

Weiber

ZEIT

Leicht gesagt



Liebe Leserin, lieber Leser!

Endlich gibt es wieder eine WeiberZEIT!
Die letzte WeiberZEIT
gab es vor einem Jahr.

Es gibt wieder viele Infos
über Frauen-Politik.

Und über Behinderten-Politik.

Und es gibt neue Infos über das

Bundes-Netzwerk

für Frauen-Beauftragte
in Einrichtungen.

Die Frauen-Beauftragten
haben schon viel überlegt.

Jetzt müssen die letzten Schritte
gemacht werden.

Denn im September 2019 wird das
Bundes-Netzwerk gegründet.

Wir sind alle sehr gespannt!



Dieses Mal schreiben wir
viel über das Thema
Sterben und Tod.

Das ist für Viele ein
trauriges Thema.

Wir haben mit einer Frau gesprochen,
die bald sterben muss.

Sie sagt: Sie hat nicht so viel Angst
vor dem Sterben.

Sie möchte, dass es ihr gut geht
in den letzten Monaten, die sie noch lebt.

Sie möchte anderen Mut machen,
die sterben müssen.

Und natürlich gibt es noch viele andere
Infos über Frauen mit Behinderungen.

Wir wünschen allen
viel Spaß beim Lesen.

Und wir wünschen allen
frohe Weihnachten

und einen guten Start
in das Jahr 2019!



Ihre WeiberZEIT-Schreiberinnen

Frauen dürfen seit 100 Jahren wählen

Früher hatten Frauen viel weniger Rechte als Männer.

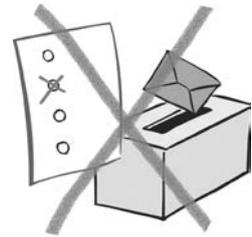
Zum Beispiel:

Frauen durften nicht wählen gehen.

Sie durften keine Politikerin werden.

Sie durften nicht in Vereinen aktiv sein.

Sie durften nicht studieren.



Damals haben Frauen auch noch lange Kleider getragen.

Frauen durften damals keine Hosen tragen.

Oder kurze Röcke.

Auf dem Foto sind ein paar Frauen von damals zu sehen.



Viele Frauen fanden es ungerecht,

dass sie weniger Rechte als Männer haben.

Deshalb haben sie sich in Frauen-Gruppen zusammen getan.

Die Frauen-Gruppen haben große Demos gemacht.

Auf den Demos haben sie zum Beispiel gefordert:

Frauen müssen das Recht bekommen, wählen zu gehen.



Die Frauen-Gruppen haben auch eigene Zeitungen gemacht.

Sie haben Artikel geschrieben über das Wahl-Recht von Frauen.

Sie haben auch Reden gehalten.

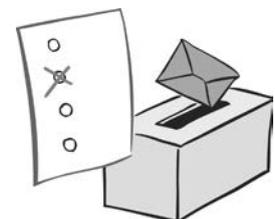
Und sie haben mit den Parteien gesprochen.



Die Frauen-Gruppen haben mehr als 40 Jahre gekämpft bis es das Wahl-Recht für Frauen gab.

Das ist sehr lange.

Vor genau 100 Jahren durften Frauen in Deutschland das 1. Mal wählen gehen.



Seitdem kämpfen Frauen immer wieder um ihre Rechte.

Auch heute haben Frauen immer noch mehr Nachteile als Männer.

Zum Beispiel:

- Frauen bekommen weniger Lohn für ihre Arbeit.
- Frauen sind seltener Chefin als Männer.
- Frauen kümmern sich öfter als Männer um die Kinder.
Und sie gehen trotzdem zur Arbeit.
Das ist oft sehr schwer.
- Frauen erleben sehr oft Gewalt.



Frauen mit Behinderung haben zusätzlich noch Nachteile.

Weil sie eine Frau sind und weil sie behindert sind.

Frauen mit Behinderung erleben zum Beispiel noch öfter Gewalt.

Und sie bekommen noch schwerer eine Arbeit als Frauen ohne Behinderung.



Deshalb müssen alle Frauen zusammen weiter für ihre Rechte kämpfen!

Es ist gut, wenn sich Frauen zusammen tun und gemeinsam kämpfen.

Denn gemeinsam sind Frauen stärker.

Was noch wichtig ist:

Dass Frauen heute wählen dürfen ist für uns ganz normal.

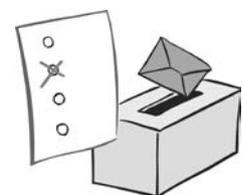
Es gibt aber immer noch Menschen, die nicht wählen dürfen:

Menschen, die eine Betreuung in allen Angelegenheiten haben.

Das ist ungerecht!

Deshalb müssen wir weiter kämpfen.

Damit bald auch alle Menschen mit Behinderungen wählen dürfen!



Martina Puschke

Wie gut ist Deutschland bei der Behinderten-Rechts-Konvention?

Die Behinderten-Rechts-Konvention ist ein Vertrag für alle Länder auf der Welt.

In dem Vertrag steht:

Menschen mit Behinderung haben alle Rechte, die Menschen ohne Behinderung auch haben.



Es gibt eine Prüf-Gruppe von Menschen aus verschiedenen Ländern.

Die Aufgabe dieser Prüf-Gruppe ist:

Sie prüfen: Halten sich alle Ländern an den Vertrag?



Deutschland wird jetzt zum 2. Mal von dieser Prüf-Gruppe geprüft.

So funktioniert die Prüfung:

- Die Vereine für Menschen mit Behinderung haben sich zusammen getan.

Sie haben überlegt:

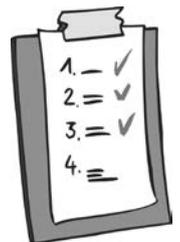
Das sind die Sachen bei denen die Prüf-Gruppe hinschauen soll.

Zum Beispiel:

Gehen Kinder mit Behinderung und Kinder ohne Behinderung zusammen zur Schule?

Können sich Menschen mit Behinderung aussuchen wo sie leben?

Wie werden Frauen mit Behinderung vor Gewalt geschützt?



- Danach haben die Vereine für Menschen mit Behinderung der Prüf-Gruppe eine lange Liste geschickt.

- Die Prüf-Gruppe hat die Liste gelesen.

Und sie hat Menschen mit Behinderungen eingeladen.

Sie konnten erzählen, dass Menschen mit Behinderungen in Deutschland noch viele Nachteile haben.

- Danach hat die Prüf-Gruppe viele Fragen aufgeschrieben.

Die Fragen muss Deutschland nun beantworten.

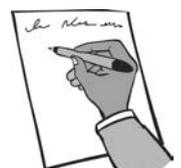
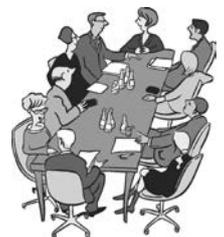
Die Bundes-Regierung hat 1 Jahr Zeit, die Fragen zu beantworten.

- Zum Schluss schreibt die Prüf-Gruppe auf:

Das macht Deutschland gut.

Wo muss Deutschland besser werden.

Damit Menschen mit Behinderungen ohne Nachteile leben können.



Brigitte Faber

Hilfe-Telefon Gewalt gegen Frauen seit 5 Jahren

Seit 5 Jahren gibt es das Hilfe-Telefon Gewalt gegen Frauen.

Frauen, die Gewalt erlebt haben, können dort anrufen.

Sie können Fragen stellen.

Zum Beispiel:

Mein Freund beschimpft mich immer.

Was kann ich tun?

Oder: Mein Kollege fasst mich immer
am Po oder an der Brust an.

Wie sage ich ihm: Ich will das nicht.



*Dir glaubt doch
eh keiner,
hat er gesagt.*

**Aber jetzt
rede ich:**



Die Beraterin beim Hilfe-Telefon hört Ihnen zu.

Sie hilft Ihnen eine Lösung zu finden.

Das Hilfe-Telefon können Sie jeden Tag anrufen.

Egal um welche Uhr-Zeit. Auch Nachts.

Der Anruf kostet kein Geld.

Die Telefon-Nummer ist: 08000 116 016



**HILFETELEFON
GEWALT GEGEN FRAUEN**

08000 116 016

Es gibt jetzt neues Info-Material vom Hilfe-Telefon.

Die Infos gibt es auch in Leichter Sprache.

Zum Beispiel ein falt-Blatt.

Oder eine Post-Karte.

Oder ein Plakat.

Sie können das Info-Material im Internet bestellen.

Das ist die Adresse: www.hilfetelefon.de



Sie können die Infos an Freundinnen oder Kolleginnen weiter geben.

Damit alle Frauen wissen:

Jede Frau kann sich Hilfe beim Hilfe-Telefon holen.

Das Info-Material kostet kein Geld.



Martina Puschke

Frauen müssen besser vor Gewalt geschützt werden

Das steht in der Istanbul-Konvention.

Die Istanbul-Konvention ist ein Vertrag für alle Länder in Europa.

Deutschland hat den Vertrag unterschrieben.

Deshalb muss Deutschland jetzt mehr für den Gewalt-Schutz von Frauen machen.



Das finden die Frauen-Ministerinnen aus den Bundes-Ländern auch.

Eine Frauen-Ministerin ist die Chefin von einem Ministerium.

Ein Ministerium ist so etwas ähnliches wie ein Amt.

Eine Frauen-Ministerin bestimmt die Politik für Frauen in einem Bundes-Land.

Zum Beispiel in Bayern.

Oder in Hessen.

Oder in Sachsen.



Die Frauen-Ministerinnen sagen zum Beispiel:

- In Wohn-Einrichtungen müssen Frauen mit Behinderung besser vor Gewalt geschützt werden.
Deshalb müssen die Heim-Gesetze neu gemacht werden.
- Es muss eine Beschwerde-Stelle für Einrichtungen geben.
Bei der Beschwerde-Stelle können Bewohnerinnen von Einrichtungen anrufen, wenn sie Gewalt erlebt haben.
Oder wenn sie gesehen haben, dass jemand Gewalt erlebt.
- Frauen-Häuser und Frauen-Beratungs-Stellen müssen barriere-frei werden.



Weibernetz sagt:

Die Istanbul-Konvention muss schneller Wirklichkeit werden.

Die Bundes-Regierung muss jetzt schnell eine Stelle schaffen.

In der Stelle muss geschaut werden:

Was muss alles getan werden für einen bessren Schutz vor Gewalt.



Martina Puschke

Geld für bessere Frauen-Häuser

Ein Frauen-Haus ist ein Schutz-Haus für Frauen.
In einem Frauen-Haus finden Frauen Schutz vor Gewalt.
Zum Beispiel wenn sie von ihrem Mann geschlagen wurden.
Und nicht mehr zu Hause wohnen können.
Dann können Frauen erst mal in einem Frauen-Haus wohnen.



Frauen-Häuser haben viele Probleme:
Es gibt oft zu wenig Geld für Frauen-Häuser.
Die meisten Frauen-Häuser sind nicht barriere-frei.
Das heißt: Frauen mit Behinderung können dort nicht wohnen.



Frauen-Beratungs-Stellen haben oft die gleichen Probleme.
Jetzt soll es Lösungen für die Probleme von Frauen-Häusern
und von Frauen-Beratungs-Stellen geben.

Frauen-Häuser und Frauen-Beratungs-Stellen
bekommen Geld von Ämtern in den Bundes-Ländern.
Oder von Ämtern aus einer Stadt.



Jetzt treffen sich die Frauen von allen Ämtern.
Sie wollen darüber sprechen:
Frauen sollen überall in Deutschland guten Schutz vor Gewalt finden.
Wie kann das gehen?



Die Bundes-Regierung will Frauen-Häuser und Beratungs-Stellen unterstützen.
Die Bundes-Regierung hat zum 1. Mal viel Geld zur Verfügung gestellt.
Zum Beispiel für den Umbau von alten Frauen-Häusern.

Weibernetz sagt:
Wir brauchen viel mehr Frauen-Häuser und Beratungs-Stellen
für Frauen mit Behinderung.
Das Geld von der Bundes-Regierung
soll für Barriere-Freiheit ausgegeben werden.
Damit Frauen im Rollstuhl in ein Frauen-Haus ziehen können.
Damit blinde Frauen in einem Frauen-Haus die Wege finden.
Damit es Infos in Leichter Sprache gibt.



Martina Puschke

Weibernetz seit 20 Jahren

Vor 20 Jahren wurde Weibernetz gegründet.

Weibernetz ist das Bundes-Netzwerk für Frauen mit Behinderung.

Weibernetz ist auch für Lesben und Mädchen mit Behinderung.

Lesben sind Frauen, die Frauen lieben.



Leider erinnert sich keine Frau mehr:

Wer hatte eigentlich die Idee für den Namen Weibernetz.

Aber die Frauen waren sich damals einig:

Weibernetz ist ein guter Name.

Weibernetz hört sich frech an.

Und alle können sich den Namen gut merken.



Im September gab es eine kleine Feier für die Mit-Frauen von Weibernetz.

Es waren auch einige Frauen da,

die Weibernetz vor 20 Jahren mit gegründet haben.

Brigitte Faber und Martina Puschke arbeiten bei Weibernetz.

Sie haben Weibernetz auch mit gegründet.

Sie erinnern sich:



Es war ganz schön schwer am Anfang.

Denn am Anfang hatte Weibernetz noch kein Geld.

Die ganze Arbeit musste ohne Geld gemacht werden.

Und einige Frauen bei Weibernetz mussten noch viel lernen.

Sie wussten noch nicht:

Wie geht eine Interessen-Vertretung von Frauen mit Behinderung?



Aber zum Glück gab es bei Weibernetz damals schon Frauen mit Erfahrung.

Sie konnten viele Tipps geben. Zum Beispiel:

Wie redet eine Frau mit einer Politikerin oder einem Politiker?

Deshalb sagen die Weibernetz-Frauen: Danke!

Danke für die vielen tollen Tipps und die gute Hilfe.



Bei der Mit-Frauen-Versammlung wurde auch der Vorstand neu gewählt.

Alle Vorstands-Frauen wurden wieder gewählt.

Sie heißen: Monika Bach, Dörte Gregorschewski, Ulrike Jähric, Magdalene Ossege und Jennifer Paula Taube.

Sie freuen sich auf die weitere Zusammen-Arbeit.

Trainerin für Frauen-Beauftragte erhält einen Preis

Nihal Arslan arbeitet in einer Berliner Werkstatt für behinderte Menschen.
 Und Nihal ist Trainerin für Frauen-Beauftragte in Einrichtungen.
 Sie hat vor 4 Jahren die Ausbildung zur Trainerin bei Weibernetz gemacht.
 Nihal ist gerne Trainerin für Frauen-Beauftragte.
 Sie setzt sich gerne für Frauen ein.



Nihal hat schon mehrere Schulungen für Frauen-Beauftragte gemacht.
 Zusammen mit ihrer Tandem-Partnerin Ursula Hansen.
 Es macht Nihal Spaß Schulungen zu machen.

Jetzt hat Nihal einen Preis bekommen.
 Ein Preis ist eine Ehrung.
 Das ist eine besondere Auszeichnung.
 Nihal wurde der Preis gegeben,
 weil sie anderen Frauen mit Behinderung Mut macht.



Der Preis ist ein Bär.
 Und es gibt Geld für ein Frauen-Projekt.



Weibernetz freut sich ganz besonders, dass Nihal den Preis bekommen hat.

Weil Nihal eine Trainerin für Frauen-Beauftragte ist.
 Und weil Nihal eine Frau mit Lern-Schwierigkeiten ist.
 Denn Frauen mit Lern-Schwierigkeiten haben noch nicht oft Preise bekommen.

Wir sagen: Herzlichen Glückwunsch Nihal!!

Das Team von Weibernetz

Infos rund um das Projekt: „Ein Bundes-Netzwerk für Frauen-Beauftragte in Einrichtungen“



Für das Weibernetz-Projekt „Ein Bundes-Netzwerk für Frauen-Beauftragte in Einrichtungen“ hat das letzte Jahr angefangen.

Es geht noch bis Ende September 2019.

Wir haben gemeinsam mit den Frauen-Beauftragten, ihren Unterstützerinnen und den Trainerinnen schon viel geschafft.

Insgesamt gab es 4 bundes-weite Arbeits-Treffen und 4 Fach-Treffen.

Auf den Treffen haben die Frauen-Beauftragten viel über das Netzwerk nachgedacht und Ideen für das Netzwerk gesammelt.

Die Unterstützerinnen und Trainerinnen helfen dabei.



Das ist bisher passiert

Gemeinsam haben wir diese Bausteine für das Netzwerk besprochen:

- Aufgaben und Ziele vom Netzwerk für Frauen-Beauftragte
- Meinungs-Bildung und Abstimmungen im Netzwerk
- Vernetzung in den Bundes-Ländern
- Ideen zum Thema Geld für das Netzwerk
- Die Satzung für das Netzwerk



Oft sind solche Themen sehr schwer.

Deshalb arbeiten wir viel in Arbeits-Gruppen mit den Teilnehmerinnen.

Dort können die Inhalte nochmal genauer erklärt werden.

„Die Frauen-Beauftragten arbeiten gut zusammen.

Es sind tolle Plakate mit vielen guten Ideen entstanden“

sagt Anita Kühnel, Projekt-Mitarbeiterin und Expertein in eigener Sache.



Das waren spannende aber auch sehr anstrengende Treffen.

Aber es hat sich gelohnt!

Die Frauen, die am Netzwerk mitarbeiten, wissen immer besser:
 Das ist ihnen wichtig für ihr Netzwerk.
 Sie haben Mut, ihre Meinung zu sagen.
 Und tauschen sich untereinander ganz viel aus.



Das Bundes-Netzwerk
 wird immer bekannter bei den Frauen-Beauftragten.
 Sehr viele neue Frauen-Beauftragte sind dazu gekommen.

Macherinnen im Bundes-Netzwerk

Ein Netzwerk braucht starke Frauen, die mitarbeiten und Ideen geben.
 Wir haben im Projekt 12 Frauen gefunden,
 die sich für das Netzwerk stark machen.
 Im Netzwerk nennen wir diese Frauen Macherinnen.
 Sie übernehmen Schritt für Schritt wichtige Aufgaben im Netzwerk.
 In Zukunft wollen die Macherinnen die Interessen
 der anderen Frauen-Beauftragten im Netzwerk gut vertreten.
 „Das Projekt-Team übergibt immer mehr Aufgaben an die Frauen.
 Sie übernehmen mehr Verantwortung und arbeiten selbstständig“
 sagt Yvonne Hasse, Projekt-Mitarbeiterin und Expertin in eigener Sache.



Zum Beispiel haben die Macherinnen
 gemeinsam mit dem Projekt-Team das Frauen-Ministerium besucht.
 Sie haben Vorträge gehalten
 und einen Einblick in das Amt der Frauen-Beauftragten gegeben.
 Die Mitarbeiterinnen vom Ministerium waren begeistert.



Wie geht es weiter?

Das nächste und letzte große Arbeits-Treffen findet im März 2019 statt. Das ist das letzte Treffen, um mit den Frauen wichtige Fragen zu klären. Danach ist noch ein halbes Jahr Zeit für die Vorbereitung. Denn am 4. und 5. September findet in Berlin die große Abschluss-Tagung vom Projekt statt. Dann soll das neue Bundes-Netzwerk für Frauen-Beauftragte gegründet werden. Und es gibt einen großen Fach-Tag zum Thema Frauen-Beauftragte in Einrichtungen.



Vor uns liegt also noch viel Arbeit.

Aber wir sind uns sicher:

Mit den vielen tollen Frauen aus ganz Deutschland gemeinsam werden wir ein starkes Netzwerk für Frauen-Beauftragte gründen.

Beatrice Gomez, Yvonne Hasse, Anita Kühnel



"Macherinnen" des Netzwerks im Bundes-Ministerium

"Es ginge noch länger, aber nicht schöner"

Kerstin Rehfeld war immer eine sehr selbst bestimmte Frau. Sie hat ihr Leben selbst in die Hand genommen. Kerstin Rehfeld hatte eine Körper-Behinderung. Und sie brauchte eine Beatmungs-Maschine. Die Maschine hat ihr Nachts beim Atmen geholfen. Kerstin Rehfeld hatte immer Assistenz und Unterstützung. Und sie war 20 Jahre lang Chefin: Sie war die Chefin von ihren vielen Assistentinnen. Irgendwann war die Arbeit als Chefin zu anstrengend für sie. Denn Kerstin Rehfeld ging es nicht mehr gut. Ihr fehlte immer mehr die Kraft für ihr Leben. Und sie merkte: Sie wollte selbst bestimmen, wann sie stirbt.



Deshalb beschloss sie: Sie zieht in ein Hospiz. Ein Hospiz ist ein besonderer Ort. Dort leben tod-krank Menschen. Die Menschen wissen: Sie sterben bald. Aber die Menschen wollen nicht in ihrer Wohnung sterben. Oder sie wollen nicht im Kranken-Haus sterben. Sie brauchen oft besondere Pflege. Und sie wünschen sich besondere Unterstützung.



Kerstin Rehfeld hat uns ihre Geschichte vom Leben und Sterben erzählt. Denn sie fand: Menschen sollen ihre Geschichten vom Sterben erzählen. Denn das Ende vom Leben ist nicht nur schlimm. Und die letzten Wochen können auch ein Geschenk sein. Menschen sollen weniger Angst vor dem Sterben haben.



Kerstin Rehfeld hat mit Martina Puschke und Brigitte Faber gesprochen. Das Gespräch war im Juli 2017. Hier die Zusammenfassung in Leichter Sprache.

Es ist normal, dass Menschen sterben

Frage: Kerstin, warum ist das Hospiz für dich wie ein Paradies?

Kerstin Rehfeld hat dazu gesagt:

Das Hospiz ist ein ruhiger Ort.

Rund um das Hospiz gibt es Natur.

Im Hospiz versorgt man sie mit allem.

Im Hospiz muss sie sich nicht um alles kümmern.

Zum Beispiel um ihre persönliche Assistenz.



Aber im Hospiz kann sie auch weniger selbst bestimmen.

Trotzdem fand sie: Das Hospiz ist der beste Ort für ihr Sterben.

Weil: Im Hospiz ist es normal, dass Menschen sterben.

Frage: Kerstin, du bist schon ganz früh ins Hospiz gezogen. Warum?

Kerstin Rehfeld hat dazu gesagt:

Sie wollte versorgt werden.

Deshalb ist sie ins Hospiz gezogen.

Eigentlich wollte sie schnell sterben.

Deshalb wollte sie die Beatmungs-Maschine gleich weglassen.

Aber dann war das Leben im Hospiz für sie gar nicht so schlimm.

Und sie hat die Maschine weiter benutzt.



Für Kerstin Rehfeld war es im Hospiz wie im Urlaub.

Sie musste sich um nichts kümmern.

Sie durfte alles machen, was sie wollte.

Sie wurde gut gepflegt.

Das fand sie schön.

Und das wollte sie genießen.



Aber sie wusste auch:

- Sie bestimmt selbst wann sie stirbt.
- Sie stirbt schneller ohne genug Essen.
- Sie stirbt schneller ohne die Beatmungs-Maschine.

Kerstin Rehfeld wollte unbedingt auf ihren Körper hören.

Sie wollte unbedingt natürlich sterben.

Frage: Kerstin, warum hattest du keine Kraft mehr zum Leben?

Kerstin Rehfeld hat dazu gesagt:

- Sie konnte nicht mehr so leben wie sie wollte.
- Ihr Leben war nicht mehr so gut.
- Sie konnte nicht mehr so viel selbst bestimmen.
- Sie konnte nicht mehr mit ihrem Hund leben.
- Sie hatte keine Kraft mehr:
Sie wollte sich nicht mehr um die ganze Assistenz kümmern.
- Ihr Körper hatte auch keine Kraft mehr.



Und das wusste sie sicher:
Sie wollte nicht im Heim leben.

Sich von der Familie und von Freundinnen verabschieden dürfen

Frage: Kerstin, warum hattest du immer Angst vor dem Winter?

Kerstin Rehfeld hat dazu gesagt:

Jede Erkältung oder Lungen-Entzündung war für sie sehr gefährlich.

Weil ihre Lunge immer schwach war.

Sie wollte nicht Ersticken.

Sie dachte: das ist ein qualvoller Tod.

Und sie wollte nicht plötzlich sterben.



Sie war froh, als sie wusste:

Sie kann selbst bestimmen, wann sie stirbt.

Und wie sie stirbt.

Und sie glaubte:

So ist es ein sanfter Tod.

Weil sie einfach einschläft.

Und nicht mehr aufwacht.

Und sie fand:

Es ist schön, sich zu verabschieden.

Zum Beispiel von der Familie.

Oder von Freundinnen.



Und dann waren alle ihre Wünsche nicht mehr da

Frage: Was ist an deinem Leben jetzt anders? Und seit wann ist das so?

Kerstin Rehfeld hat dazu gesagt:

Sie hat ihren 49. Geburtstag noch gefeiert.

Aber da hat sie schon gemerkt:

Sie schafft den 50. Geburtstag nicht mehr.

Im März 2017 ist sie noch einmal ans Meer gefahren.

Sie hat das Meer geliebt.

Aber sie hat gemerkt:

Das ist ihr letzter Urlaub am Meer.

Also hat sie sich vom Meer verabschiedet.

Und auf einmal waren auch andere Wünsche nicht mehr da.



Ihr Leben hat sich fertig angefühlt.

Deshalb konnte sie sich langsam vom Leben verabschieden.

Sie darf alles. Sie muss nichts mehr

Frage: Warum musst du jetzt nichts mehr?

Kerstin Rehfeld hat dazu gesagt:

Früher musste sie immer viele Dinge tun:

Essen, schlafen, Therapien.



Jetzt im Hospiz ist das so:

Sie will nur noch das machen was sie auch wirklich will.

Und deshalb ist ihr das auch egal:

Wenn sie deshalb früher stirbt.

Aber Kerstin Rehfeld bemerkte auch:

Manchmal will sie doch noch nicht sterben.

Denn das Leben im Hospiz macht ihr Spaß.

Im Leben immer selbst bestimmt

Frage: Welche wichtigen Dinge hast du in deinem Leben gemacht?

Was hast du selbst bestimmt?

Kerstin Rehfeld hat dazu viel gesagt. Zum Beispiel hat sie erzählt:

- Die 1. große Entscheidung war:
Sie ist von der Sonder-Schule weg gegangen.
Sie hat auf ein Gymnasium gewechselt.
Dort waren 110 Schülerinnen und Schüler.
Aber sie war die einzige Schülerin mit Behinderung.
Sie hatte keine Unterstützung.



- Die 2. große Entscheidung war:
Sie hat gemerkt, sie liebt Frauen.
In schwerer Sprache sagt man: sie war lesbisch.
Das war für eine behinderte Frau damals besonders schwierig.



- Die 3. große Entscheidung war:
Sie ist in eine eigene Wohnung gezogen.
Sie wollte selbst bestimmt leben.
Für ihre Pflege hatte sie viele Assistentinnen.



Das hat sie auch noch alles gemacht:

- Sie hat studiert.
- Sie hat immer wieder Reisen gemacht.
Sie nennt die Reisen: verrückte Urlaube.
Zum Beispiel:
 - Sie war mit einem Mercedes-Bus in Irland.
 - Sie ist mit dem Flugzeug auf die Insel La Palma geflogen.
Dort hat sie in einem Vulkan übernachtet.
 - Sie hat immer wieder in einem alten Wohn-Wagen gewohnt.
Die Assistentinnen legten sie durch das hintere Fenster ins Bett.
Denn die Türen waren für den Rollstuhl zu schmal.



Das Hospiz zeigt: Dort lebt man. Und dort stirbt man.

Kerstin Rehfeld hat sich früher überlegt:
Wie wird das, wenn sie im Hospiz lebt.
Wartet sie dann nur noch auf den Tod?

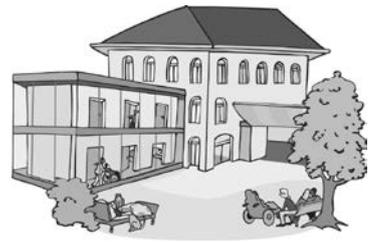
Im Juli 2017 dachte sie das über ihr Leben im Hospiz:
Sie wusste: sie hat nur noch wenig Zeit zum Leben.
Aber das war jetzt ihr Alltag.
Also dachte sie auch über Sterben nach.
Aber das war auch noch ihr Leben:
essen, schlafen, pflegen, etwas machen.

Frage: Kerstin, hier im Hospiz wird viel gelacht.
Hier wird viel gesungen.
Hier sollen alle eine gute Zeit haben.
Und hier wird gestorben.
Ist das ein besonderer Ort?

Kerstin Rehfeld hat dazu gesagt:

Ja.
Im Hospiz wird normal gelebt.
Im Hospiz wird gestorben.
Menschen warten hier nicht nur auf den Tod.
Sondern sie erlauben sich kleine, besondere Dinge.
Sie machen sich die letzte Zeit schön.

Hier im Hospiz lebt man.
Und im Hospiz stirbt man.



Am Schluss vom Gespräch bedankten wir uns bei Kerstin Rehfeld.

Wir sagten ihr:

- Danke, dass sie Zeit für das Gespräch hatte.
Obwohl sie nicht mehr viel Lebens-Zeit hat.
- Sie ist eine tolle Frau.
- Sie hat einen besonderen Lebens-Weg.
Deshalb kann sie für andere ein Vorbild sein.

Kerstin Rehfeld lachte.

Und sie sagte noch das:

Sie hatte ein schönes Leben.

Sie hatte ein reiches Leben.

Weil sie viele Menschen kannte.

Weil sie viel gemacht hat.

Und deshalb viel erlebt hat.



Übersetzung:
Susanne Göbel



Kerstin liebte das Meer

Tolle Fotos. So bunt wie das Leben

Das ist Heike Oldenburg.
 Sie scheint die Farbe rosa sehr zu mögen.
 Sie lacht in die Kamera.
 Aber der Text ist ernst.



Heike Oldenburg sagt offen:
 Sie lebt mit einem psychischen Gesundheits-Problem.
 Sie findet es schlimm, dass andere Menschen deshalb vor ihr Angst haben.

Das wünscht sie sich:
 Andere Menschen sollen keine Vor-Urteile wegen der Krankheit haben.
 Denn jeder Mensch
 kann psychische Gesundheits-Probleme bekommen.
 Andere Menschen sollen sie einfach ansprechen.



Das Foto ist eines von 52 Plakaten.
 Cassandra Ruhm hatte die Idee für die Plakat-Reihe.
 Sie hat von Mai 2017 bis Mai 2018 jede Woche ein Plakat gemacht.
 Auf den Fotos sieht man verschiedene Frauen und Männer.
 Es sind schöne Fotos.

Die Frauen und Männer zeigen offen:

- Wir sind anders.
- Wir werden deshalb schlechter behandelt.
- Aber: Wir verstecken uns nicht.

Kassandra Ruhm findet:
 Es ist gut, dass Menschen verschieden sind.
 Denn nur verschiedene Menschen machen das Leben bunt.
 Und: „bunt ist schöner“.



Das findet Heike Oldenburg auch.
 Deshalb hat sie bei der Plakat-Reihe mit gemacht.
 Sie will gegen Vor-Urteile kämpfen.
 Denn sie wird selbst immer wieder schlecht behandelt.
 Nur weil sie mit verschiedenen Behinderungen lebt.
 Und weil sie eine Frau ist.
 In schwerer Sprache sagt sie:
 „Ich fühle mich regel-mäßig diskriminiert.“



Das geht in Deutschland vielen Menschen so.
 Diese Menschen werden zum Beispiel besonders oft schlechter behandelt:

- Menschen, die mit einer Behinderung leben.
- Menschen mit dunkler Haut.
- Frauen, die Frauen lieben.
 In schwerer Sprache: lesbische Frauen.
- Männer, die Männer lieben.
 In schwerer Sprache: schwule Männer.



Kassandra Ruhm hat viele Frauen und Männer fotografiert.
 Sie zeigen sich auf den Plakaten.
 Und sie kommen zu Wort.
 Wir sollen über die Fotos und die Texte nachdenken.



Hier kann man die Plakate im Internet herunter-laden:

[www.kassandra-ruhm.de /Bilder/](http://www.kassandra-ruhm.de/Bilder/) bunt ist schöner

Das kostet nichts.

Man darf die Plakate öffentlich aufhängen.

Oder man kann sich die Ausstellung von den Plakaten ausleihen.

Heike Oldenburg
 Übersetzung: Susanne Göbel

Neue Hefte

Jetzt geht es los!

Frauen-Beauftragte in Einrichtungen starten in ganz Deutschland mit der Arbeit

Das ist das neue Heft in Leichter Sprache vom Projekt:

„Ein Bundes-Netzwerk für Frauen-Beauftragte in Einrichtungen“
im Weibernetz.

In diesem Heft gibt es Fragen und Antworten
zur Arbeit von Frauen-Beauftragten.

Zum Beispiel:

- Welche Aufgaben hat eine Frauen-Beauftragte?
- Was können Frauen-Beauftragte bei Gewalt machen?
- Woher kommt das Geld für die Arbeit der Frauen-Beauftragten?
- Welche Aufgaben hat die Unterstützerin?
- Was muss eine Unterstützerin können?
- Was mache ich, wenn meine Unterstützerin aufhört?
- Was heißt eigentlich Vernetzung vor Ort? Wie geht das?

In dem Heft gibt es Antworten auf diese Fragen.
Und es gibt Antworten auf viele weitere Fragen.

Das Heft kostet kein Geld.

Sie können das Heft bestellen bei:

Weibernetz e.V.

E-mail: frauen-beauftragte@weibernetz.de

Telefon: 0561 – 72 885 314



Jetzt geht es los!
Frauen-Beauftragte in Einrichtungen
starten in ganz Deutschland mit der Arbeit

Fragen und Antworten zur Arbeit
von Frauen-Beauftragten
in Einrichtungen



Weibernetz e.V.
Bundesnetzwerk
von Frauen, Lesben
und Mädchen mit
Beeinträchtigung



Frauen-Beauftragte
in Einrichtungen

Schulungs-Ordner in Leichter Sprache: Ich werde Frauen-Beauftragte!

Sie sind neu als Frauen-Beauftragte gewählt worden?

Sie haben ein Recht auf eine gute Schulung.

In diesem Schulungs-Ordner von Weibernetz stehen wichtige Infos,
die Sie als Frauen-Beauftragte wissen müssen.

Zum Beispiel:

- Das brauchen Frauenbeauftragte.
- Gewalt gegen Frauen in Einrichtungen.
- Rechte von Frauen in Einrichtungen.
- Tipps und Tricks für Frauen-Beauftragte.
- Check-Listen und Adressen.

Es gibt den Schulungs-Ordner auf einer CD.

Dann können Sie sich den Ordner selber ausdrucken.

Oder es gibt den fertigen Ordner.

Sie können den Schulungs-Ordner bestellen bei:

Weibernetz e.V.

E-mail: frauen-beauftragte@weibernetz.de

Telefon: 0561 – 72 885 314



Info-Heft in Leichter Sprache: Beratung für schwangere Frauen

Dieses Info-Heft erklärt:

- Was ist das Hilfe-Telefon für schwangere Frauen?
- Wer kann beim Hilfe-Telefon anrufen?
- Wie kann das Hilfe-Telefon schwangeren Frauen helfen?

Die Telefon-Nummer vom Hilfe-Telefon für schwangere Frauen ist:
0800 – 40 40 020

Es kostet nichts, wenn Sie beim Hilfe-Telefon anrufen.

Das Heft kostet auch kein Geld.

Sie können das Heft bestellen bei:

Bundes-Ministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

E-mail: publikationen@bundesregierung.de

Telefon: 030 – 18 27 22 721



Neues Heft in Leichter Sprache:

An ihrer Seite. Wie unterstütze ich Frauen, die Gewalt erlebt haben?

In diesem Heft geht es um Gewalt gegen Frauen mit Behinderung.

Hier gibt es Infos für Personen, die helfen wollen.

Sie können das Heft bestellen bei:

Mixed Pickles e.V.

E-mail: info@mixedpickles-ev.de

Telefon: 0451 – 70 21 640



Impressum

Weiber ZEIT

Erscheinungsweise: 2 x jährlich

Herausgeberin

Weibernetz e.V., Projekt „Politische Interessenvertretung behinderter Frauen“
Samuel-Beckett-Anlage 6, 34119 Kassel
Tel.: 0561/72 885-310, Fax: 0561/72 885-2310
e-mail: info@weibernetz.de, www.weibernetz.de

Alle Rechte vorbehalten. Copyright beim Weibernetz e.V. Für namentlich gekennzeichnete Beiträge sind die Autorinnen selbst verantwortlich.

V.i.S.d.P.: Martina Puschke

Lay-Out: Brigitte Faber

Druck: ausDRUCK, Kassel

Logo Weibernetz e.V.: © Ulrike Vater, Kassel

Logo Frauen-Beauftragte in Einrichtungen:

© Ulrike Vater, Kassel

Das Projekt „Politische Interessenvertretung behinderter Frauen“ wird gefördert durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend



Bildnachweis

WeiberZEIT

Fotos:

- S. 1: Archiv der Deutschen Frauenbewegung
- S. 2: © Weibernetz e. V.
- S. 3: © Regina Slabotny
- S. 5: Foto Weibernetz mit Jürgen Dusel: © Weibernetz e.V., Foto Jürgen Dusel: © Henning Schacht, Foto Ullé Schauws: © Foto AG Gymnasium Melle, Foto Yvonne Magwas: © Tobias Koch, Foto Vernetzungstreffen mit Ministerin Dr. Giffey: © Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Einzelfoto Ministerin Dr. Giffey: Bundesregierung/Jesco Denzel, Foto Sören Pellmann: <https://www.soeren-pellmann.de/medien/fotos/>, Foto mit Cornelia Möhring: © Weibernetz e.V., Einzelfoto Cornelia Möhring: www.linksfraktion.de/fraktion/frauenplenum, Foto Gülistan Yüksel: © Benno Kraehahn, Foto Stefan Schwartz: <https://www.stefan-schwartz.de/pressefoto>
- S. 6 li unten: Weibernetz, re oben: © Andrea Schatz und re unten: © Rolf Barthel
- S. 9: © Petze
- S. 10: © Brigitte Faber
- S. 11 li: © Bärbel Mickler, re: © Teresa Lugstein
- S. 12: © Kerstin Rehfeld
- S. 14 und 16: © Martina Puschke
- S. 18 unten li: © Deutscher Frauenrat

WeiberZEIT „Leicht gesagt“

Fotos:

- S. 2: Archiv der Deutschen Frauenbewegung
- S. 9 oben: © Rolf Barthel, unten: © Andrea Schatz
- S. 12: © Weibernetz e.V.
- S. 13: © Kerstin Rehfeld
- S. 19: © Martina Puschke

Zeichnungen:

- © Reinhild Kassing
- S. 1 re unten, S. 16 Mitte, S. 17 unten, S. 20 vorletztes: © Schubi Pic

Prüfung Leichte-Sprache-Texte:

Yvonne Hasse und Anita Kühnel

Regelmäßige Informationen?

- Ich möchte gerne regelmäßig kostenlos die WeiberZEIT geschickt bekommen.
- Ich möchte die Weiber ZEIT bitte als barrierefreie pdf geschickt bekommen.
- Ich möchte gerne Mitglied im Weibernetz e.V. werden.
Bitte schicken Sie mir die nötigen Unterlagen.

Name:

Adresse:

Tel. / Fax- Nr.:

e-mail: