahr in einem Buch veröffentlicht. „Was ich jetzt schon sagen kann ist, dass die Weitergabe von Schuld und Scham ebenso eine Rolle spielt wie das ‚Vererben‘ von Traumata“, so Wagenaar. „Was aber auch deutlich wird, ist ein sehr spannender Blick auf die eigenen Väter und Mütter.“ Aber dazu will sie noch nicht so viel verraten.

#### ***Ansprechpartnerin für weitere Fragen:***

***Maïke Wagenaar***

*Wagenaar@hs-hannover.de*

*Tel. 0511 92 96 3148*



## GEDANKEN VON LANDFRAUEN ZUR NACHHALTIGKEIT IN DER LANDWIRTSCHAFT

Was bedeutet eigentlich Nachhaltigkeit in der Landwirtschaft? Unter Nachhaltigkeit wird der langfristig schonende Umgang mit unseren natürlichen Ressourcen, die Lebensgrundlage unserer Landwirtschaft, also Boden, Umwelt, Menschen und Tieren verstanden. Eine mögliche Herangehensweise an das Thema stellt die häufig in der Bevölkerung anzutreffende Meinung dar, dass Biobetriebe per se nachhaltiger sind als sogenannte konventionelle Betriebe.

In Biobetrieben werden keine stickstoffhaltigen Mineraldünger und keine chemisch synthetischen Pflanzenschutzmittel eingesetzt. Dafür muss der Boden wiederum stärker mechanisch bearbeitet werden, z. B. durch häufiges Striegeln und Hacken. Damit verbunden ist ein recht hoher Kraftstoffverbrauch und entsprechender CO<sub>2</sub>-Ausstoß. In konventionellen Betrieben können geprüfte und zugelassene Pflanzenschutzmittel eingesetzt werden. Allerdings mit zunehmend strengeren Auflagen. Auch stickstoffhaltige Mineraldünger, bei denen der Stickstoff aus der Luft in pflanzenverfügbaren Dünger umgewandelt wird, können zur Ertragssteigerung verwendet werden. Dieses Herstellungsverfahren ist jedoch ebenfalls sehr energieaufwändig. Schon aus Kostengründen wird jede/r Landwirt\*in bestrebt sein, den Einsatz von chemisch-synthetischem Dünger und Pflanzenschutzmitteln möglichst gering zu halten. Das umstrittene Glyphosat wird in vielen Betrieben bereits nicht mehr eingesetzt. In Trinkwasserschutzgebieten gibt es freiwillige Vereinbarungen zwischen Wasserversorgern und Landwirten in Niedersachsen, um das Trinkwasser nachhaltig vor Verunreinigungen zu bewahren.

Sehr häufig wird in der konventionellen und in der biologischen Landwirtschaft eigener Dünger aus der Tierhaltung ausgebracht. Die in der Bevölkerung oft kritisierte Gülle- und Mistausbringung ist eigentlich ein uraltes und sehr nachhaltiges Nährstoffkreislaufsystem. Kostengünstiger Mehrnährstoffdünger der Tiere wird hier auf kurzen Wegen auf die Böden ausgebracht und ergänzt die Nährstoffe, die durch die Ernte von Nahrungsmitteln entzogen wurden. Auch hier wird seit vielen Jahren die maximale Menge an Stickstoff und Phosphor pro Hektar Fläche durch den Gesetzgeber geregelt. Somit gibt es hier eine sinnvolle Bindung der Tieranzahl pro Fläche.

Bei der Tierhaltung achten viele konventionelle Landwirt\*innen bereits auf die Herkunft und Art ihrer Futtermittel. So wird an Kühe und Rinder häufig kein gentechnisch verändertes Soja aus Übersee mehr verfüttert. Es wird durch heimische Produkte, wie Raps oder Leguminosen ersetzt. So wird heute schon 70 % der Milch „ohne Gentechnik“ erzeugt. Auf das Tierwohl achten Bäuer\*innen durchaus, denn nur gesunde Tiere sichern auch das wirtschaftliche Überleben. Beispielsweise tragen bessere Ställe bei der Haltung von Kühen zu einer längeren Lebensdauer der Tiere bei.

Solche Tatsachen sind der Öffentlichkeit oft nicht bekannt. Derzeit ernährt ein/e Landwirt\*in ungefähr 140 Menschen in Deutschland. Das hat u.a. zur Folge, dass kaum jemand weiß, warum verschiedene Produktionsmethoden überhaupt angewandt werden. Wohingegen sehr viele meinen, eine gefühlte Ahnung von den Nachteilen, vor allem für die Tiere, zu haben. Letztlich ist aber dann an der Supermarktkasse kaum jemand bereit, mehr für das Tierwohl zu bezahlen. Wissenschaftler haben dieses Phänomen „Bürger-Konsumenten-Lücke“ genannt. Dabei ist eine grundsätzliche Voraussetzung für mehr Nachhaltigkeit in der Landwirtschaft, dass die Verbraucher\*innen einen angemessenen und somit höheren Preis als heute für ihre Nahrungsmittel bezahlen. Denn beispielsweise ein Aus- bzw. Umbau von Ställen für mehr Tierwohl ist von Landwirt\*innen allein nicht finanzierbar. Zu diesem Zweck wäre die Erhöhung des Mehrwertsteuersatzes von ermäßigten 7 auf volle 19 % bei Lebensmitteln eine Möglichkeit. Generell ist es wichtig, die Verbraucher\*innen an ein höheres Preisniveau zu gewöhnen.

Ein generell niedrigerer Fleischkonsum wäre für den Kampf gegen den Klimawandel wichtig. Das ist in der Wissenschaft wohl unbestritten und erscheint auch für die Landwirt\*innen, bei einem gleichzeitigen Anstieg des Preisniveaus, wünschenswert. Denn eine industrielle Landwirtschaft mit Megaställen, wünscht sich auch kaum ein Familienbetrieb.

Wie nachhaltig ein landwirtschaftlicher Betrieb ist, hängt letztendlich zum großen Teil von dem/der Betriebsleiter\*in ab. Konventionelle Betriebe können sicherlich auch von biologisch Geführten lernen. Ein großes Problem in den biologisch geführten Betrieben ist die geringere Effizienz, da die Erträge deutlich geringer als die der Konventionellen sind. Ein Mittelweg zwischen beiden Wirtschaftsweisen erscheint sinnvoll. Dies wäre wichtig, um die Ernährungssicherheit der Bevölkerung zu gewährleisten. Für die Bodenfruchtbarkeit und den Naturschutz, insbesondere die Biodiversität, wäre dies ebenso vorteilhaft.

Die Corona-Krise hat bei vielen Menschen eine Rückbesinnung auf den Wert von Lebensmitteln bewirkt. Es wird wieder mehr selbst gekocht und gebacken. Die Krise hat auch gezeigt, wie wichtig die heimische und regionale Erzeugung von Lebensmitteln ist. Bleibt zu hoffen, dass dies auch zu einem bewussteren Konsumverhalten führt.

### **Ansprechpartnerin für weitere Fragen:**

**Christa Schimmelpfeng**  
KreisLandFrauenverband Aurich  
[www.landfrauen-aurich.de](http://www.landfrauen-aurich.de)



## NACHHALTIGE KAUFENTSCHEIDUNGEN VON FRAUEN

Einkaufen macht Spaß! Wie uns das Stöbern in Klamottenläden gefehlt hat, haben wir während der Pandemie bemerkt. Ausprobieren, wie etwas wirkt, sich von einer lieben Freundin beim Einkauf beraten lassen, sich mit etwas Neuem zeigen – das macht Freude – und das ist schön!

Frauen kaufen nicht nur für sich selbst ein, sondern, wenn Familie da ist, auch für oder mit ihren Kindern – manchmal sogar für ihre Partner. Damit haben wir eine ziemliche **Marktmacht**, meist ohne uns das bewusst zu machen. Ob wir etwas kaufen oder nicht, kann einen großen Unterschied machen. Prominente Beispiele für die Wirksamkeit von Kaufboykotten sind der Boykottaufruf für südafrikanische Produkte in den 1980er-Jahren, der zum Sturz des Apartheid-Systems beitrug oder der Boykottaufruf von Greenpeace gegen Shell im Zusammenhang mit der geplanten Versenkung der Ölplattform Brent Spar in den 1990er Jahren, die nach massiven Einnahmeeinbußen Shells in Deutschland schließlich an Land verschrottet wurde.

Boykotte können wirksam sein und Firmen sind hier extrem empfindlich. Denn ganz klar ist: **Was nicht gekauft wird, das wird auch nicht produziert.** Natürlich leben wir alle im gegenwärtigen Weltwirtschaftssystem, in dem manchmal gar nicht mehr durchschaubar ist, zu wem welche Firmen gehören, sodass es schwierig wird, gezielt zu boykottieren. Wir können uns dem „Kaufzwang“ auch kaum entziehen, da wir selbst nicht über die gewünschten Produktionsmittel, wie z.B. Baumwolle, verfügen. Gleichzeitig sollte uns bewusst sein, dass wir uns alle durch unsere Kaufentscheidungen mitschuldig machen können, am Elend in den produzierenden Ländern des globalen Südens. Wer jemals in einem Stoff-Geschäft Material zum Nähen gekauft hat, der weiß einfach, dass die Produktion eines T-Shirts für zwei Euro nicht unter „normalen“ – oder sagen wir einfach menschenwürdigen – Bedingungen möglich sein kann!

Sich bei Nahrungsmitteln am besten für regionale Produkte, die gerade Saison haben und nach Möglichkeit aus kontrolliert biologischem Anbau stammen, zu entscheiden (nicht weil sie immer besser schmecken, sondern weil sie umweltverträglicher produziert werden) - das leuchtet immer mehr Menschen ein. Vielleicht, weil man hier die Zusammenhänge noch in der Umgebung sehen kann. Aber wie ist es bei Kleidung? Im Internet lerne ich, dass die Einzelteile einer Jeans, zusammengenommen schon eine Reise von 50.000 km (!) hinter sich haben und für ihre Produktion etwa 8.000 Liter Wasser verbraucht wurden ... Auch bei Kleidung lohnt es sich also, vor der Kaufentscheidung zu prüfen:

- Ist dieses Stück fair produziert, d.h. haben alle Beteiligten am Produktionsprozess, Löhne bekommen, die es ihnen ermöglichen, sich und ihre Familien zu ernähren, ohne, dass z.B. ihre Kinder - und hier insbesondere die Mädchen - arbeiten müssen anstatt zur Schule gehen zu können?
- Ist das Produkt nach Möglichkeit ökologisch produziert, also unter Wahrung von Umweltstandards, auch für die, die es bearbeitet haben? Hier gibt es Siegel, z.B. FAIRTRADE Cotton, G.O.T.S. (Global Organic Textile Standard), IVN Best, Fair Wear, Cotton made in Africa Ökotex 100 plus, Grüner Knopf
- Ist es so gestaltet, dass ich es lange tragen mag? Oder ist es mir nur für eine Saison gut genug? Je länger wir ein Kleidungsstück tragen, umso besser für die Umwelt - und für unseren Geldbeutel. Wenn es lange getragen wird, darf es dann ja aber auch etwas teurer sein, oder? (Ich stelle immer wieder fest, dass „Ökomode“ oft gar nicht teurer ist als Markenmode, aber viele kennen einfach keine Produzent:innen von Ökomode, deshalb einige Beispiele, es gibt natürlich noch viel mehr: Maas-Naturmode, hessnatur, Armed-Angels, Engel, Finkhof, Living Crafts, Cotton People, Chapati, Grünheld, ... )

Und dann gibt es noch eine weitere, wunderbare Möglichkeit umweltbewusst, Kleidung zu kaufen: **Second-Hand-Läden!** Auch wenn die hier angebotenen Sachen nicht ökologisch produziert wurden, sie müssen jedenfalls nicht neu produziert werden und das ist „quasi auch bio“. Ich bekomme ein (für mich) neues Kleidungsstück, für das keine Ressourcen neu in Anspruch genommen wurden.

Weitere Vorteile: Es wird nichts weggeworfen, was noch schön und gut zu tragen ist. Es ist wesentlich günstiger als ein Neukauf. Und: Mainstream kann jeder – aber Individualität gibt es nicht von der Stange! Da hilft das Stöbern in Gebrauchtem ungemein. Auch Tauschbörsen bieten hier eine gute Gelegenheit.

### **Viel Spaß also beim Konsumieren – auf eine andere Art!**

In Aurich haben wir (mindestens) fünf Second-Hand-Läden (auch) für Kleidung: Chicedine, Soziales Kaufhaus, Schnäppcheneck, Fundgrube Meyer, Kaufrausch in Haxtum

### **Ansprechpartnerin für weitere Fragen:**

**Agnes Hube**

Tel.: 04941-997398

E-Mail: [leben-an-der-grenze@arcor.de](mailto:leben-an-der-grenze@arcor.de)

## FRAUEN UND DER LIEBE KONSUM

Die weltweite Bevölkerung wächst. Und damit der globale Konsum. Und wegen begrenzter Ressourcen müssen Konsument\*innen zu einem klimaschonenden und gesunden Konsum kommen. Auch bei Lebensmitteln. Der Umgang mit Produkten beeinflusst immer stärker nicht nur die wirtschaftliche und soziale Situation der Menschen, sondern auch den Zustand der Umwelt. Nachhaltiger Konsum ist eine Frage des Bewusstseins. Wir können uns bei jeder Kaufentscheidung fragen: Brauchen wir das wirklich? Wie langfristig ist die Verwendung? Wer hat unter welchen Bedingungen dazu beigetragen, dass ich dies jetzt kaufen kann? So entsteht eine nachhaltige Lebensweise und ein sensibilisiertes Verbraucher\*innenverhalten: Wir sollten uns von Umwelt- und sozialen Aspekten gleichermaßen lenken lassen.

Unser Nutzungs- und unser Entsorgungsverhalten kann Ressourcen im Alltag schonen. Nachhaltige Konsumentscheidungen betreffen Frauen ebenso wie Männer. Vielleicht mit anderen Schwerpunkten. Aber eben alle Frauen. Durch unseren eigenen Lebensstil sollten wir den nachfolgenden Generationen die gleichen Möglichkeiten, in Form von Ressourcen bieten, die auch wir zur Verfügung haben. Und da wir Frauen immer und überall gut vernetzt sind, und gerade jetzt in der Pandemie als systemrelevant gelten, fällt uns eine wichtige gesellschaftspolitische Rolle in der Veränderung unseres Konsumverhaltens in Richtung Nachhaltigkeit zu.

Die Bereiche nachhaltiger Konsumentscheidungen betreffen sowohl die Reduktion des Energieverbrauchs, die Einsparung von CO<sub>2</sub> (z.B. keine Inlandsflüge, ÖPNV nutzen), aber auch das tägliche Angebot auf unserem Esstisch. Und den bestücken für die Familie nach wie vor immer noch mehrheitlich wir Frauen. Umweltfreundlich ist es, wenn wir weniger oder gar kein Fleisch/Fisch verzehren, weniger Lebensmittel wegwerfen und regional und saisonal einzukaufen. Im Idealfall sind die Lebensmittel natürlich unverpackt (Markt oder Unverpacktläden). Fastfood sollten wir meiden. Und weil Wasser nicht erst in der Zukunft unser wertvollster Rohstoff ist, gilt es in allen Bereichen, Wasser zu sparen. Und beim beliebten Shopping sollten wir häufiger mal zu Secondhand Kleidung greifen. Dort sind immerhin schon sämtliche Schadstoffe ausgewaschen und tausende Kilometer Transport unnötig. Hinzu kommt das Thema Wiederverwertbarkeit. Reparieren ist glücklicherweise wieder „in“ (z.B. Repair-Café Aurich im Familienzentrum).

Bedingt durch die Pandemie haben wir alle unser alltägliches Verhalten verändert: Wir konnten nicht mehr Essen gehen, also wurde wieder mehr selber gekocht. Welch Chance für die Nachhaltigkeit! Und plötzlich ist es sogar wieder en vogue, sich über Kochrezepte auszutauschen.

Wir durften uns nicht mehr live treffen, also begegneten wir uns in Videoschalten und sparten so auch noch Sprit und Zeit, eine wichtige Ressource. Viele junge Frauen setzen sich mit ihrem Kaufverhalten auseinander. Sie erliegen nicht mehr den Verführungen der Konsumwelt im Netz und vertreiben sich nicht mehr die Zeit damit, Berge von Kleidung zu bestellen, um dann zuhause eine Modenschau zu veranstalten, und dann die Ware doch wieder zurückschicken. Stattdessen entdecken sie, was sie selbst nachhaltig herstellen können: häkeln und stricken ist wieder im Kommen, wie viele Anleitungen auf YouTube deutlich machen. Dabei entstehen individuelle und ausgefallene Lieblingsstücke, die mit Freude getragen oder liebevoll verschenkt werden. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt und die Pandemie hat ausreichend Zeit zum Ausprobieren zur Verfügung gestellt.

Umwelt- und sozialverträglich hergestellte Produkte zu kaufen, kann politischen Einfluss auf globale Problemlagen ausüben, um die ökonomischen, ökologischen und sozialen Kosten zu minimieren. Bereits seit 2013 ist Aurich eine von über 700 Fairtrade-Städten, die sich für fairen Handel einsetzen. Zahlreiche Kooperationspartner\*innen beteiligen sich und gehen mit gutem Beispiel voran. Der Weltladen in der Burgstraße 47 ist das Informationszentrum der Fairtrade Stadt Aurich. Weitere Informationen finden Sie auch unter [www.weltladen-aurich.de](http://www.weltladen-aurich.de)

### **Ansprechpartnerinnen für weitere Fragen:**

**Angelika Heinich**  
Europahaus Aurich  
Tel.: 04941 9527-17  
[heinich@europahaus-aurich.de](mailto:heinich@europahaus-aurich.de)

**Agnes Hube**  
Tel.: 04941-997398  
[leben-an-der-grenze@arcor.de](mailto:leben-an-der-grenze@arcor.de)





# ARBEITSGEMEINSCHAFT AURICHER FRAUEN

## NETZWERKERINNEN DER AG

Agentur für Arbeit Emden-Leer  
Behindertenbeirat Stadt Aurich  
Beratungs- und Interventionsstelle bei häuslicher Gewalt (BISS)  
Deutscher Hebammenverband Kreisdelegierte  
Diakonisches Werk Aurich  
DRK Schutz- und Beratungszentrum Aurich  
DRK Frauen- und Kinderschutzhaus Aurich  
DRK Frauenberatungsstelle bei Gewalt  
Europahaus Aurich Deutsch-Niederländische Heimvolkshochschule e.V.  
Gleichstellungsbeauftragte Stadt Aurich  
Handwerkskammer für Ostfriesland  
Hebammenzentrale Aurich  
Historisches Museum Aurich  
Jobcenter Landkreis Aurich  
Jugend- und Familienzentrum Aurich AÖR  
Koordinierungsstelle Frauen und Beruf in Ostfriesland  
KreislandFrauenverband Aurich  
KVHS Aurich-Norden  
Landkreis Aurich Gesundheitsamt  
Märchen-Klang aus Fehnland  
Mother Hood e.V. Regionalgruppe Aurich  
MTV Aurich  
Stadt Aurich FD Bildung/Soziales/Kultur  
Stadtbibliothek Aurich  
Tanzgruppe Upstalsboom

V.i.S.d.P.:  
Autorinnen der Texte

Aurich im Juni 2021