



Unterstützen gemeinsam das Projekt »Starke Frauen« (von links): Jutta Schade und Silke Korn (beide Bellzett), Andreas Mohn, Diana Krüger, Eva-Maria Mohn und Corinna Bergmann (alle Andreas-Mohn-Stiftung).
Foto: Jan Dressing

Mit Selbstbewusstsein schützen

Andreas-Mohn-Stiftung unterstützt »Starke Frauen«

Bielefeld (JaD). Seit 30 Jahren ist Bellzett ein fester Bestandteil der Bielefelder Vereinslandschaft. Das Selbstverteidigungs- und Bewegungszentrum für Frauen und Mädchen wurde in seiner Arbeit nun durch eine Spende in Höhe von 500 Euro von der Andreas-Mohn-Stiftung unterstützt.

Das Geld wird dem Projekt »Starke Frauen« zugutekommen, einem Kursangebot zur Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen mit geistiger oder körperlicher Einschränkung.

Denn: Frauen mit Einschränkungen sind in besonderem Maße von Gewalt betroffen, wie eine Studie des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend zeigt.

Das Angebot richtet sich daher dezidiert an Frauen im Alter von 18 bis 60 Jahren mit geistiger, sinnesbezogener, psychischer oder körperlicher Behinderung. Die Form der Übergriffe kann sehr vielfältig sein: unerwünschte Hilfe und Entmündigung, aber auch verbale und tätliche Angriffe sowie

sexualisierte Gewalt. »Die meisten dieser Übergriffe passieren im privaten Bereich«, erklärt Bellzett-Geschäftsführerin Silke Korn.

Durch die Kurse möchte der Verein über Gewalt aufklären, Hilfs- und Bewältigungsstrategien vermitteln, aber auch das Lebensumfeld der Frauen sensibilisieren und schulen. »Wir stärken das Selbst- und Körperbewusstsein der Teilnehmerinnen. So können sie ihre eigenen Grenzen kennenlernen und Respekt für sich einfordern«, betont Jutta Schade von Bellzett.

In den Kursen lernen acht bis zwölf Teilnehmerinnen Strategien zur Selbstbehauptung: Wie sage ich deutlich »Nein«, wie kann ich mich schützen? Durch Rollenspiele werden Übergriffe in Alltagssituationen simuliert, zum Beispiel an der Bushaltestelle, und wie die Frauen sich dagegen wehren können. »Wir freuen uns, dieses Projekt zu unterstützen«, sagt Andreas Mohn. »Die Frauen ergreifen selbst die Initiative, bekommen Selbstbewusstsein und können sich vor Übergriffen schützen.«