



Newsletter STARK MACHEN e.V. Mai/ Juni 2025

Liebe Leser*innen, Wegbegleiter*innen und Interessierte,

nachhaltiger Gewaltschutz braucht Demokratie. Das haben wir z.B. im Februar 2025 erlebt, als der Bundestag das GewaltHilfeGesetz verabschiedete. Ein entscheidender Meilenstein – und das Ergebnis eines über 20 Jahre langen Kampfes von Feminist*innen und Anti-Gewalt-Initiativen, darunter auch STARK MACHEN.

Trotz Widerständen und Rückschlägen haben wir nicht aufgehört, unsere Expertise in die Politik einzubringen: durch Stellungnahmen, Anhörungen, Gutachten, Petitionen, Gesetzesvorschläge und Demonstrationen. Die Kraft, weiterzumachen, haben uns die gewaltbetroffenen Frauen gegeben, die täglich Unterstützung in Frauenhäusern und Beratungsstellen suchen. Bis unsere Stimmen nicht mehr ignoriert werden konnten. Demokratie macht das möglich.

Das Ringen um politische Veränderung ist oft mühsam und frustrierend, doch nur in einem demokratischen System können Menschen ihre Meinung äußern, protestieren, sich einbringen und mitgestalten. Und das tun wir auch weiterhin. Bis 2032, so steht es im GewaltHilfeGesetz, müssen die Bundesländer ein flächendeckendes und bedarfsgerechtes Netz an Schutz- und Beratungsangeboten schaffen. In Mecklenburg-Vorpommern wurde dafür ein Landesrat ins Leben gerufen, in dem Ministerien und zivilgesellschaftliche Organisationen zusammenarbeiten. Zudem können wir als Berater*innen aus dem Hilfenetz in einer Fokusgruppe wiederum unsere Expertise einbringen.

Dieses Gesetz zeigt einmal mehr: Die Zivilgesellschaft ist der Motor politischer Veränderungen – besonders beim Schutz vor Gewalt an Frauen. Wir möchten diesen Schutz ausweiten auf jede Form geschlechtsspezifischer Gewalt. All das ist ohne Demokratie nicht möglich. Nur in einem offenen und pluralistischen System haben wir Bürger*innen das Recht, uns einzumischen, Missstände aufzuzeigen und politische Entscheidungen mitzugestalten. Der Erfolg des GewaltHilfeGesetzes beweist: Demokratie ist keine Selbstverständlichkeit, sondern ein Werkzeug, das wir aktiv nutzen – und das selbst geschützt werden muss – für eine gerechtere, sicherere und gewaltfreie Gesellschaft.

In diesem Sinne wünsche ich eine gute Lektüre,

Ihre/ Eure Ulrike Bartel

Stichwort Gewalthilfegesetz

Verabschiedet am 31. Januar 2025 im Deutschen Bundestag, am 14. Februar 2025 vom Bundesrat bestätigt. Das Bundesgesetz sorgt für die Errichtung und Finanzierung eines verlässlichen Hilfesystems bei geschlechtsspezifischer und häuslicher Gewalt.

Historischer Schritt. Das Gesetz verankert die staatliche Verantwortung für den Schutz von Frauen und Kindern vor Gewalt. Es soll ihnen künftig **flächendeckend den niedrigschwelligen und kostenfreien Zugang zu Hilfsangeboten** ermöglichen. Die Hilfeeinrichtungen können **unabhängig vom Wohnort** genutzt werden. Sie alle müssen verbindliche Mindeststandards erfüllen.

Rechtsanspruch. Das Gewalthilfegesetz schafft **erstmals einen individuellen Rechtsanspruch** auf Schutz und Beratung für von Gewalt betroffene Frauen und ihre Kinder. Dieser gilt erst ab dem 1. Januar 2032. Bis dahin sollen die dafür notwendigen Strukturen in jedem Bundesland erweitert, gestärkt und zum Teil auch neu aufgebaut werden. In Mecklenburg-Vorpommern betrifft das das **Hilfenetz gegen häusliche und sexualisierte Gewalt**. Der **Bund beteiligt sich mit 2,6 Milliarden Euro bis 2036**, um den Ländern den Ausbau der notwendigen Strukturen zu ermöglichen.

Zentrale Ziele. Die bisherige Unterversorgung im Hilfesystem soll behoben werden. Es geht um **Intervention** bei Gewaltvorfällen, um die **Milderung der Folgen von Gewalt**, um **Präventionsarbeit** mit dem Ziel zukünftige Gewalthandlungen zu verhindern.

Nicht das Ende. Gewalt gegen Frauen ist kein privates Problem und sie betrifft nicht nur Frauen. Dieser gesamtgesellschaftlichen Aufgabe müssen wir uns gemeinsam stellen. Wir sprechen mittlerweile von transgenerationalen Gewalterfahrungen. Häusliche und sexualisierte Gewalt betreffen immer auch ein ganzes Familiensystem. Das muss berücksichtigt werden. Wir kämpfen weiter darum, dass das Gewalthilfegesetz geöffnet wird für alle Betroffenen von geschlechtsspezifischer und häuslicher Gewalt in Deutschland – unabhängig von Geschlecht oder Identität – also auch die Einbeziehung von trans*, inter* und nicht-binären Personen. Prävention und Täterarbeit werden im Gesetz zwar erwähnt – aber nicht konkretisiert. Es gibt also auch weiterhin viel zu tun!

Quelle: <https://www.frauenhauskoordinierung.de/arbeitsfelder/rechtsanspruch-auf-schutz/gewalthilfegesetz>

Good News - die Interventionsstelle Rostock bekommt mehr Personal

Das Land MV stellt ab Jahresmitte zusätzliche finanzielle Mittel zur Verfügung



Die Interventionsstellen gegen häusliche Gewalt und Stalking in Schwerin und Rostock erhalten 2025 eine zusätzliche Personalstelle, die vom Land finanziert wird. Das bedeutet: mehr Kapazitäten für die notwendige Krisenintervention nach einem Polizeieinsatz bei häuslicher Gewalt. Und endlich wieder Beratung für die mitbetroffenen Kinder und Jugendlichen. Die mussten wir in Rostock im Januar 2025 einstellen, weil wir alle personellen Ressourcen für die betroffenen Erwachsenen brauchten. Wir sind sehr erleichtert, jetzt wieder an der Seite der Kinder und Jugendlichen sein zu können. Ein wichtiger Baustein, um den Generationenkreislauf von häuslicher Gewalt aufzuhalten. Dank an alle, die sich auf politischer Ebene dafür stark gemacht haben!

Alexandra Peters, Leiterin der IST Rostock,
und Kati Voss, Kinder- und Jugendberaterin
in der Interventionsstelle Rostock



Antifeminismus gefährdet Demokratie.

Und stützt damit auch häusliche und sexualisierte Gewalt

Alljährlich verfassen alle unsere Einrichtungen [Jahresberichte](#). Und auch dort finden sich Gedanken über Zusammenhänge zwischen Rechtsextremismus, Antifeminismus und unserer Arbeit im Anti-Gewalt-Bereich - z.B. im Jahresbericht der [Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt Rostock](#).

"Im Jahresverlauf empfanden wir wie viele Menschen zunehmend Sorge und Bestürzung angesichts der gesellschaftlichen und politischen Entwicklungen – Rechtsextremismus, Rechtspopulismus und Antifeminismus gefährden nicht nur die Demokratie, sondern stärken patriarchale Strukturen, die einen wesentlichen Faktor für die Entstehung und Aufrechterhaltung geschlechtsspezifischer Gewalt darstellen..."

Von sexualisierter Gewalt sind vorrangig Frauen und Kinder betroffen. Viele Gesetze und Maßnahmen, die sie heute vor sexualisierter Gewalt schützen sollen, sind aus feministischen Bewegungen und gleichstellungspolitischen Diskursen hervorgegangen und erkämpft worden. Exemplarisch sei hier die Kriminalisierung von Vergewaltigungen in der Ehe im Jahr 1997 genannt. Oder die Reform des Sexualstrafrechts 2016, durch die erstmalig sexuelle Belästigung unter Strafe gestellt werden kann und Vergewaltigung auch dann als solche anerkannt wird, wenn der betroffene Mensch keinen aktiven Widerstand leisten konnte.

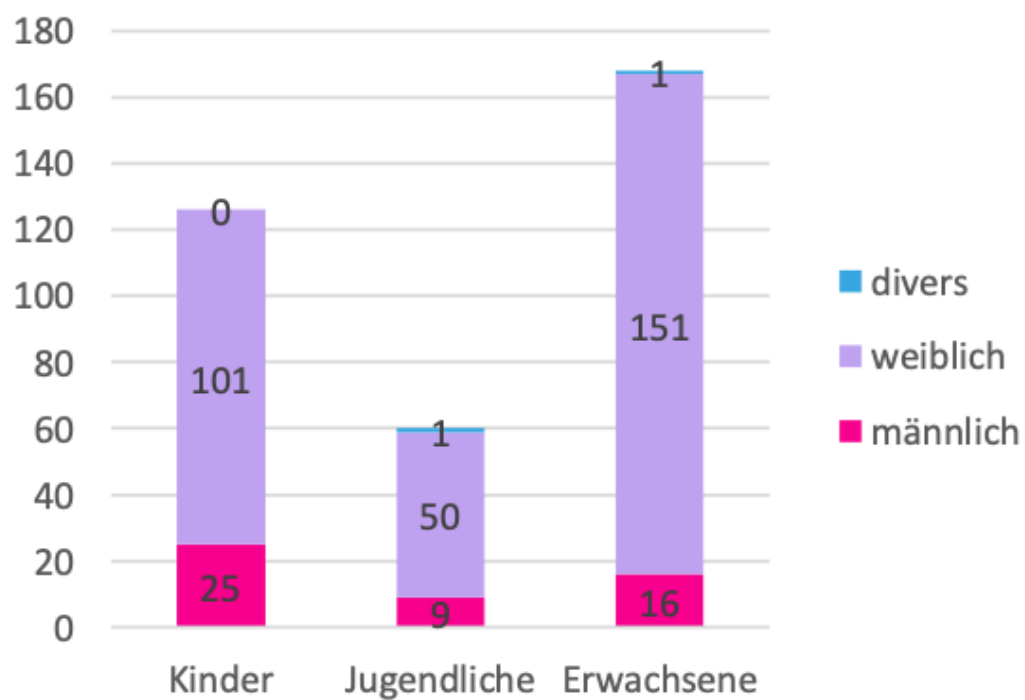
Antifeminismus, Frauenfeindlichkeit und die Rückbesinnung auf traditionelle Geschlechterrollen, Familienmodelle und Erziehungsstile gefährden den Erhalt bereits erkämpfter Maßnahmen in der Prävention sexualisierter Gewalt und befördern Risikofaktoren für deren Entstehung. Das Aufleben traditioneller Geschlechterstereotype gefährdet nicht nur die Wehrhaftigkeit von Mädchen und Frauen. Es befördert gewaltvolles Verhalten von Jungen und Männern und erschwert zeitgleich von Gewalt betroffenen Jungen und Männern die Inanspruchnahme von Hilfe.

„Umso wichtiger erschien es uns und unserem Verein, dazu nicht zu schweigen und uns auch 2024 für Vielfalt und Gleichstellung zu engagieren und klar Position zu beziehen.“

Lena Melle, Leiterin der Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt Rostock

Den vollständigen [Sachbericht 2024 der Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt](#) finden Sie hier.

Alter und Geschlecht (n=354)



Die sechs Mitarbeiter*innen der Fachberatungsstelle berieten im vergangenen Jahr (2024) 354 Personen. Ein Drittel der Betroffenen stammt aus dem Landkreis Rostock und zwei Drittel aus der Hansestadt Rostock. "Der Anteil der erwachsenen Klient*innen, die die Beratungsstelle aufgrund von sexualisierter Gewalt in Kindheit und Jugend aufsucht, liegt seit Jahren zwischen 70 und 80%. Etwa ein Viertel dieser Erwachsenen haben zusätzlich sexualisierte Gewalt im Erwachsenenalter erlebt. Mehr als Dreiviertel der 273 Betroffenen, die eine Angabe dazu machten, erlebten mehrfach, z.T. über einen langen Zeitraum hinweg sexualisierte Gewalt. Ein Drittel von Ihnen und 27% der Betroffenen insgesamt erlitt nicht nur mehrfach durch eine Tatperson, sondern durch verschiedene Täter*innen sexualisierte Gewalt. „Nur“ 23% der Betroffenen erlitten lediglich einen Übergriff." (Quelle: Sachbericht 2024, Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt Rostock).

Sexualisierte Gewalt bezeichnet Handlungen gegen die sexuelle Selbstbestimmtheit, die einhergehen mit der Verletzung der körperlichen und seelischen Integrität einer Person. Die Tatperson nutzt diese Handlungen, um die eigene Macht zu demonstrieren und Kontrolle auszuüben. Mit den Folgen der erlebten Gewalt kämpfen Betroffene oft ein Leben lang: Schmerzen, Ängste, Zwänge, Depression, Dissoziation. Die erlebte Gewalt wirkt sich aus auf die Körperwahrnehmung, das Selbstwertgefühl und die Selbstwirksamkeit vieler Betroffener.

In der Beratung finden Betroffene unabhängig von Gender und Geschlecht einen geschützten Raum, in dem sie begleitet und gestärkt werden.



Noch immer ist das Private politisch

Im Netzwerk Ehrenamt treffen sich engagierte Menschen, um praktisch zu helfen, sich politisch einzumischen und gemeinsam Neues entdecken

Was haben Frauen* und Wissen miteinander zu tun? Was bedeutet sexuelle Selbstbestimmung - so ganz allgemein - und so ganz für mich persönlich? Welche Unterstützung brauchen Menschen, die häusliche Gewalt erleben oder erlebt haben? Richten sich diese Gedanken auch an Männer*? Wer kommt mit zum nächsten Info-Stand, an dem wir über die Arbeit von STARK MACHEN e.V. informieren? Wer hat am nächsten Dienstag Zeit, einen Kuchen fürs Café zu backen? Und wer hilft am Mittwoch Lisa in ihrer neuen Wohnung, die Schränke aufzubauen? Fragen, die im Netzwerk Ehrenamt bei STARK MACHEN e.V. so oder so ähnlich an der Tagesordnung sind. Zugegeben - in umgekehrter Reihenfolge. Denn an erster Stelle steht in unserem Netzwerk Ehrenamt die praktische Unterstützung von Klient*innen unserer Beratungsstellen/ von Bewohner*innen des Frauenhauses in Rostock oder des FrauenSchutzHauses in Stralsund. Und es ist diese praktische Komponente, die Freiwillige anzieht - Menschen, die sich praktisch **und** damit gleichzeitig politisch engagieren wollen.

Das Private ist politisch, hieß es schon in den sechziger/ siebziger Jahren - und so ist es bis heute geblieben. Eines verändert sich nur langsam. Mitarbeitende bei STARK MACHEN e.V. sind vor allem Frauen - zwei männlich gelesene Personen inmitten von 29 weiblich gelesenen. Beim Netzwerk Ehrenamt ist die Schere noch größer - auch hier melden sich vor allem Frauen. Momentan engagieren sich 70 Frauen und zwei Männer.

Unser Engagement für Menschen, die von häuslicher oder sexualisierter Gewalt betroffen sind oder für die Rechte von Sexarbeiter*innen, ist hochpolitisch. Aber immer steht die Sachebene im Vordergrund. Wenn wir uns austauschen über sexuelle Selbstbestimmung, dann fallen da selten hochtrabende Worte. Es geht immer darum, was das Ganze mit mir, mit uns, mit den Menschen, die ich kenne, zu tun hat. Und jedes Mal, wenn wir auseinander gehen, ist da mindestens eine Person, die sagt: So hab ich das bisher noch nie betrachtet - aber es ist spannend und gut so. Wir reden über unsere Erfahrungen, Beziehungen zu leben. Dafür gibt es einen extra Treffpunkt. Anfangs hieß der noch Ehrenamtstreff. Aber wir gehen immer öfter dazu über, diesen Treffpunkt **Wissen? ...macht STARK!** zu nennen. Was bringt es schon, wenn eine Person anfängt, nachzudenken in einer Zeit, in der hundert- und tausendfach oder gar hunderttausendfach Wissen verpönt wird? Wir glauben, dass jeder einzelne zählt. Und dass jeder einzelne einen Unterschied macht, wenn es um die Frage geht, wie wir künftig leben wollen. Für uns ist die Antwort klar: gewaltfrei und selbstbestimmt. Aber das passiert nicht von allein. Und so möchten wir Sie und Dich gern einladen, dabei zu sein. **Ganz praktisch mit anzupacken** und zumindest einmal im Monat auch gemeinsam Neues zu entdecken auf der Wissenslandkarte von STARK MACHEN e.V. Die Termine erfahren Sie hier in unserem Newsletter oder auf unserer Webseite www.stark-machen.de. Und diese Einladung gilt ausdrücklich auch für Männer. "Die Scham muss die Seite wechseln", sagte Gisèle Pelicot, Betroffene von sexualisierter Gewalt zu Beginn eines aufsehenerregenden Gerichtsprozesses vor fast einem Jahr in Frankreich. "Aber die Scham wechselt die Seite nicht von allein!", führte Gisela Best, Referentin beim Frauenwerk der Nordkirche und Rednerin beim Tanzprotest ONE BILLION RISING im Februar auf dem Rostocker Uniplatz diesen Gedanken fort. Wir brauchen dazu sehr viel mehr Menschen, die wirklich etwas tun wollen gegen häusliche und sexualisierte Gewalt, gegen Frauenhass und für ein selbstbestimmtes Leben aller. Herzlich willkommen!

Kathrin Valtin, Netzwerk Ehrenamt bei STARK MACHEN e.V.



Na klar, auch Männer können feministisch denken und handeln

Zum Beispiel unserer Berater bei STARK MACHEN e.V.

Robin arbeitet seit Anfang 2023 in unserem [Projekt HALTestelle](#). Er begleitet sexuell grenzverletzende Kinder und deren Umfeld - also Eltern oder Bezugspersonen, Lehrer*innen, Erzieher*innen. Und er sagt von sich, dass er feministisch denkt und agiert. "Feministische Sozialarbeit bedeutet für mich als Cis_Mann vor allem, Vorbild zu sein. Mit veralteten Rollenbildern aufzuräumen und auf Missstände aufmerksam zu machen. Na klar, es gibt Unterschiede zwischen Frauen und Männern. Aber das ist ja kein Grund für Diskriminierung. Jeder Mensch sollte die gleichen Chancen haben."

Mit Rollenbildern hat Robin auch immer wieder in seiner Arbeit zu tun. Oft geht es darum, dass zum Beispiel Jungen keinen Bezug zu ihren Gefühlen haben. Und es also darum geht zu lernen, was Gefühle sind, wie sie sich bemerkbar machen und wie wir mit ihnen umgehen können. Die HALTestelle betrachtet das ganze System, in dem ein Kind lebt. Denn hier liegt oft der Schlüssel zur Veränderung. "Ein Kind, das sexuell grenzverletzend agiert, nimmt entweder die Grenzen anderer schlecht wahr oder aber übergeht diese z.T. bewusst, um nicht aushaltbare eigene Gefühle bzw. Ohnmachtserfahrung durch die Ausübung von Macht zu kompensieren.", erklärt Robin. Um das zu verändern, sind viele kleine Schritte nötig - im gesamten System des Kindes. Gefühle benennen zu können und darüber zu sprechen gehört dazu. Die Grenzen des Kindes achten - und auch die eigenen Grenzen deutlich machen. Und das alles wertschätzend. Denn es geht nicht darum, das Kind zu verurteilen, sondern seine Handlung.

Was all das mit Demokratie in unserer Gesellschaft zu tun hat? In den letzten Jahren häufen sich in öffentlichen Diskussionen grenzverletzende und menschenverachtende Standpunkte. Das Erschreckende ist, dass sich diese Standpunkte dann in grenzverletzenden Taten wiederfinden - bis hin zur gefährlichen Körperverletzung. In Rostock hat sich 2024 zum Beispiel die Zahl rechtsextremer Gewalttaten im Vergleich zum Vorjahr verdoppelt, im Landkreis Vorpommern-Rügen sogar verdreifacht (Quelle: <https://lobbi-mv.de/rechte-gewalt-2024-besorgniserregende-dynamik/>). Angegriffen werden Menschen wegen ihres Äußeren, wegen einer (oft vermeintlichen) Zugehörigkeit zu einer Partei oder zivilgesellschaftlichen Initiativen. Angegriffen werden Menschen, die sich verbalen oder körperlichen Angriffen einfach nur entgegengestellt haben. Das zunehmende Dominanzgebaren von Gruppen im öffentlichen Raum widerspricht den Grundsätzen unserer Gesellschaft, in der jede einzelne Person unabhängig von Geschlecht, Alter, Identität, äußeren Merkmalen oder politischen Überzeugungen, das Recht auf freie Meinungsäußerung und auf die Unverletzlichkeit des Körpers und der Seele hat.

Gewalt gefährdet den einzelnen und Gewalt gefährdet unsere Demokratie. Und so verbindet sich das Grundthema unseres Vereins - Menschen auf ihrem Weg in ein gewaltfreies und selbstbestimmtes Leben zu begleiten - heute so stark wie noch nie in den letzten 35 Jahren mit unserem Eintreten für eine demokratische Gesellschaft.

Termine.

Dienstag, 17. Juni 2025 - Dienstagscafé

Angebot für Klientinnen von STARK MACHEN e.V. Nähere Infos unter [ehrenamt\(at\)stark-machen.de](mailto:ehrenamt(at)stark-machen.de)
16 - 18 Uhr, Rostock

Dienstag, 17. Juni 2025 - Wissen? ...macht STARK!

Einführung in die AUM-Meditation mit Anja Trzezak, Meditationslehrerin und Tätowiererin
18 - 19:30 Uhr, Rostock, Ernst-Haeckel-Str. 1, 18059 Rostock

Montag, 23. Juni 2025 - Ehrenamts-Treff Stralsund

Bei Interesse an ehrenamtlicher Arbeit für das FrauenSchutzHaus Stralsund, die Interventionsstelle gegen häusliche Gewalt und Stalking Stralsund und BeLa Vorpommern bitte zunächst melden unter ehrenamt@stark-machen.de oder 0176 - 473 07 839 (tel., Signal, iMessage). Danke!
Nachbarschaftszentrum Grünhufe, Lindenallee 35, 18437 Stralsund

Dienstag, 24. Juni 2025 - Dienstagscafé kreativ.

Angebot für Klientinnen von STARK MACHEN e.V. Nähere Infos unter [ehrenamt\(at\)stark-machen.de](mailto:ehrenamt(at)stark-machen.de)
16 - 18 Uhr, Rostock

Donnerstag, 26.06.2025 - Naturzeit

Kostenfreies monatliches Entspannungs-Angebot für Klientinnen von STARK MACHEN e.V.,
Anmeldung per Mail oder Nachricht unter info@carolaclausen.de oder 0172-2055402
9:00 - 10:30 Uhr, Rostock

Dienstag, 02. Juli 2025 - Online-Fachtag "informiert und Augenhöhe. Sensibilisierung hinsichtlich Sexarbeit. kostenfreie Weiterbildung des Projektes SELMA für Hilfesystem, Polizei, medizinisches Fachpersonal, Studierende, Bufdis. Anmeldung: Christiane Bernhardt bernhardt@werkstatt-paritaet-bw.de

10 - 15:00 Uhr, Zoom

Montag, 07. Juli 2025 - Angehörigengruppe von Betroffenen sexualisierter Gewalt

Angeleitete kostenlose Selbsthilfegruppe für Angehörige von Betroffenen sexualisierter Gewalt. Wir sichern uns gegenseitig Vertraulichkeit und Verschwiegenheit zu. Inhalte und persönliche Daten werden außerhalb der Gruppe nicht weitergegeben. Das Angebot ist eine Kooperation zwischen STARK MACHEN e.V. und GGPmbH. Ansprechpartnerinnen sind Bianca Berg und Sabrina Drews.
Termine einmal monatlich, jeweils montags von 16 - 18 Uhr. Anmeldung: Bianca Berg - [bianca.berg\(at\)ggp-gruppe.de](mailto:bianca.berg(at)ggp-gruppe.de), mobil 0159-04 25 727, Rostock

Dienstag, 08. Juli 2025 - Pilates.

Ehrenamtlich organisiertes Angebot für Klientinnen. Um Anmeldung unter ehrenamt@stark-machen.de oder 0176 - 473 07 839 (tel., Signal, iMessage) wird gebeten.
13 - 14 Uhr, Rostock, KTV

Spenden.

Wir freuen uns über [Spenden](#) für unseren Sozialfond, unser Netzwerk STARKes Ehrenamt oder für unsere Einrichtungen - wie z.B. das Frauenschutzhause Stralsund oder unser Projekt HALTestelle.
Danke!

Spenden können entweder auf unser
[Spendenkonto](#) DE75 3702 0500 0003 8813 04 bei der SozialBank Berlin
oder hier gleich [online](#) überwiesen werden.
Gern auch per [paypal](#) an spende@stark-machen.de.

Der nächste Newsletter.

erscheint im Juli 2025. [Alle bisherigen Newsletter](#) finden sich unter Service auf unserer [Internetseite](#). Gern könnt Ihr unsere Informationen teilen oder STARK MACHEN e.V. weiter empfehlen.



Gefördert durch die

**Aktion
MENSCH**

Impressum.

Newsletter STARK MACHEN, Redaktion: Kathrin Valtin, e-mail: ehrenamt@stark-machen.de

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

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



STARK MACHEN

Gemeinsam für ein gewaltfreies
und selbstbestimmtes Leben.

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