

Frauengesundheit in Tenever
Koblenzer Straße 3a
28325 Bremen

Telefon 0421 / 40 17 28
e-mail: FGT@gmx.net
www.frauengesundheitintenever.de



Jahresbericht 2016



Expose zum Jahresbericht 2016

Frauengesundheit in Tenever (FGT) fördert seit über 26 Jahren die Gesundheit von Frauen und ihren Familien entsprechend der Ottawa Charta der WHO in Tenever.

Mit insgesamt **8.625 Kontakten** in 2016 haben die Mitarbeiterinnen den bisher höchsten Stand erreicht. Zudem wurden von **47 ehrenamtlich tätigen Frauen 859 Arbeitsstunden** eingebracht.

In 2016 führte FGT **18 Kurse und 4 Jahresgruppen bzw. Gesprächskreise** durch. Hier gab es mit **4.081 die meisten Kontakte**, davon waren **83 % mit zugewanderten Frauen**.

- Fünf Integrationskurse Alphabetisierung für Frauen in Kooperation mit der Volkshochschule Bremen Ost (VHS)
- Ein Jahreskurs Alphabetisierung und Grundbildung für Frauen, die keinen Anspruch auf eine Förderung durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge haben, finanziert über Lokales Kapital für soziale Zwecke (EU-Mittel) (12 teilnehmende Frauen mit 76 Kindern)
- Sechs Bewegungskurse wie „Lustvolle Bewegung rund um Bauch und Rücken“ oder „Fit durch Bewegung - für ältere und mollige Frauen“ in Kooperation mit der VHS
- Zwei Schwimmernkurse für Frauen im OTe Bad
- Zwei Radlernkurse für Frauen auf dem Gelände der Egestorff-Stiftung
- Zwei Präventionskurse Wassergymnastik für Frauen in Kooperation mit AOK Bremen/Bremerhaven

Gruppenangebote und offene Treffen

- Mädchengruppe mit türkischsprachigem Migrationshintergrund
- Junge Muslima aus türkischen Herkunftsfamilien
- Gesprächskreis für zugewanderte Frauen „Sprach&Sprechprojekt“ in Kooperation mit dem MigrantinnenRat (MigRa)
- Offener Nutzerinnentreff, hier vor allem deutsche ältere Frauen, die alleine leben

FGT hat **16 Gesprächsrunden zu verschiedenen Themen** mit insgesamt **289 Teilnehmerinnen** ausgerichtet.

- Sechs Gesprächsrunden mit Prof. Dr. Annelie Keil „Dem eigenen Leben auf der Spur - Probleme erkennen, Fragen stellen, Antworten suchen“
- Fünf Frauenfrühstücke mit verschiedenen Themen
- Schulung „Gut leben mit Diabetes“ mit türkischer Übersetzung in Kooperation mit der VHS Bremen Ost
- „Älter werden - der Körper verändert sich - wie komme ich damit klar?“ im Rahmen der Woche der seelischen Gesundheit

Mit **Veranstaltungen und Aktivitäten** hat FGT insgesamt **2.113 Frauen erreicht**, davon waren **über 75 % Migrantinnen**. Hier haben auch **1.191 Kinder** teilgenommen.

- Acht Badetage für Frauen und Mädchen in Kooperation mit den Bremer Bädern
- Acht Mal Frauenschwimmen in Kooperation mit den Bremer Bädern
- Sechs „Gastmahle bei Freundinnen - internationale Suppen“ finanziert über Sponsoring von Prof. Dr. Annelie Keil und Spenden

- Besuch der Kneipp-Anlage in der Egestorff-Stiftung, Tagesfahrt an die Nordsee, Weserschiffahrt, zwei Theaterbesuche
- Frauenfest zum Internationalen Frauentag, Abschiedsfest für die langjährige Kollegin, Sommerfest in Tenever, Lichterfest zum Jahresausklang

Die **Beziehungs- und Kontaktgespräche** sind auf **1.427 gestiegen**, davon 83 % mit Migrantinnen.

Von den **255 Beratungsgesprächen** in 2016 wurden **75 % mit zugewanderten Frauen**, teilweise mit **Übersetzungen** durchgeführt.



Inhaltsangabe

1. Einleitung

2. Personelle Veränderungen

2.1 Inge Koepsell's Verdienste

2.2 Ehrenamtliche Arbeit des Vorstands

2.3 Neue Mitarbeiterinnen

3. Hauptteil

3.1 Teilhabe und Integration durch Alphabetisierung

3.1.1 Alphabetisierung für Frauen

3.1.2 Integrationskurse für Frauen in Kooperation mit der VHS Bremen

3.2 Bewegung und Neues lernen

3.2.1 Radkurse

3.2.2 Schwimmkurse

3.2.3 Bewegung für ältere und ungeübte Frauen

3.3 Präventionskurse Wassergymnastik

3.4 Gruppenangebote und offene Treffen

3.4.1 Mädchengruppe mit türkischsprachigem Migrationshintergrund

3.4.2 Junge Frauen aus türkischsprachigen Herkunftsfamilien

3.4.3 Offener Treff

3.4.4 Sprach & Sprechprojekt für Migrantinnen

3.5 Gesprächsrunden und Schulung

3.5.1 Frauenfrühstück mit Thema

3.5.2 Gesprächsrunden mit Prof. Dr. Annelie Keil

3.5.3 Gesprächsrunde im Rahmen der Woche der seelischen Gesundheit

3.5.4 Diabetes- Schulung mit türkischer Übersetzung

3.6 Veranstaltungen und Aktivitäten

3.6.1 Badetage für Frauen und Mädchen

3.6.2 Frauenschwimmen ohne Kinder

3.6.3 Gastmahl bei Freundinnen - internationale Suppen

3.6.4 Frauenfest zum internationalen Frauentag

3.6.5 Kreativangebot: Gestaltung eines Wandteppichs

3.6.6 Besuch in der Kneipp-Anlage der Egestorff Stiftung

3.6.7 Besuch des Kinderfests im Bürgerpark

3.6.8 Tagesfahrt an die Nordsee

3.6.9 Sommerfest in Tenever

3.6.10 Weserschiffahrt mit der Gräfin Emma

3.6.11 Eröffnung der Foto-Ausstellung zur Berlinreise

3.6.12 Besuch einer kulturellen Veranstaltung

3.6.13 Fahne hissen zum Tag gegen Gewalt gegen Frauen

3.6.14 Lichterfest zum Jahresausklang

4. Beziehungs- und Kontaktgespräche sowie psycho-soziale Beratungen

5. Fazit und Ausblick

6. Quantitative Auswertung: Jahresüberblick in Daten

1. Einleitung

Das Jahr 2016 war für die Einrichtung stark von personellen Veränderungen geprägt, selbstverständlich bei fortlaufendem Programm. Die langjährige Mitarbeiterin Inge Koepsell ist Mitte des Jahres in ihre mehr als wohl verdiente Verrichtung gegangen. Sie hat seit 26 Jahren Gesundheitsförderung für und mit Frauen in Tenever umgesetzt. Dafür danken ihr das Team und der Vorstand, auch im Namen der Nutzerinnen von ganzem Herzen!

Ihr widmet dieser Jahresbericht das erste Kapitel und es gibt Fotos von Ihrem Abschiedsfest in diesem Bericht. Außerdem werden die weiteren personellen Veränderungen dar- und das neue Team vorgestellt, bevor im Hauptteil die Arbeit von Frauengesundheit in Tenever im Einzelnen beschrieben und ausgewertet wird. Hier schon zu erwähnen ist ein **neues Angebot** in 2016: das **Sprach&Sprechprojekt für Migrantinnen** in Kooperation mit dem Migrantinnen Rat (MigRa).

Das Team des FGT blickt zudem stolz und mit Ehrfurcht auf die Leistungen unseres ehrenamtlichen Vorstands, bestehend aus Dr. Rosemarie Klesse, Hildegard Brandt und Sigrid Heidmann. In den letzten zwei Jahren haben sie unglaublich viele ehrenamtliche Arbeitsstunden in die Zukunftssicherung der Einrichtung gesetzt. Herzlichen Dank an Euch dafür!

Zum Schluss erfolgt ein Fazit und Ausblick sowie die statische Auswertung im Einzelnen.



2. Personelle Veränderungen

Schon im vorletzten Jahr hatten sich alle Beteiligten auf die Verrichtung von Inge Koepsell vorbereitet. Allen war klar, dass es sehr schwer würde, eine Nachfolgerin mit einer fachlichen Ausrichtung sowohl in psycho-sozialer Beratung als auch für den finanziellen Bereich zu finden. Gemeinsam wurde entschieden, eine halbe Stelle für Finanzen und Verwaltung sowie eine halbe Stelle für Gesundheitsförderung bzw. pädagogische Arbeit auszuschreiben.

Wir verabschiedeten in 2016 zwei geringfügig Beschäftigte. Ilse Bolte, die mehr als sieben Jahre einmal die Woche den Finanz- und Verwaltungsbereich bearbeitet hat, war froh ganz in Rente gehen zu können. Gabriella Röhrig fand sehr schnell eine feste Stelle. Wir danken beiden für ihre zuverlässige und engagierte Arbeit.

2.1 Inge Koepsell's Verdienste



Mehr als ein Vierteljahrhundert, genau 26 Jahre hat Inge Koepsell im Verein „Frauen und Gesundheit“ gearbeitet. Sie hat die Strukturen mit aufgebaut und den Gesundheitstreff für Frauen (anfangs hieß die Einrichtung so) im Stadtteil und über Bremen hinaus bekannt gemacht. Sie war stets die kontinuierliche Kraft, die einen sehr verbindlichen Kontakt zu den Frauen aufgebaut hat. Viele Nutzerinnen haben eine enge und vertrauensvolle Beziehung zu ihr. Eines ihrer größten Verdienste ist ihre offene und aufgeschlossene Weise auf die Frauen zuzugehen und ihr Vertrauen zu gewinnen.

Inge Koepsell hat nach ihrer Ausbildung zur Kinderkrankenschwester Sozialpädagogik an der Universität Bremen studiert und später eine zweijährige Weiterbildung zur Fachkraft für kommunale Gesundheitsförderung absolviert. So war sie gut ausgebildet, um auch die Beratungen der Nutzerinnen zu übernehmen, die sie sehr umsichtig und verbindlich ausführte. Oft entwickelte sich aus einem Kontaktgespräch eine Beratung. Inge erkannte stets, ob ein sofortiges Gespräch nötig ist oder ob es möglich ist mit der Nutzerin einen Termin zu verabreden. Wichtig in der Beratungsarbeit des FGT ist, dass die Frauen selbst ihren eigenen Weg zur Problemlösung entwickeln. Inge hat sie bei den ersten Schritten begleitet und sie ermutigt. Die Frauen werden immer als gleichwertiges Gegenüber und als selbst Handelnde betrachtet. Aufgrund der Bewohnerinnenstruktur in Tenever mit einem Anteil von etwa 80 Prozent MigrantInnen kommen sehr viele Nutzerinnen in die Einrichtung, die wenig oder gar nicht deutsch sprechen. Inge ist eine Meisterin in einfacher Sprache und konnte sich mit allen verständigen. Sie hat stets diejenigen Frauen mit den geringsten Chancen im Blick gehabt: die Frauen, die nie lesen und schreiben gelernt haben, die aufgrund mangelnder Sprachkenntnisse ausgegrenzt sind, die Mütter mit vielen Kindern, die Unglaubliches leisten und diejenigen, die sich nie etwas leisten können und sich selbst als letzte bedienen. Die Armut der Frauen und Familien ist für Inge ein zentrales Problem, auch besonders die Altersarmut von Frauen. Sie erlebte mit vielen Nutzerinnen gemeinsam verschiedene Lebensphasen und konnte diese mit ihnen reflektieren. Wichtig war ihr immer, dass Frauen unterschiedlicher Herkunft, unterschiedlichen Alters und unterschiedlicher sozialer Lage miteinander in Kontakt kommen und sich kennen lernen. „Die Gesundheitsarbeit ist immer verbunden mit Integrationsarbeit“ sagte Inge Koepsell in einem Interview mit dem *Weser Kurier*. (WK, Stadtteilkurier Ost, 06.06.2016)

Abschließend müssen auch ihre Fähigkeiten gelobt werden, die sie bei den Finanzen bewiesen hat. Über 26 Jahre kontrollierte sie die Finanzen, schrieb Anträge und Berichte. Wenn es bürokratische Hürden gab, hat sie sich nicht nur geärgert, sondern auch versucht diese zu verändern. Sie war immer sofort am Telefon, um mit den BehördenmitarbeiterInnen und politischen VertreterInnen gemeinsam Lösungen zu finden.

Und last but not least war Inge eine wunderbare Kollegin, mit der es eine große Freude war zusammen zu arbeiten.

2.2. Ehrenamtliche Arbeit des Vorstands

Die Veränderungen im Team forderten auch die Vorstandsfrauen neu, sie haben sehr, sehr viele Stunden ehrenamtlich eingebracht. Neben der regulären Arbeit nahmen sie regelmäßig an der Organisationsberatung zur Vorbereitung eines guten Übergangs teil. Zwei Vorstandsfrauen haben sich viel Zeit genommen und ein Handbuch entwickelt und geschrieben, indem sie alle Arbeitsbereiche und Aufgaben der Mitarbeiterinnen in Interviews erfragt und diese strukturiert aufbereitet haben. Nun können die neuen Mitarbeiterinnen im Handbuch nachlesen, wie was gehandhabt wird.



Zudem waren die Vorstandsfrauen bei allen drei Bewerbungsrunden engagiert und wählten gemeinsam mit dem Team die neuen Mitarbeiterinnen aus.

Das war eine enorme Leistung, dafür gebührt ihnen ein großes Dankeschön!

2.3. Neue Mitarbeiterinnen

Im Februar konnte Susanne Möser für den Bereich Verwaltung und Finanzen eingestellt werden. Sie ist 49 Jahre, Diplom Kauffrau und hat eine Fortbildung im Bereich Personal- und Sachbuchhaltung absolviert. Aufgrund ihrer längeren Familienphase hat FGT für sie einen Eingliederungszuschuss von der Agentur für Arbeit erhalten.

Von der zweiten Neueinstellung trennte sich FGT nach zwei Monaten wieder, da es leider nicht zusammen passte.

Im Oktober wurde Janine Precht als pädagogische Mitarbeiterin eingestellt. Sie ist 29 Jahre, Physiotherapeutin und hat Gesundheitswissenschaften (Bachelor) an der Universität Bremen studiert. Da Janine Precht noch nicht für den Bereich Beratung qualifiziert ist, wurde verabredet, dass sie sich fortbildet und die Weiterbildung „Krisenintervention in der frauenspezifischen Beratung“ in 2017 besucht.

Für die Zwischenzeit wurde Anke Wolters, eine frühere Mitarbeiterin im FGT und erfahrene Beraterin sowie Elke Sophie Glenk als weitere Beraterin auf geringfügiger Basis eingestellt. So konnte die Beratung der Nutzerinnen weiter gewährleistet werden.

Für 2017 wurde ein Antrag für die Maßnahme LAZLO beim Jobcenter gestellt. Dieser wurde bewilligt und zu Januar 2017 kann Semra Güler für zwei Jahre befristet eingestellt werden.

3. Hauptteil

3.1 Teilhabe und Integration durch Alphabetisierung

3.1.1 Alphabetisierung für Frauen

Der Kurs fand zweimal wöchentlich vormittags jeweils 3 bzw. 4 Stunden statt. Die letzte halbe Stunde diente der Förderung einzelner Frauen und ist in der Regel eine Lesezeit. Der Kurs wird über Lokales Kapital für soziale Zwecke (LOS) finanziert.

Der Kenntnisstand der Teilnehmerinnen war auch in diesem Kurs sehr unterschiedlich.

Fast alle Frauen kennen die Buchstaben. Das richtige Aussprechen der Buchstaben und das Sprechen in ganzen Sätzen wurde immer wieder geübt. Nach wie vor mussten die schwierigen Umlaute und Buchstabenkombinationen (au, ä, äu, ei, eu, ö, ü, ck, st,) durchgenommen und

wiederholt werden (hören, sprechen, lesen, schreiben). Silbenübungen und verstehendes Lesen waren regelmäßige Inhalte.

Die Frauen lernten den richtigen Satzbau und haben angefangen regelmäßige Verben zu konjugieren.

Schwierig waren Bild- und Wortzuordnungen. Die Lehrerin stellte kleine Bildergeschichten vor. Die Aufgabe bestand im Verstehen, Nacherzählen und im Schreiben einzelner Sätze.

Mit viel Gelächter über die eigenen Formulierungen konnten die Bildergeschichten mit Einschränkungen wiedergegeben werden. Vielen Teilnehmerinnen bereitete es große Mühe, die Bilder in Worte und Sätze zu kleiden. Neu waren auch die Frageformen nach Ort, Zeit, Person und Umstand. Auch die Verneinung mußte mühsam gelernt werden.

Die Zahlen wurden immer wieder geübt. Das Aufsagen der eigenen Telefonnummer und Einkaufspreise half hier sehr gut.

Danach wurden die Uhrzeiten, Monate und Jahreszeiten in Angriff genommen.

Redewendungen wie „ich hätte gern...“, was kostet..., ich brauche einen Termin“ etc. waren häufige Inhalte des Unterrichts. Termine vereinbaren und absagen, um Hilfe bitten und Einkäufe tätigen wurden durch Rollenspiele gefestigt. Einige Frauen kennen die Notdienstnummer und wissen was sie beim Anruf vermitteln müssen.

Große Probleme bereitete den Teilnehmerinnen die Orientierung im Raum und nach dem Weg zu fragen. „Rechts, links, geradeaus, über, unter“ wurde mit folgendem Beispiel anschaulich gemacht: Auf einem Lageplan waren Bank, Post, Supermarkt etc. markiert und die Frauen beschrieben ihren Weg dorthin.

Eine große Herausforderung war die Orientierung auf der Weltkarte und auf dem Globus. Die Frauen suchten ihr Heimatland mit der Hauptstadt auf der Weltkarte und auf dem Globus und zeigten sich sehr neugierig auf den „Rest der Welt“.

Da einige Frauen mit ihren Familien auf Wohnungssuche waren, konnte das Thema Wohnen, Zimmer, Größe, Einrichtungen etc. ausführlich behandelt werden.

Das Lerntempo war sehr unterschiedlich. Es gab zwei Gruppen: die langsam Lernenden, die kaum Kontakt mit anderen Deutsch sprechenden Menschen haben. Richtige Aussprache und das Vokabel lernen fiel ihnen ungeheuer schwer, da ihnen die Familie kaum Zeit zum eigenen Lernen ließ. Die schnell Lernenden sind ganz aktiv geworden. Sie halfen beim Übersetzen, machten mit Begeisterung die Hausaufgaben und lernten teils mit ihren Kindern zusammen.

Insgesamt haben alle Frauen viel besser Schreiben gelernt und übten mit Begeisterung. Die Schrift ist klarer, sicherer und lesbarer geworden. Das Verstehen und die Aussprache aller Frauen verbesserte sich sehr. Die soziale Kompetenz, die Kommunikationsfähigkeit und die Verbindlichkeit haben deutlich zugenommen. Alle Frauen lernen gerne und sind stolz auf ihre Leistung. Einige würden gerne jeden Tag kommen.



Erkundungen und Praxisanteile

Es fanden **gemeinsame Frühstücke** statt (Jede brachte etwas mit, Austausch von Rezepten, was wird in den Herkunftsländern gegessen und zubereitet, Gespräche: wie geht es mir/dir?). Diese Veranstaltungen waren eine sehr geschätzte Form des Lernens und der Begegnung.

Die Kursleiterin unternahm mit den Frauen kleine Spaziergänge durch Tenever zur Ortserkundung, Bewegung an der frischen Luft und zum Führen von informellen Gesprächen. Die Frauen erfuhren, wo andere Kursteilnehmerinnen wohnten und lasen sich Schilder an Postkästen vor.

Der **Ausflug in die Innenstadt** mit Überfahrt über die Weser und Besuch des Abenteuerspielplatzes erfreute die Frauen sehr, einige bekamen Lust, mit ihren Familien dorthin zu fahren.

Die Fahrt in die Innenstadt mit **Besichtigung des Doms und der Bremer Stadtmusikanten** war für viele Frauen sehr aufregend. Sie fanden den Dom sehr schön und imposant. Neugierig lauschten sie den Informationen über das Rathaus. Viele Frauen kannten die Innenstadt bisher nur von Schaufenster anschauen und Einkäufen mit der ganzen Familie.

Der **Besuch des Klinikums Bremen Ost** war ein besonderer Höhepunkt. Obwohl die Frauen keine Lust auf diese Aktivität hatten, reagierten sie erfreut auf die herzliche Begrüßung durch die Frauenbeauftragte des Klinikums. Die Teilnehmerinnen waren erstaunt über die Größe des Gebäudes und über die Breite der Behandlungsmöglichkeiten. Sie besuchten die Notfallambulanz, verschiedene Stationen und die neue Demenzstation.

Sie waren sehr interessiert, ließen sich die verschiedenen Arbeitsbereiche in der Küche und die Bettenabteilung in der Wäscherei zeigen. In der Küche sahen sie die Anlieferung der Lebensmittel, erfuhren wie und was gekocht wird und wie viele Essensportionen am Tag ausgegeben werden.

Sie staunten über die vielen automatischen Abläufe, über die rollenden Tablettts und über die hohe Geschwindigkeit der Spülmaschinen.

Potentielle Arbeitsmöglichkeiten rückten in die Vorstellung einzelner Teilnehmerinnen.



3.1.2 Integrationskurse Alphabetisierung für Frauen in Kooperation mit der VHS Bremen

In 2016 wurden 4 komplette Module und ein „halber“, fortlaufender Kurs aus 2015 durchgeführt. Die Integrationskurse finden in Kooperation mit der VHS Bremen Ost statt und werden über das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) finanziert. Es haben zwischen 13 und 10 Frauen teilgenommen. Da die Finanzierung individuell nach Anspruch der Teilnehmerinnen berechnet wird, verändern sich die Gruppenzusammensetzungen in den einzelnen Modulen. Besonders auffällig ist bei den Frauen, dass es immer wieder auch längere Unterbrechungen in ihren jeweiligen Kursverläufen durch Schwangerschaften, chronische Erkrankungen, Arbeitsaufnahmen, Betreuung von Kindern, etc. gibt. So kommen manches Mal Frauen, die noch einen restlichen Anspruch von 200 oder 300 Stunden haben in den Kurs, während andere schon im vorletzten Modul ihren gesamten Anspruch aufgebraucht haben. Gemeinsam mit den Mitarbeiterinnen der VHS schauen die Kursleiterin und die Mitarbeiterin des FGT, dass die Teilnehmerinnen gute weitere Optionen auf Spracherwerb oder auch eine berufliche Orientierung erhalten. Letzteres ist eher selten, aber möglich, wie es das Beispiel einer irakischen Frau beweist. Sie hatte bei uns verschiedene Alphabetisierungsmodule durchlaufen, danach weitere Deutschkurse und die Abschlussprüfung absolviert und arbeitet heute als Übersetzerin in einer Erstaufnahme-Einrichtung für das BAMF. Leider gibt es auch immer wieder die gegensätzliche Variante: Frauen, die ihr gesamtes Stundenkontingent zum Deutschlernen aufgebraucht haben, aber nicht in Übung bleiben, weil zuhause die Muttersprache gesprochen wird. Wenn sie nach Jahren, in denen sie zuhause Kinder betreut und die Familie versorgt haben, wiederkommen, wollen sie erneut Deutsch lernen. Sie haben vieles vergessen, weil ihnen der Austausch in deutscher Sprache fehlte. Daher sind Gesprächskreise in deutscher Sprache für diese Frauen besonders wichtig.

Zudem lernen die Teilnehmerinnen die Mitarbeiterinnen kennen und nehmen an verschiedenen anderen Veranstaltungen oder Kursen teil wie dem Gastmahl bei Freundinnen oder dem Schwimmkurs. Oft kommen die Frauen vermittelt durch die Kursleiterin auch mit ihren Problemen in die Beratung.

3.2 Bewegung und Neues lernen



3.2.1 Radkurse

Frauengesundheit in Tenever hat **zwei Radfahrerkurse** organisiert und erfolgreich durchgeführt. Es haben insgesamt 18 Frauen aus unterschiedlichen Herkunftsländern teilgenommen. Darunter auch geflüchtete Frauen, die erst seit kurzem in Bremen sind und noch in Übergangwohnheimen leben. Die sprachliche Hürde hat dabei zu einem Missverständnis mit einer jungen Frau aus dem Iran geführt. Nach der Anmeldung kam sie die ersten Termine nicht und später als sie zu dem Kurs dazu kam, stellte sich heraus, dass sie bereits fahren konnte. Sie war dann gleich mit dem Rad unterwegs und genoss es sichtlich, sich in aller Öffentlichkeit mit dem Fahrrad fortzubewegen. Später erzählte sie, dass sie heimlich in der Nacht in Teheran das Radfahren erlernt habe.

Die anderen Frauen haben zunächst mit einem Roller geübt, ihr Gleichgewicht zu halten. Danach erst stiegen sie auf die Trainingsräder, dessen Pedale eingeklappt werden konnten und auf denen sie nun wie mit einem Laufrad weiter ihr Gleichgewicht trainierten. Jede Frau brauchte unterschiedlich lange bis sie sich traute, in die Pedalen zu treten und ihre ersten Runden zu fahren. Die Roller und Räder wurden vom ADFC gestellt und geübt wurde in der ruhigen, von der Öffentlichkeit abgeschirmten Parkanlage der Egestorff-Stiftung.

Nur eine ältere deutsche Frau ist frühzeitig wieder ausgestiegen. Weil sie ihre Ängste und Unsicherheit nicht überwinden konnte, entschied sie sich, auf das Radfahren zu verzichten.



3.2.2 Schwimmkurse

Die **Schwimmkurse für Frauen** sind sehr stark nachgefragt. Das liegt zum Einen an der Besonderheit, dass wir den Schwimmkurs nur für Frauen und in einem geschützten Rahmen anbieten und zum Anderen an dem bezuschussten Kostenbeitrag, so dass auch Frauen mit wenig Geld sich den Kurs leisten können.

Die Teilnehmezahl ist auf acht Teilnehmerinnen begrenzt. So haben an zwei Kursen insgesamt 16 Frauen teilgenommen. Alle Frauen, die regelmäßig teilgenommen haben, haben das Schwimmen gelernt und sind als Schwimmanfängerinnen von uns motiviert worden, unsere Frauenschwimmtage im OTe Bad zu nutzen, um das Gelernte zu verfestigen. Eine Frau im ersten Kurs konnte aufgrund einer Erkrankung den Kurs nicht zu Ende führen.

Im zweiten Kurs im Herbst gab es leider eine Auseinandersetzung mit zwei Frauen und der Schwimmlehrerin. Die beiden Frauen waren befreundet und kamen erst zum zweiten Termin. Bei diesem für sie ersten Mal hatte besonders eine der Beiden sehr starke Ängste vor dem Wasser und hat sich nicht tiefer hineingetraut, obwohl die Kursleiterin im Becken mit 1,60 m Wassertiefe neben ihr stand und sie halten wollte. Nach dem Kurs haben sich die Beiden über die Lehrerin beschwert und fragten, ob die Lehrerin aus Pakistan käme. (Diese Frage irritierte die Mitarbeiterin im FGT und diese antwortete, dass die Lehrerin sehr erfahren sei, bereits seit Jahren Mitarbeiterin bei den Bremer Bädern sei und erfolgreich Kurse durchführt und ursprünglich aus dem Iran komme, was aber nichts zur Sache täte.) Es wurde angeboten, noch einmal ein gemeinsames Gespräch mit der Kursleiterin und einer FGT Mitarbeiterin zu führen. Dieses wurde abgelehnt, wiederholte telefonische Anfragen seitens des FGT wurden leider nicht beantwortet. Bis wir erkannten, dass die Beiden nicht wiederkamen, hatten bereits zu viele Termine stattgefunden, so dass keine Frau mehr einsteigen konnte. Daher haben im zweiten Kurs nur sechs Frauen das Schwimmen erlernt.

3.2.3 Bewegung für ältere und ungeübte Frauen

Jeweils drei Kurse gab es in 2016 zum Thema „Lustvolle Bewegung rund um Bauch und Rücken“ sowie „Fit durch Bewegung - für ältere und mollige Frauen“. Diese werden in Kooperation mit der VHS Bremen Ost organisiert. Ein Angebot findet vormittags und das andere nachmittags statt. In den jeweiligen Kursen gibt es eine Kerngruppe von Frauen, die sich immer wieder begeistert anmelden. Für diese Frauen, die zwischen 50 und 84 Jahre alt sind, ist die Bewegungsgruppe ein wichtiger Teil ihres Lebens geworden und es haben sich Freundschaften entwickelt. Auch neue Teilnehmerinnen werden immer wieder integriert.

3.3. Präventionskurse Wassergymnastik

Der **erste Kurs** „Wassergymnastik für Frauen aller Kulturen“ in 2016 fand einmal wöchentlich in der Zeit vom 2. März bis 18. Mai im OTe Bad (Bremer Bäder) und in Kooperation mit der AOK Bremen / Bremerhaven statt.

12 Frauen waren angemeldet und haben erfolgreich teilgenommen. Die Gruppe war bezüglich ihrer Herkunft vielfältig: es gab drei tamilische Frauen, eine türkische Frau, eine arabisch sprachige Frau, zwei Spätaussiedlerinnen und fünf deutsche hier geborene Frauen. Während die beiden Letztgenannten eher ältere Frauen waren, waren die zuerst Genannten jüngere und Frauen im mittleren Alter.

Auswertung der Teilnahme

Quantitativ:

Drei Teilnehmerinnen haben alle zehn Termine wahrgenommen, fünf Frauen haben neun Mal teilgenommen und zwei acht Mal.

Eine Frau hat leider erst spät bemerkt, dass sie aufgrund ihrer Körpergröße ihren Kopf im Wasser immer in den Nacken gelegt hat. Das war aber sehr ungünstig für sie, da sie bereits ein Problem im Halswirbelbereich hatte. Sie hat sich erst relativ spät entschieden deswegen nicht mehr teilzunehmen. Ich habe es erst durch einen Anruf meinerseits Mitte April erfahren, so konnte keine Nachrückerin mehr einsteigen.

Eine weitere Teilnehmerin hat sich oft im Wasser gedreht (wie eine Boje laut Auskunft der Kursleiterin) und ist untergetaucht. Sie kam zwar immer wieder hoch und lachte, aber die Kursleiterin war beunruhigt, da es sich auch um eine ältere, relativ kleine Person handelte und sie nicht sicher war, ob sie wieder hoch kommen würde. Da auch andere Teilnehmerinnen hierdurch verunsichert waren und die Kursleiterin stets in Sorge und Sprungbereitschaft war, hatte diese sie mehrmalig aufgefordert, stets in der Nähe des Beckenrandes zu bleiben und das „Herumpurzeln“ im Wasser zu beenden. Daraufhin war sie nicht wieder gekommen. Wie sich in einem Telefonat herausstellte, fühlte sie sich bevormundet.

Qualitativ:

Die zehn regelmäßig teilnehmenden Frauen waren begeistert und wollten am liebsten weiter machen und sich gleich für den nächsten Kurs anmelden.

Auf Nachfragen antworteten sie:

- „Mir tut die Bewegung im warmen Wasser sehr gut.“
- „Es macht mir sehr viel Freude und tut meinen Gelenken gut.“
- „Die Lehrerin ist sehr gut.“
- „Das tut meinem Rücken gut, ich habe weniger Schmerzen.“
- „Ach, das ist herrlich im Wasser und es bewegt sich leicht.“

Der **zweite Kurs** „Wassergymnastik für Frauen aller Kulturen“ in 2016 fand einmal wöchentlich in der Zeit vom 31. August bis 16. November ebenfalls im OTe Bad (Bremer Bäder) und in Kooperation mit der AOK Bremen / Bremerhaven statt.

13 Frauen waren angemeldet, eine hatte kurz vor dem Start wieder abgesagt, sodass eine Nachrückerin von der Warteliste teilnehmen konnte. Insgesamt haben somit 12 Frauen teilgenommen.

Die Gruppe war bezüglich ihrer Herkunft wieder bunt gemischt, es nahmen u.a. tamilische Frauen, russisch sprachige und deutsche hier geborene Frauen teil. Während die beiden letztgenannten Gruppen eher ältere Frauen waren, waren die zuerst genannte jüngere und Frauen im mittleren Alter.

Auswertung der Teilnahme

Quantitativ:

Fünf Frauen haben jeden Termin des Kurses wahrgenommen. Vier Teilnehmerinnen sind neun Mal gekommen, d.h. sie haben jeweils einen Termin versäumt. Desweiteren haben jeweils eine Frau an acht, an sieben und an sechs Terminen teilgenommen.

Somit gab es in diesem Kurs eine fast 90prozentige Beteiligung (89,16%). Diese hohe Kontinuität ist auch der empathischen Anleitung durch die Kursleiterin geschuldet.

Qualitativ:

Die regelmäßig teilnehmenden Frauen waren begeistert und wollten am liebsten weiter machen und sich gleich für den nächsten Kurs anmelden. Vor allem die tamilischen Frauen waren traurig, dass sie nicht gleich fortsetzen konnten. Sie bemerkten, dass es ihnen sehr gut getan hat. Sie mochten sehr die Bewegung im Wasser und fühlten sich durch die Übungen rund um gestärkt.

Manche der älteren Frauen haben gesagt, dass sie sich leichter und gut fühlen nach dem Kurs. Sie haben sich sicher mit der Anleitung gefühlt und alle Übungen gut verstanden und mitmachen können. Es sei ihnen wichtig, sich zu bewegen und im warmen Wasser würde es einfacher und effektiver für die Muskeln sein.



3.4. Gruppenangebote und offene Treffen

3.4.1 Mädchengruppe mit türkischsprachigem Migrationshintergrund

2016 gab es 38 dreistündige Treffen der türkischsprachigen Mädchengruppe. In der Gruppe waren insgesamt 20 Mädchen im Alter von 13 bis 18 Jahren, die größtenteils zwischen 14 bis 17 Jahre alt sind. 17 nehmen regelmäßig teil. Damit ist die Gruppe homogener, als in früheren Zeiten. 3 Mädchen verließen die Gruppe im Laufe des Jahres aufgrund ihres Alters, drei kamen neu dazu. 17 Mädchen waren kontinuierlich dabei.

Gruppensituation:

Unverändert entstammen alle Mädchen zugewanderten Familien aus der Türkei. Es sind jetzt auch einige Mädchen dabei, die kein Kopftuch tragen.

Der Gruppenzusammenhalt ist gut und auch den neuen Mädchen fällt die Integration nicht schwer. Allerdings besuchten einmal auch nicht türkischsprachige Mädchen - Freundinnen der Mädchen aus der Schule - den Treff. Diese sind aber aufgrund der Sprachschwierigkeiten (Wechsel zwischen der deutschen und türkischen Sprache) nicht wieder erschienen.

Die **Kursleiterin Zehra Ari** ist selbst türkischer Herkunft und hat soziale Arbeit studiert. Sie informiert die Mädchen nicht nur über Veranstaltungen **im FGT**, sondern stellt auch die Möglichkeit der **Beratungsgespräche** vor und ist selbst Ansprechpartnerin, insbesondere in möglichen Krisensituationen. Wie in den Jahren zuvor finden **regelmäßige Reflexions- und Auswertungsgespräche** zwischen der Kursleiterin und der Mitarbeiterin des FGT statt.

Gruppenstimmung

Bei allen Aktivitäten tauschen sich die Mädchen viel über persönliche Probleme wie z.B. Liebeskummer, Krankheiten und Streitigkeiten aus. Auch Probleme mit den Eltern und schlechte Noten und Zeugnisse werden thematisiert. Der Mädchentreff bietet die Gelegenheit eigene Wünsche und Bedürfnisse anzusprechen und gegebenenfalls auch auszuprobieren, die sonst keinen Raum bekommen. Wenn ein Mädchen neu ist, berichtet die Kursleiterin, dauert es oftmals bis zu einem halben Jahr bis sich die Mädchen vollständig integriert haben und sich rege und aktiv an dem Austausch beteiligen und auch eigene Vorschläge und Ideen langsam angesprochen werden. Sehr wichtig ist es der Kursleiterin, dass die Teilnehmerinnen lernen nicht passiv zu bleiben, sondern lernen sich zu äußern und sich mit einzubringen und dass ihre Wünsche und Bedürfnisse wichtig sind.

Die Mädchen kommen teilweise direkt nach der Schule und bringen Freundinnen mit. Die erste halbe Stunde des Treffs besteht immer erst aus ankommen und einem offenem Austausch über Aktuelles.

Die Stimmung der Teilnehmerinnen wird dann von der Kursleiterin aufgegriffen und situationsabhängig wird entschieden, was gemacht wird. Oftmals finden Gespräche über Gesundheitsthemen auch an der frischen Luft bei einem Spaziergang oder einem Picknick im Park statt. Geschätzt wird der Treff unter den Mädchen als ein Ort zum Berichten, Lachen und des ehrlichen, offenen Austauschs. Sie fühlen sich nach einem Treff gut, teilweise erleichtert und aufgenommen unter Freundinnen.

Schwerpunktthemen 2016:

Bewegung

Kleine Ausflüge und Spaziergänge in die nähere Umgebung werden von den Mädchen selbstständig geplant und ausgeführt. Oftmals werden Spaziergänge im Stadtteil unternommen, um zum einen den Mädchen die Gelegenheit zu geben selbstständig in einer

geschützten Gruppe ihre nahe Umgebung und den Stadtteil zu erkunden und durch Begegnungen mit anderen Bewohnern diesen besser kennen zu lernen.

Einige der Mädchen trauen sich vor allem im Dunkeln nicht allein auf die Straßen. Darüber hinaus soll die Bewegung an der frischen Luft mit anschließendem Picknick im Park als Wohlfühlfaktor für sich erkannt werden und um den Kopf frei zu bekommen. Ebenso lieben es die Mädchen, die Gymnastikhalle des OTe Bads für Bewegungsspiele und Gymnastikeinheiten nutzen zu können. Zu jeder Bewegungseinheit kommen immer auch im Wechsel Entspannungsaspekte mit hinzu.

Kreatives

Da die Mädchen sehr gerne schöne Dinge gestalten sind **Kreativangebote** zum Basteln sehr beliebt. In diesem Jahr wurden Blumen aus Filz angefertigt.

Auch Kochen und Backen und das anschließende gemeinsame Essen wird gebührend zelebriert. An manchen Abenden wird zusammen gesungen oder es werden Gesellschaftsspiele gespielt (z.B. Halli Galli).

Wer bin ich? Was möchte ich? (Selbstfindung)

Immer wieder steht die Selbstfindung und Selbstdefinition im Mittelpunkt der Treffen. Was haben Mädchen und Frauen zu leisten: in der Familie, in der Schule und im Beruf.

Einen großen Bereich nimmt immer wieder auch das Thema Aussehen, Schwächen und Stärken ein. Wieder einmal waren auch die Motivation und der Kampf gegen den „inneren Schweinehund“ Thema der Gesprächsrunden.

Schule und Einblick in die Berufswelt

Großen Gesprächsbedarf gibt es wie im letzten Jahr beim Thema Schule, Abschluss und Berufswahl. Nicht immer können die eigenen Erwartungen oder die der Eltern in der Schule erfüllt werden. Mit sehr unterschiedlichen Gefühlen und Themen kommen die Mädchen in den Treff, die dort aufgegriffen und ausgetauscht werden. Gemeinsam wird anschließend nach Lösungen gesucht oder das weitere Vorgehen beratschlagt.

Erfahrungen aus den Praktika werden ausführlich besprochen. Durchhaltevermögen, Pünktlichkeit und Zuverlässigkeit sind wichtige Eigenschaften für fast jeden Beruf. Und auch das Selbstbewusstsein spielt eine entscheidende Rolle. Des Weiteren werden auch die Vor- und Nachteile der jeweiligen Ausbildung thematisiert.

Ein reger Austausch herrscht mit der Gruppe der jungen Muslima, die ehemals zu der Gruppe der türkischen Mädchen zählten. Hin und wieder wird eine Ehemalige eingeladen um von ihrem Beruf und ihrer Ausbildungen zu berichten und dient den Mädchen teilweise als Vorbild. Dieses Jahr wurden u.a. der Beruf der Zahntechnikerin und der pharmazeutisch-technischen Assistentin vorgestellt. Hauptsächlich interessieren sich die Mädchen für typische Frauenberufe aus dem medizinischen Bereich.

Auch Erfahrungsberichte von der älteren Schwester, von Freundinnen oder jungen Frauen aus dem weiteren Familienkreis werden erzählt und besprochen.

Über den Beruf wird auch die Rolle der Frau in der Familie und die Doppelbelastung zwischen Muttersein und Beruf sowie der Unterschied zu männlichen Familienmitgliedern auch mit einem kritischen Blick betrachtet.

Während einer Berufsvorstellung einer Zahnarthelferin kamen die Mädchen mit dem Thema körperliche Einschränkungen in Kontakt. Die Frau war aufgrund einer Ohrenerkrankung taub geworden. Dieses Schicksal hielt sie aber nicht von ihrem Berufswunsch ab. Sie ging auf eine spezielle Schule und lernte die Gebärdensprache. Mit großem Spaß brachte sie auch den Mädchen ein paar Kleinigkeiten wie das Alphabet und einfache Sätze in der Gebärdensprache bei. Als Fazit zogen die Mädchen aus dieser Begegnung, dass Gesundheit und Krankheit sowie auch eine Behinderung immer auch eine Frage der Haltung und Einstellung ist.

Tagesausflug nach Hamburg

Ein Höhepunkt des Jahres war wieder einmal der von den Mädchen in Eigenregie geplant und durchgeführte Ausflug nach Hamburg. Der Besuch wurde in einigen Vorbereitungstreffen von den Mädchen ausgearbeitet: Reiseverbindung und Ausstellungen herausgesucht sowie auch Regeln für den Ablauf besprochen. Alle Mädchen durften zur Freude aller mit und die Vorfreude im Zug war riesig. Diesmal wurde die Ausstellung „Dialog im Dunkeln“ in der Speicherstadt besucht. 90 minutenlang wurden die Mädchen in totaler Dunkelheit von einem Blinden geführt. Nach ersten beklemmenden Gefühlen in der Dunkelheit, an die sich die meisten Mädchen erst langsam gewöhnten, fanden sie es sehr spannend die verschiedenen Alltagsstationen (Straßenverkehr, Marktplatz, Restaurant, etc.) nur mit einem Blindenstock und der Stimme des Blindenführers geleitet zu erkunden. Verschiedene Sinne (fühlen, hören, schmecken, riechen) wurden über Töne, Geräusche, Musik, Gerüche, Düfte und Geschmäcker angesprochen. Diverse wechselnde Untergründe, Hindernisse und Oberflächen mussten im Zusammenspiel mit den Händen und Füßen ertastet werden.

Der Kontakt mit dem blinden Führer und die Einblicke in die Welt des Blindseins haben die Mädchen nachhaltig schwer beeindruckt. Ganz ergriffen waren die Mädchen vom Schicksal des blinden Führers. Sie waren froh gesund und sehend zu sein und thematisierten im Nachhinein auch das „Anders sein“ in der Gesellschaft. Auch schlugen sie eine Brücke zu ihrem eigenen Leben und besprachen wie auch kulturelle Unterschiede eine Ausgrenzung erzeugen und wie Integration stattfinden kann.

Mit dem Kontakt zu beeinträchtigten Menschen gewannen die Mädchen Einblicke in andere Lebenswelten und reflektierten ihre eigene Gesundheit und ihr Bewusstsein und über sich und den Körper noch einmal ganz anders. Gleichzeitig erfuhren sie aber auch wie mit Schicksalsschlägen auch umgegangen werden kann.

Der Besuch wurde von den Mädchen als emotional sehr tiefgehende Erfahrung beschrieben mit nachhaltigem Verarbeitungsbedarf. Aber auch als ungewohnt und sehr anstrengend bezeichnet. Nach der Führung kehrten sie für ein spätes Mittagessen in ein preisgünstiges türkisches Restaurant in der Nähe des Bahnhofs ein. Allerdings waren sie danach zu kaputt und müde für weitere Besichtigungen, sodass erst mal Zeit zur Erkundung der Geschäfte in Kleingruppen veranschlagt wurde. Der anschließend geplante Spaziergang an der Alster passte daraufhin zeitlich leider nicht mehr in den Rahmen und fiel nach einer gemeinsamen Entscheidung aus. Gerne wären die Mädchen noch länger in Hamburg geblieben.

Sonstiges

Nicht alle Fragen können immer in der Gruppe beantwortet werden. Dennoch sind die Mädchen sehr zufrieden mit dieser Gruppe und den Themen. Äußerungen sind stets positiv und es könnten sogar noch weitere Unternehmungen und Ausflüge geplant werden. Trotz intensivem Nachfragen hat ihnen alles, was 2016 stattgefunden hat sehr gut gefallen.

Die Mädchengruppe nutzt auch **andere Angebote des FGT**, insbesondere die Badetage für Mädchen und Frauen im OTe Bad am letzten Wochenende im Monat und wünschen sich gerne mal einen Tag das ganze Bad für sich allein zu haben.



3.4.2 Junge Frauen aus türkischsprachigen Herkunftsfamilien

Quantitative Auswertung:

Die Gruppe von jungen Muslima hat sich 1x monatlich getroffen, insgesamt 9mal im vergangenen Jahr.

Es haben 16 junge Frauen im Alter von 18 -31 Jahren teilgenommen. Die meisten davon waren im Alter zwischen 18 und 25 Jahren.

12 Teilnehmerinnen nahmen sehr regelmäßig an den Treffen teil.

2 kamen erst in der zweiten Jahreshälfte dazu. Die Verbindlichkeit unter den Frauen war stets sehr hoch. Die Kursleiterin wurde über eine Nichtteilnahme stets informiert.

Die Absprachen über die Treffen finden sehr individuell über whats app und telefonisch statt.

Qualitative Auswertung:

Themenauswahl

Die Teilnehmerinnen kommen mit hohen Ansprüche und Erwartungen in die Treffen. Mit konkreten Fragen, Ideen und Vorschlägen

In der Regel wird keine Leitung oder Hilfe von der Gruppenleiterin erwartet, sondern es ist ein egalitärer Austausch in der Gruppe. Die Frauen sehen diesen Treff als Austausch unter Freundinnen.

Zusätzlich gibt es zu den Gruppentreffen das Angebot der Kursleiterin mit ihr Einzelgespräche zu führen. Von diesem Angebot wird allerdings nur selten Gebrauch gemacht.

Schwerpunkte in 2016 waren Kommunikation und weitere konkrete Gesundheitsthemen wie Schwangerschaft und Geburt, gesunde Ernährung und Krebsvorsorge!

Im Einzelnen gab es folgende Inhalte:

Schwangerschaft und Geburtserlebnisse

Die Gruppenleiterin und einige der jungen Frauen sind bereits Mütter, aber auch die anderen jungen Frauen waren an dem Thema sehr interessiert. Es gab einen regen Austausch um die eigenen Erlebnisse. Desweiteren ging es um konkrete Untersuchungen in der Schwangerschaft und um die Sachen, die für das Krankenhaus früh genug in eine Tasche eingepackt werden sollten sowie die Fragen rund um die Erstausrüstung für das Baby. Diskutiert wurde auch die nicht ganz leichte Entscheidung für den Namen des Kindes.

Immer wieder ging es auch um das Thema Entspannen, aber wie? Sie haben für sich folgendes gesammelt: Buch lesen, Bad nehmen, spazieren gehen, Musik hören, TV gucken, immer wieder kurze Pausen einlegen.

Rolle als Frau in der Gesellschaft

Wie sehe ich mich? Wir kochen, putzen, organisieren, machen ein Studium oder gehen in Teilzeit arbeiten. Frauen übernehmen die Hausarbeit, die Erziehung, die Pflege, gehen arbeiten und verdienen weniger Geld! Das war die Quintessenz und die Überzeugung lautet einhellig Frauen müssen stark sein.

Thema Flüchtlinge

Drei junge Frauen haben sich in der Arbeit mit Flüchtlingen stark engagiert und davon erzählt. Es gab einen Austausch über diese Erfahrungen und den Fragen, was ist gut gewesen, was war auch nicht gut. Eine junge Frau berichtete über Behinderungen und Diskriminierung seitens der Institutionen. Sie hat über den FGT Kontakt zu einer Politikerin gehabt und dort die Probleme geschildert.

Einige junge Frauen haben auch geflüchtete Menschen als Nachbarn und erzählten, wie sie privat helfen: mit Kleiderspenden, den Weg zu zuständigen Einrichtungen zeigen und beim Ausfüllen von Unterlagen behilflich sind.

Kommunikationsmangel – viel soziale Medien

Die Frage, die aufkam war: chatten wir zuviel? Die jungen Frauen haben selbstkritisch reflektiert: wieviel Zeit sie mit den sozialen Medien verbringen. Sie sind alle über whats app und facebook vernetzt.

Kontakt und Kommunikation mit der Familie des Ehemannes oder Freundes

Wie kann ich den Kontakt mit den Schwiegereltern, besonders der Schwiegermutter gestalten? Was können sie tun, wenn es an Austausch und Kommunikation mit z. B. der Schwiegermutter mangelt. Einige erzählten auch, dass sie sich nicht verstanden fühlten. Hier war ein diskutierter Lösungsansatz, die Probleme und Gefühle mit dem Mann zu besprechen und sich von ihm Rückendeckung zu holen. Wichtig ist hier der Austausch mit dem Mann und der Zusammenhalt zwischen beiden.

Krebsvorsorge

Hier wurde sich über die Erfahrungen und die Wichtigkeit der Vorsorgeuntersuchungen ausgetauscht. Die Gruppenleiterin hat in diese Richtung eingewirkt und darauf hingewiesen, dass verordnete Tabletten richtig einzunehmen sind ebenso wie die Anti-Baby-Pille.

Es wurde auch allgemein über den Schutz vor ansteckenden Krankheiten bzw. Erkältungen und Grippe gesprochen. Die Gruppenleiterin hat auf die Wichtigkeit des Händewaschens und viel trinken hingewiesen.

Wie erziehe ich mein Kind richtig?

Diese Frage wurde eifrig diskutiert. Wichtig fanden sie übereinstimmend, sind Grenzen setzen und eine Regulierung des TV-Konsums. Dazu wurde überlegt, wie das Fernsehgucken eingeschränkt bzw. vermindert werden kann.

Gesunde Ernährung

Hier gab es den Austausch über eigene Essgewohnheiten und die Frage, koche ich selbst und was ist gesundes Kochen. Dabei berichteten auch einige Frauen über ihre kranken Mütter, die sie mit versorgen müssen und das dies nicht immer leicht sei, vor allem wenn die Mütter aufgrund ihrer Krankheit Diät halten müssen bzw. müssten. Auch die Frage nach ausreichender Bewegung spielte eine Rolle.

Kommunikation mit dem Ehemann oder Freund

Einige junge Frauen erzählten, dass es nicht immer leicht ist, die eigenen Gefühle zu äußern. Wie klappt das bei den Anderen, war eine diskutierte Frage. Desweiteren wurde über die

Schwierigkeit, sich richtig ausdrücken zu können gesprochen. Und wie kann ich den Mann bitten, im Haushalt zu helfen?

Im Dezember haben die jungen Frauen gemeinsam die Bowlingbahn besucht und dort viel Freude beim Spiel erlebt.

Es gab zudem noch ein extra Treffen am 29.12. mit einigen Frauen, hier ging es um ein Problem einer Frau, die es gerne in dieser Kleingruppe besprechen wollte. Die Gruppenleiterin hat das Gespräch moderiert.

3.4.3. Offener Treff

Im Offenen Treff tauschen sich in der Regel zwischen 9 und 12 Frauen einmal die Woche aus. Sie berichten von ihren Erlebnissen, ihren aktuellen Problemen und auch von schönen Dingen, von Erkrankungen und Operationen, die sie bewältigt haben oder die sie belasten, sie hören einander zu und sind in der Regel wohlwollend und herzlich im Umgang miteinander. Neue Frauen werden integriert und auf die in der Gruppe üblichen Regeln hingewiesen, wie Ausreden lassen, nicht über Andere, nicht Anwesende schlecht reden, gemeinsames Aufräumen am Ende des Treffens, usw. . Die Kerngruppe fühlt sich dem FGT sehr verbunden und der Offene Treff ist für sie eine wichtige wöchentliche Verabredung, die sie nicht verpassen wollen. Hier können sie Fragen stellen, ihre Probleme einbringen, sich mit ihren Kompetenzen zeigen, Neues erfahren und sich als Teil einer Gemeinschaft zugehörig fühlen.

3.4.4. Sprach & Sprechprojekt für zugewanderte Frauen

Auf Initiative des Migrantinnen Rats (MigRa) wurde in unseren Räumen einmal wöchentlich das Sprach & Sprechprojekt für zugewanderte Frauen durchgeführt. Ab August 2016 hat eine ehrenamtlich tätige Mitfrau von MigRa zugewanderte Frauen eingeladen, sich mit ihr Donnerstagnachmittags zwei Stunden lang zu unterhalten. Die Frauen konnten so das Sprechen auf Deutsch üben, sich kennen lernen und miteinander in den Austausch kommen. Da das Angebot nachmittags stattfand, wurde eine Kinderbetreuung von FGT organisiert. Es nahmen sieben Frauen das Angebot an.

3.5 Gesprächsrunden und Schulung

3.5.1. Frauenfrühstück mit Thema

An fünf Samstagen wurden **Frauenfrühstücksrunden** mit verschiedenen Schwerpunkt-Themen durchgeführt. Die beiden Gruppenleiterinnen haben immer ein Anschreiben verfasst, um die Frauen damit persönlich einzuladen. Jede Frau bringt etwas für den Brunch mit und kann auch eine Idee für ein Thema einbringen. Die Teilnehmerinnen genießen diese gemütliche Runden sehr und auch, dass sie zu einer Frage bzw. zu einem Thema sich austauschen können. Es sind vor allem ältere, in der Mehrheit alleinlebende Frauen, die sich hier treffen und so ein Gefühl der Zugehörigkeit zu dieser Gruppe mit der Zeit entwickeln. Die Gruppe ist offen für Neue und so entstehen immer wieder neue Zusammensetzungen mit unterschiedlichen Frauen.

3.5.2. Gesprächsrunden mit Prof. Dr. Annelie Keil

Die Gespräche mit Annelie Keil sind sehr beliebt, vor allem bei denjenigen, die ihre eigene Lebensgeschichte in der Biographie von Annelie Keil gespiegelt sehen. Immer wieder werden aktuelle politische Geschehnisse und persönliche Erlebnisse von Annelie Keil thematisiert. Sie versteht es sehr, auch traurige und traumatische Erlebnisse anzusprechen und das Verbindende zwischen den Kriegs- und Fluchterfahrungen früher und heute zu benennen und so eine Brücke zwischen den Kulturen und Generationen zu bauen. Sie ist mit ihrer

couragierten und reflektierten Art Themen anzusprechen ein Vorbild und ermutigt auch Andere sich auseinanderzusetzen und mit einander zu sprechen.

3.5.3. Gesprächsrunde im Rahmen der Woche der seelischen Gesundheit

„Älter werden - der Körper verändert sich - wie komme ich damit klar?“ dieses Thema haben wir mit den Nutzerinnen für die Woche der seelischen Gesundheit ausgewählt und eine Referentin eingeladen. Es haben zwanzig Frauen teilgenommen und einen regen Austausch geführt. Quintessenz der Gesprächsrunde war, dass sich die Mehrheit der Frauen mit ihrem Alter wohlfühlen. Einige erzählten, dass sie sich nach der Trauerzeit nach dem Tod ihres Ehemannes, neu orientiert haben und nun mit ihrem Allein-Leben ganz zufrieden sind. Sie fühlen sich frei und unabhängig, können das tun, was sie selbst wollen und brauchen keine Rücksichten nehmen. Das erleben sie als positiv.

3.5.4 „Gut leben mit Diabetes“ - Diabetes Schulung mit türkischer Übersetzung

Die Veranstaltung im Frühjahr hat gezeigt, dass es bei einigen türkischen Frauen Unsicherheiten und Wissenslücken bezüglich ihrer eigenen Diabeteserkrankung gab. So wussten einige Frauen zum Beispiel nicht, dass sie vor allem auch auf ihre Füße achten sollten. Bei nicht wenigen schwankte zudem der Blutzuckerspiegel stark. Dieses gab den Anlass, eine Schulung mit mehreren Veranstaltungen zu den verschiedenen Themen, die besonderes Augenmerk erfordern, durchzuführen. Dieses wurde mit 14 Teilnehmerinnen gut genutzt und die Frauen haben viel Neues erfahren und gelernt. Manche Teilnehmerin war nicht selbst betroffen, sondern hatte kranke Familienangehörige zu versorgen.

3.6. Veranstaltungen und Aktivitäten

3.6.1. Badetage für Frauen und Mädchen

Diese Veranstaltungen sind sehr beliebt und es nehmen in der Regel zwischen 80 und 150 Frauen mit mindestens so vielen Kindern teil. Die Frauen sind mehrheitlich Migrantinnen und Muslima und kommen aus dem gesamten Stadtgebiet sowie dem Bremer Umland. Die meisten Frauen haben ein bis drei Kinder dabei. Auch ältere Frauen kamen gerne zum Baden. Viele können nicht schwimmen, aber sie genießen das Bewegen im Wasser, vor allem im Warmwasserbecken.

3.6.2. Frauenschwimmen

Dieses Angebot ist noch in der Anfangsphase und es braucht viel Werbung durch die FGT Mitarbeiterinnen. Die Zielmarke von mindestens 50 Frauen wurde ab Mitte des Jahres bei mindestens drei Veranstaltungen erreicht bzw. übertroffen. Zudem wurden speziell auch geflüchtete Frauen angesprochen und am 10. September fand das Frauenschwimmen im Rahmen der Bremer Integrationswoche statt und wurde darüber noch breiter beworben.

Eine Gruppe geflüchteter Frauen mit ihren Kindern wurde von Mitarbeiterinnen des Mädchenkulturhauses zum Frauenschwimmen aus der Innenstadt nach Tenever begleitet. Sie haben auch hier vor Ort die Kinderbetreuung übernommen.

Bei einer Abfrage Ende 2016/ Anfang 2017 stellten wir fest, dass der Eintrittspreis für die Teilnehmerinnen zu teuer ist (4,50 € für zwei Stunden). Darüber sind wir mit den Bremer Bädern in Verhandlung.



3.6.3. Gastmahl bei Freundinnen - internationale Suppen

Diese beliebte Veranstaltung zieht nach wie vor zahlreiche Frauen an und bringt verschiedene Kulturen, aber auch unterschiedliche Generationen an einen Tisch. In 2016 haben an sechs Gastmahlen 324 Frauen teilgenommen. Es ist ein buntes Treiben und ebenso vielfältig sind die Suppen, die Frauen nach Rezepten aus ihren Herkunftsländern zubereitet haben. Da gibt es indische Gemüsesuppen, türkische Linsen-Spinat-Suppen oder Joghurtsuppe mit Kartoffeln und Kichererbsen, Gemüsesuppen mit Aubergine, Zucchini, Tomaten und Paprika nach libanesischem Rezept, scharfe, afrikanische Hühnersuppe mit Tomaten und Erdnussmus, deutsche Steckrübensuppe oder Erbsensuppe und noch vieles mehr. Regelmäßig bereiten ehrenamtliche Helferinnen die Veranstaltung vor und stellen zusätzliche Bänke und Tische im Flur auf, dekorieren diese schön, kochen die Suppen, backen Kuchen, bereiten Nachspeisen sowie Tee und Kaffee vor und verteilen die Suppen an die Besucherinnen. Ebenso viele fleißige Hände helfen beim Aufräumen und Abwaschen. Die ehrenamtlich tätigen Frauen fühlen sich zugehörig und erleben ein gemeinsames Arbeiten, wo alles Hand in Hand geht. Sie sind stolz, ihren Anteil beitragen zu können und sie begrüßen die Besucherinnen wie eigene Gäste zu Hause. Manche kennen sich schon gut und freuen sich so in Kontakt zu bleiben. Immer wieder kommen neue Frauen dazu, die am Ende ganz begeistert sind und oft wieder kommen. Diese Veranstaltung wird von Annelie Keil gesponsert und finanziert sich einzig aus Spenden, die sie selbst einwirbt. Das Gastmahl ist ein sehr wichtiger Beitrag zur Integration und zum Austausch. Die Denkanstöße von Annelie Keil sind für die Frauen sehr wertvoll und begleiten sie in ihrem weiteren Alltag. Es gibt für die Frauen nicht viele Gelegenheiten wie diese, wo sie sich als Teil einer größeren Gemeinschaft erleben, wo sie sich einbringen und diskutieren können.

3.6.4. Frauenfest zum Internationalen Frauentag

Diese traditionelle Veranstaltung in Tenever wird von der AG Frauen organisiert, dazu gehören neben dem FGT, das Arbeitslosenzentrum, das Haus der Familie und das Mütterzentrum. Nach dem erfolgreichen Fest im Vorjahr im Haus im Park gemeinsam mit den Frauenbeauftragten der Kliniken von Gesundheit Nord wurde das Fest in 2016 wieder im OTe Saal durchgeführt. 230 Frauen, davon geschätzt 150 Migrantinnen inklusive Frauen der jüngsten Fluchtbewegung haben teilgenommen. Es gab ein sehr breit gefächertes Programm mit Tanzvorführungen aus verschiedenen Kulturen, einer Modenschau, Mitmachaktionen und Bauchtanz sowie Tanzmöglichkeit für alle Frauen mit moderner, meist orientalischer Musik,

aufgelegt von der DJane Gülbahar Kültür, die vielen vom letzten Jahr bekannt war und auch beim Radio eine eigene Sendung hat. Die Frauen haben selbstgemachtes Essen mitgebracht, so das Buffett bereichert und munter das Tanzbein geschwungen. Manchen älteren Frauen war es zu laut und zu voll und sie sind früher gegangen. Aber die meisten Frauen haben begeistert getanzt und sich über dieses Fest sehr gefreut.

3.6.5. Kreativangebot: Gestaltung eines Wandteppichs

Pünktlich zum Abschiedsfest von Inge Koepsell war der Wandteppich fertig und an die Wand gebracht. Viele Nutzerinnen haben sich beteiligt, ältere Frauen aus dem offenen Treff, türkische Frauen aus dem Deutschkurs, Teilnehmerinnen aus einem Alphabetisierungskurs und Mädchen aus der Mädchengruppe. Inge hat sie alle ermutigt mitzumachen und so haben alle mit Eifer und kreativen Ideen eigene Blüten gestaltet: gestrickt, gehäkelt und genäht. Manch ein Talent wurde entdeckt, vielen machte es Spaß und sie waren stolz, sich mit ihren Fähigkeiten zeigen zu können. Am Ende wurde diese Vielfalt auf eine Stoffbahn aufgenäht und aufgehängt.

3.6.6. Besuch in der Kneipp-Anlage der Egestorff-Stiftung

Der Kneipp-Gang im Sommer ist schon fast eine Tradition geworden und die Frauen freuen sich, gemeinsam in den schönen Park der Egestorff-Stiftung zu gehen. Die Mitarbeiterinnen des FGT packen einen Picknick-Korb mit Tee, Kaffee und mitgebrachtem Gebäck. Vor dem Kaffeetrinken im Freien krempeln sich die Frauen Hosenbeine und ggf. Ärmel auf und machen einen ersten Kneipp-Durchgang. Immer wieder sind neue Frauen dabei, die noch mal die Anleitung erhalten und es gibt einige, die häufiger kommen (wollen).

3.6.7. Besuch des Kinderfests im Bürgerpark

Auf Anregung und durch Sponsoring von Prof. Dr. Annelie Keil ist in 2016 erstmalig eine Gruppe von 14 geflüchteten Eltern (davon 3 Väter) mit 28 Kindern aus dem Übergangwohnheim Andernacher Straße mit dem Bus und in ehrenamtlicher Begleitung durch den FGT zum Kinderfest in den Bürgerpark gefahren und konnten dort teilhaben. Sie wurden abgeholt und bekamen durch Vermittlung von Annelie Keil die BSAG-Fahrkarten kostenfrei.

3.6.8. Tagesfahrt an die Nordsee

Am 20. August sind wir mit 30 Frauen und 21 Kindern im Bus zur **Tagesfahrt nach Cuxhaven** aufgebrochen. Die Frauen und vor allem die Kinder haben diesem Ereignis mit freudiger Erwartung entgegen gefiebert. Leider haben zwei Frauen mit ihren Kindern den Start verpasst. Wir haben noch gewartet, sind aber nach 20 Minuten losgefahren. Während der Anmeldezeit ist es erfahrungsgemäß ein stetiges Hin und Her, denn einige Frauen melden sich zuerst an und sagen ein paar Tage später wieder ab, manchmal auch nicht und wir müssen hinterher telefonieren, um den Kostenbeitrag vorab einzukassieren. Dabei stellt sich dann heraus, dass die Frau doch nicht fahren kann, weil eine Familienfeier oder eine Erkrankung dazwischen gekommen ist, sie aber versäumt hat, abzusagen. Von den teilnehmenden Frauen waren 18 zugewandert und alle Kinder haben einen Migrationshintergrund mit unterschiedlichen Herkünften. Die zwölf deutschen Frauen sind eher ältere Frauen, die zum Teil stark eingeschränkt sind und Gehhilfen nutzen. Alle sind beladen mit vorbereiteten Speisen für das gemeinsame Picknick am Strand. Dort angekommen, wird sogleich ein Platz mit Tischtüchern hergerichtet, auf dem die Leckereien hergerichtet werden und sich erstmal gestärkt wird. Die älteren Frauen haben die gemieteten Strandkörbe belegt, schauen dem Treiben der Mütter und Kinder zu und freuen sich teilzuhaben. Nach dem Essen werden

Spaziergänge in´s Watt oder am Strand entlang unternommen. Auch gibt es immer einige, die Lust an Ballspielen haben. Für die kleineren Kinder bringen die Kinderbetreuerinnen Schaufeln und Eimerchen zum Gräben ziehen und Burgen bauen, zum Wattwürmer ausgraben oder Krebse und Muscheln sammeln. Wenn das sehnsüchtig erwartete Wasser kommt, laufen die Kinder und die Frauen lachend und Wasser spritzend hinein. Das ist pure Lebensfreude, die lange in Erinnerung bleibt. Andere Urlauber sprechen uns oft an und fragen, wo wir denn herkommen, denn wir sind eine auffallend bunte und lustige Gesellschaft.

3.6.9. Sommerfest in Tenever

FGT Mitarbeiterinnen haben auf ihrem Stand Apfelschälmaschinen aufgestellt und Kinder sowie Erwachsene aufgefordert Äpfel zu schälen und zu verkosten. Die Äpfel wurden von der AOK Bremen/Bremerhaven gesponsert. Dieses Angebot war sehr erfolgreich und es sind geschätzt 150 Kinder sowie etwa 50 Erwachsene animiert worden, Äpfel zu essen. Zahlreiche Erwachsene fragten, wo es diese lustigen Schäler zu kaufen gibt.

3.6.10. Weserschiffahrt mit der Gräfin Emma

Diese traditionelle Ausfahrt ist eine gemeinschaftliche Veranstaltung und wird durch die AG Frauen organisiert. Immer wieder fahren neue Frauen mit und sind begeistert, etwas Neues zu erleben. Die Kinder werden mit Bastel- und Schminkangeboten beschäftigt, sodass die Frauen Zeit haben, sich zu unterhalten und mit dem Chor zu singen, begleitet durch eine Akkordeonspielerin. Nebenbei wird die Bremer Innenstadt vom Wasser aus betrachtet.



3.6.11. Eröffnung der Foto-Ausstellung zur Berlinreise

Vor einem Jahr war eine Gruppe von 22 Frauen in Begleitung einer FGT Mitarbeiterin für drei Tage in Berlin. Die Reise fand auf Einladung der Bundestagsabgeordneten Marieluise Beck statt und bot ein kulturell und politisch vielseitiges Programm. Die Organisation der Reise hatte die persönliche Referentin Karen Stroink übernommen und es fuhren noch ehrenamtlich tätige Frauen von den Frauenseiten und Mitarbeiterinnen von Pro Familia mit, sodass wir insgesamt 40 Personen waren. Die Fotos der Reise wurden zu einer Ausstellung zusammengestellt und die Eröffnung zum Anlass genommen, alle Frauen noch einmal einzuladen, um das Andenken an die Reise wiederzubeleben und als gemeinschaftliches Erlebnis zu erinnern. Marieluise Beck und Karen Stroink waren ebenfalls Gäste und gemeinsam wurden einzelne Stationen durchgesprochen. Einige Frauen nutzten die Gelegenheit mit der Bundestagsabgeordneten über Problemthemen zu sprechen, die sie auf der Reise schon angesprochen hatten.

3.6.12. Besuch einer kulturellen Veranstaltung mit sozial benachteiligten Frauen

Die Teilhabe am gesellschaftlichen und kulturellen Leben in Bremen soll auch sozial benachteiligten Gruppen ermöglicht werden.

FGT hat Globalmittel für den Besuch einer kulturellen Veranstaltung für ihre Nutzerinnen beantragt. Die Nutzerinnen der Einrichtung werden nach ihren Bedürfnissen befragt und dementsprechend wird das Angebot organisiert.

Im letzten Jahr wurden zwei Theaterbesuche mit verschiedenen Frauen unternommen.

Einige Frauen wollten sehr gerne in das Theaterstück „Istanbul“, das im Goethe-Theater aufgeführt wurde und sehr gute Kritiken erhalten hatte. Auch zugewanderte Frauen aus der Türkei hatten Interesse, leider haben zwei kurzfristig den Termin am 6. September abgesagt. Insgesamt haben 10 Frauen teilgenommen, davon 3 Migrantinnen.

In dem Stück wurde dargestellt, wie sogenannte Gastarbeiter in der Türkei ankommen und aufgenommen werden. In der fiktiven Geschichte ist anstelle von Deutschland die Türkei das „Wirtschaftswunderland“. Es wurde populäre türkische Musik gespielt, die die aus der Türkei stammenden Frauen kannten und die ZuschauerInnen wurden teilweise mit einbezogen.

Nachher haben die begleitenden Mitarbeiterinnen mit den Frauen über kulturelle Unterschiede, über Fremdheitsgefühle und Ankommen in einer anderen Gesellschaft diskutiert.

Eine Gruppe von älteren, zum Teil beeinträchtigten Frauen hatte den Wunsch geäußert, ein Stück im Bremer Kriminaltheater anzuschauen. Am 23. November haben wir das Stück „Arsen und Spitzenhäubchen“ mit 15 Teilnehmerinnen besucht. Da einige Frauen auf einen Rollator angewiesen sind und einige sich nicht zutrauten, spät abends im Dunkeln unterwegs zu sein, haben wir einen Kleinbus mit 9 Sitzen gebucht, um diesen Frauen die Teilnahme zu ermöglichen. So haben sie sich sicher gefühlt und freuten sich, dass sie dabei sein konnten. Die anderen Frauen sind selbständig mit Straßenbahn und Bus gefahren. Das Theaterstück hat nicht allen gut gefallen, manche fanden es zu sehr „Klamauk“. Aber insgesamt waren doch alle mit dem Event zufrieden und froh über die Begleitung nach Hause. Gerade mit zunehmendem Alter sind immer mehr Frauen ausgeschlossen von kultureller Teilhabe. Wenn jedoch eine Begleitung und wie hier Hin- und Rückfahrt im Kleinbus organisiert wird, sind die Frauen sehr daran interessiert und freuen sich sehr. Sie erzählen noch lange von dem Ereignis und können so ihre oftmals einsamen Abende in Erinnerungen verbringen.

3.6.13. Fahnehissen zum Tag gegen Gewalt gegen Frauen

Auch im letzten Jahr wurde die von Terre des Femmes initiierte Aktion „Fahne hissen“, um auf das Thema „Gewalt gegen Frauen“ aufmerksam zu machen und in das öffentliche Licht zu rücken, durchgeführt. Am ersten Hochhaus an der Ecke Koblenzer Straße / Otto-Brenner-Allee wurde eine Fahne mit der Aufschrift „Gegen Gewalt gegen Frauen“ im Beisein von Frauen aus Tenever und der eingeladenen Presse gehisst. Diese Aktion wurde von der AG Frauen organisiert und mit einem Frauenfrühstück und Diskussion verknüpft.

3.6.14. Lichterfest zum Jahresausklang

Das Lichterfest wurde wie in jedem Jahr mit Hilfe von ehrenamtlichen Unterstützerinnen ausgerichtet. Der Raum wurde hergerichtet und festlich geschmückt, Tee und Kaffee gekocht, Orangen, Nüsse und Kekse aufgestellt, die zuvor von Nutzerinnen gebacken worden waren. Eine Vorstandsfrau kam mit ihrem Leierkasten und hat weihnachtliche Musik gespielt, eine andere hat den Frauen ein Bastelangebot gemacht. Es wurde zusammen gesungen, sich

unterhalten und ausgetauscht, Gedichte vorgetragen und Gemeinschaft erlebt. Und Jede, die wollte, konnte sich ein selbst gebasteltes Licht mit nach Hause nehmen.

4. Beziehungs- und Kontaktgespräche sowie psycho-soziale Beratungen

2016 wurden insgesamt 1.427 Beziehungs- und Kontaktgespräche durchgeführt. (2015 = 842). Dieser Anstieg ist darauf zurückzuführen, dass in 2016 mehr geflüchtete Frauen den Weg in unsere Einrichtung gefunden haben. Zudem sind häufiger Vorgespräche und Übersetzungen notwendig bis es zu einer Beratung bzw. zum eigentlichen Thema kommt.

Dazu zählen wir persönliche Informationsgespräche mit neuen Frauen, die die Einrichtung kennen lernen möchten, sich nach Veranstaltungen erkundigen oder individuelle Fragen haben. Persönliche Beziehungsgespräche sind Kontakte mit bekannten Nutzerinnen. Es geht dabei um das Kennenlernen der Mitarbeiterinnen und um eine vertrauensbildende Atmosphäre, die oft in ein Beratungsgespräch mündet. Im Laufe des Gesprächs fassen die Frauen oft den Mut, auch ein für sie „heikles“ Thema anzusprechen.

Psycho-soziale Beratung

Der Beratungsbedarf von Frauen im Stadtteil ist nach wie vor sehr hoch. Frauengesundheit in Tenever führt oft Beratungen ohne Termin durch, d.h. Frauen kommen in Krisensituationen und können nicht auf einen späteren Termin vertröstet werden. Für Beratungsanliegen „ohne Not“ bekommen die Ratsuchenden in der Regel einen kurzfristigen Termin. Von Januar bis Dezember führten die Mitarbeiterinnen in der Einrichtung Frauengesundheit in Tenever insgesamt 255 **Einzelberatungen** durch. 191 Migrantinnen nahmen die Beratungen in Anspruch, das sind 75 % aller Beratungen. Die erfahrene Mitarbeiterin Inge Koepsell hatte zuvor die psycho-soziale Beratung hauptsächlich abgedeckt, nach ihrer Verrentung im Juni haben eine frühere Kollegin und eine neue Mitarbeiterin die Beratungsaufgabe übernommen.

Durch die gute Zusammenarbeit mit dem Team konnten die Kontakte von den ratsuchenden Frauen zu den Beraterinnen unkompliziert geknüpft werden. Oft nutzen die Frauen die Zeit vor oder nach einem Alphabetisierungskurs für eine „ad hoc Beratung“. Die Kursleiterin übernimmt hier eine wichtige Vermittlerinnenrolle, in dem sie die Ratsuchenden mit den Beraterinnen bekannt macht.

Zielgruppen und Themen der Beratungen

Die hilfesusuchenden Frauen leben in sehr unterschiedlichen Kontexten, die Altersspanne liegt zwischen jungen Frauen und Frauen in mittleren Jahren bis hin zu Älteren (84 Jahre).

Inhalte der Beratungen:

Unterschiedliche körperliche und psychische Beschwerden, verschiedene Beeinträchtigungen und Krankheiten wie Arthritis, Arthrose, Bluthochdruck, Depressionen, Diabetes, Essstörungen, Krebs, Migräne, Rheuma, Schwindel, Schmerzen (Bauch-, Gelenk-, Hals-, Kopf- und Rückenschmerzen), Suchterkrankungen, Suizidalität, Todesfälle.

Aufgrund von Sprachschwierigkeiten entstehen oft Unklarheiten bezüglich Untersuchungen in Arztpraxen und Krankenhäusern und es gab Verwirrungen bei Diagnostik und Therapie. Hinzu kamen Arbeitsbelastungen durch große Haushalte mit oft zahlreichen Kindern, Armut (Miet-, Strom- und Telefonschulden), beengte Wohnverhältnisse, finanzielle Sorgen, Probleme mit dem Jobcenter und der Ausländerbehörde.

Die zugewanderten Frauen sind unterschiedlich lange schon in Deutschland und kamen z. B. in 2016 aus folgenden Herkunftsländern: Afghanistan, Algerien, Aserbeidschan, Bulgarien, Indien, Gambia, Ghana, Irak, Iran, Kamerun, Libanon, Nigeria, Pakistan, Polen, Russland, Sri Lanka, Syrien und der Türkei.

Zeitaufwendig sind die Beratungen für **geflüchtete Frauen**, die mit einer iranischen, arabischen, russischen oder türkischen Übersetzerin stattfinden müssen.

Viele Frauen sind alleine mit ihren Kindern in Deutschland angekommen und haben eine lange Odyssee mit vielen Ängsten, Unsicherheiten und traumatischen Erlebnissen hinter sich. Sie kommen häufig aus den provisorischen Flüchtlingsunterkünften zu uns und benötigen Unterstützung in allen Bereichen. Bevor die Beratungen beginnen können, müssen in der Regel Kinder beruhigt und beschäftigt werden. Während des Gesprächs schliefen einige Kinder ein, Decken und Kissen lagen parat. Manche Frauen bleiben über die vereinbarte Zeit mit den schlafenden Kindern im Beratungsraum sitzen oder legten sich zu ihren Kindern. Eine geflüchtete Frau kam mit ihrem kleinen behinderten Sohn, der bei den ersten Terminen sehr viel schrie. Bei manchen Flüchtlingsfrauen ist ein kontinuierlicher Beratungsrhythmus wichtig, damit sie Vertrauen und Sicherheit in dem Setting erleben können. Flüchtlingsfrauen hatten oft Sorgen um die zurück gelassenen Eltern und Verwandten und Angst, die alten Eltern nicht mehr wiedersehen zu können. Sie waren sehr verunsichert über die vielen ungewohnten, teils bedrohlichen Eindrücke, Regeln und Gesetze in Deutschland. Sie litten unter Schmerzen und weinten viel.

Wir haben die Erfahrungen gemacht, dass die Erlebnisse auf der Flucht oft erst nach einer längeren, Vertrauen schaffenden Zeit angesprochen werden können. Viele Frauen sind hoch motiviert, rasch Deutsch zu lernen.

Die Beraterinnen vereinbarten Termine bei ÄrztInnen, RechtsanwältInnen, Kindergärten, Gerichten und Wohnungsbaugesellschaften. Sie führten Gespräche vor Ort mit den Kolleginnen vom Kinder- und Jugendgesundheitsdienst des Gesundheitsamtes, halfen bei der Suche nach Deutschkursen (in Kooperation mit der Volkshochschule), nahmen Kontakte zur Ausländerbehörde auf (Klärung des Aufenthaltsstatus) und vermittelten Kontakte zu anderen Frauen und Einrichtungen (Arbeitslosenzentrum, Flüchtlingsberatung, Polizei, Schuldenberatung).

In Einzelfällen konnten die Flüchtlingsfrauen die Container verlassen und fanden mit unserer Unterstützung eine Wohnung.

In sechs Fällen halfen die Beraterinnen bei Anträgen auf Weihnachtshilfe des Weser Kuriers Bremens. Von den Geldern profitierten die Kinder von Alleinerziehenden. Die Mütter kauften meist Second-Hand-Kinderkleidung für den Winter und Schulmaterialien.

Häufig wurden wir konfrontiert mit den Schilderungen und den sichtbaren Verletzungen sowie psychischen und somatischen Auswirkungen von wiederholter und massiver Gewalt durch den Ehemann (Ängste, Unruhe, geschwollenes, verfärbtes Gesicht, aufgeplatzte Lippen, Verletzungen an Kopf, Rücken, Arme, Beine), auch Bisse, Kratzwunden, Rippenprellungen und Würgemahle wurden uns gezeigt. Allerdings verhielten sich die betroffenen Frauen oft sehr ambivalent und widersprüchlich. Frauen, die sich anfangs trennen wollten, kehrten wiederholt zu den gewalttätigen Männern zurück.

Bei der Suche nach ÄrztInnen oder TherapeutInnen konnten wir einige Frauen erfolgreich und nachhaltig begleiten und unterstützen.

Ältere Frauen zwischen 50 und 84 Jahren leiden unter Einsamkeit durch den Verlust von Ehepartnern und sozialen Kontakten oder unter chronischen Krankheiten wie Arthrose, Diabetes, Lungenkrankheiten, Herzerkrankungen, Rheuma, etc.. Häufig kommen Ältere mit multiplen psychischen Störungen wie Depressionen, Essstörungen, Angst- und Suchterkrankungen. Manchmal sucht eine Frau das Gespräch, wenn sie merkt, dass sich eine Krise anbahnt, so dass wir frühzeitig gemeinsam Einfluss nehmen können.

Zunehmend sind auch für die Älteren finanzielle Nöte ein Thema. Viele machen sich Sorgen, wie es mit ihnen im Alter weiter gehen wird und wie lange sie noch gut in ihrer Wohnung leben können und wann der richtige Zeitpunkt für ein Altenheim sein könnte.

Auch in Fällen extremer Verwahrlosung in den Wohnungen wurde unsere Hilfe und Unterstützung gewünscht. Wir informierten Angehörige und soziale Dienste.

5. Fazit und Ausblick

FGT hat eine große Bandbreite an Kursen, Gesprächsrunden und Aktivitäten mit den Nutzerinnen in 2016 durchgeführt. Die Veranstaltungen sind mit Beteiligung bzw. auf Anregung der Nutzerinnen entstanden. Neben den Programmplena, wo die Frauen die Veranstaltungen reflektieren und neue Ideen entwickeln, haben die Mitarbeiterinnen stets offene Ohren für die Bedarfe und Bedürfnisse, die die Frauen äußern.

Die im Vorjahr begonnenen neuen Angebote wie das Frauenschwimmen ohne Kinder und die Gruppe Junge Muslima haben sich in 2016 gut verstetigt. Die Gruppe Junge Muslima hat sich selbst einen neuen Namen gegeben und wird zukünftig „multitasking women“ heißen.

In 2016 ist das Sprach & Sprechprojekt durch Initiative des Migrantinnen Rates neu eingeführt worden und wird in 2017 weitergeführt.

Die geflüchteten Frauen der jüngsten Migrationsbewegung nehmen an unseren Angeboten teil, vor allem am Gastmahl und den Schwimm- bzw. Badeangeboten, aber auch an den Alphabetisierungskursen. Wir haben in 2016 einen ehrenamtlichen Begleitservice für die geflüchteten Frauen eingerichtet, d.h. sie werden von einer Ehrenamtlichen informiert und bei Bedarf vom Übergangwohnheim abgeholt und zu den Veranstaltungen begleitet.

FGT ist sehr breit vernetzt und arbeitet vor Ort im AK Tenever, in der AG Frauen und in der Stadtteilgruppe aktiv mit. Zudem nehmen die Mitarbeiterinnen regelmäßig an breitenweiten Vernetzungstreffen teil wie dem Frauengesundheitsforum in der Bremischen Zentralstelle für die Verwirklichung der Gleichberechtigung der Frau (ZGF), hierzu AK Migrantinnen und Gesundheit, AK Gewalt gegen Frauen und Mädchen (Mitarbeit ruht z.Zt.), AK geflüchtete Frauen und Mädchen (seit Herbst 2016), Landesvereinigung für Gesundheit Bremen (LVG), hier AK Ungleichheit und Teilnahme am Frauenselbsthilfe-Plenum.

Das Jahr 2016 war durch die personellen Veränderungen geprägt. Nun gilt es ein neues, zuverlässig arbeitendes Team zu bilden und die neuen Mitarbeiterinnen gut einzuarbeiten, sodass die Kontinuität in der bisherigen erfolgreichen Praxis erhalten bleibt.

6. Quantitative Auswertung: Jahresüberblick mit Daten

6.1 Anzahl der Kontakte insgesamt in 2016

(Die Zahlen geben keine Auskunft über die Dauer und Intensität des Kontaktes)

Angebote und Aktivitäten	Anzahl der Kontakte 2015	Anzahl der Kontakte 2016
1. Offene Nutzerinnentreffs	250	315
2. Gruppenangebote (Kurse / Seminare)	3986	4.081
3. Gesprächsrunden / Gruppenberatungen	270	349
4. Veranstaltungen und Aktivitäten	1740	2.155
5. Beziehungs- und Kontaktgespräche	942	1.427
6. Beratungen	204	255
7. Präsentationen und Besuchsgruppen	180	43
Insgesamt:	7572	8625

Von 47 Ehrenamtlichen sind 859 Arbeitsstunden eingebracht worden!
(in 2015: von 39 Ehrenamtlichen 807,5 Stunden)

6.2 Offener Nutzerinnentreff

Montags 14.30 bis 17.30 Uhr (zeitweise auch mittwochs 14.30 bis 17.30 Uhr)

	1. Quartal	2. Quartal	3. Quartal	4. Quartal	gesamt
Anzahl der Offenen Treffen	9	8	10	7	34
Anzahl der Nutzerinnen / Kontakte	86	79	88	62	315

6.3 Gruppenangebote (Kurse / Seminare)

Thema	Anzahl der Treffen	Stunden pro Treffen	Anzahl der Frauen gesamt	davon Migrantinnen	Teilnahme regelmäßig von	Kooperation mit/ finanziert durch*
Integrationskurs / Alpha Modul 4 Beginn: 20.11.15 08.01. – 05.02.2016	12	4	12	12	11	VHS / BAMF
Alphabetisierung / LOS 26.01. - 20.12.2016	73	3 / 4	13	13	12	LOS
Integrationskurs / Alpha Modul 5 08.02. – 20.04.2016	25	4	10	10	10	VHS / BAMF
Integrationskurs / Alpha Modul 6 27.04. – 08.08.2016	25	4	11	11	10	VHS / BAMF
Integrationskurs / Alpha Modul 7 12.08.- 21.10.2016	25	4	12	12	11	VHS / BAMF
Integrationskurs / Alpha Modul 8 24.10. – 19.12.2016	13	4	10	10	10	VHS / BAMF
Deutsch Förderunterricht 10.01. – 31.12.2015	24	2	7	7	6	ehrenamtlich
Lustvolle Bewegung rund um Bauch- und Rücken 14.01. – 10.03.2016 07.04. – 16.06.2016 08.09. – 08.12.2016	8 10 12	2 2 2	10 11 10	- - -	10 11 10	VHS VHS VHS
Fit durch Bewegung – für ältere und mollige Frauen 14.01. – 10.03.2016 07.04. – 16.06.2016 08.09. – 08.12.2016	8 10 12	2 2 2	12 11 10	- - -	10 10 10	VHS VHS VHS

Schwimmkurs für Frauen 01.03. – 17.05.2015 Kurs I 30.08. – 15.11.2016 Kurs II	10 10	1 1	8 8	7 8	7 6	WiN / LSB / Bremer Bäder
Wassergymnastik 02.03. – 18.05.2016 Kurs I 31.08. – 16.11.2016 Kurs II	10 10	1 1	12 12	8 7	10 11	AOK AOK
Radkurs für Frauen 01.03. – 17.05.2016 Kurs I 30.08. – 15.11.2016 Kurs II	10 10	3 3	9 9	8 9	8 8	WiN / LSB / Bremer Bäder
Mädchengruppe mit türkisch sprachigem Migrationshintergrund 01.01. – 31.12.2016	37	3	20	20	19	AfSD
Junge Muslima aus türkischen Herkunftsfamilien 01.01. – 31.12.2016	9	3	16	16	12	AfSD
Gesprächskreis für zugewanderte Frauen Sprach & Sprechprojekt Mit Kinderbetreuung 11.08. – 31.12.2016	17	2	7	7	5	K i n d 6 MigRa

* LOS = Lokales Kapital für soziale Zwecke(ESF Mittel) / VHS = Volkshochschule

Bremen Ost / BAMF = Bundesamt für Migration und Flüchtlinge / WiN = Wohnen in

Nachbarschaften / LSB = Landessportbund Bremen / AOK = Allgemeine

Ortskrankenkasse Bremen/Bremerhaven / AfSD = Amt für Soziale Dienste / MigRa =

MigrantinnenRat Bremen

Thema	Anzahl der Treffen	Stunden pro Treffen	Anzahl der Frauen gesamt	davon Migrantinnen	Teilnahme regelmäßig von	Kooperation mit/ finanziert durch*
Kreatives Zeichnen 12.11.2016 26.11.2016 10.12.2016	3	3	7	-	6	ehrenamtlich

Kontakte mit Frauen insgesamt in Gruppenangeboten	4.081	
davon Kontakte mit Migrantinnen	3.393	83 %
Frauen insgesamt	247	
davon Migrantinnen	165	66,8 %

6.4 Gesprächsrunden / Gruppenberatungen / Frauenfrühstücke

Thema	Anzahl der Treffen	Stunden pro Treffen	Anzahl der Frauen gesamt	davon Migrantinnen	In Kooperation mit/ finanziert durch*
„Gut leben mit Diabetes!“ mit türkischer Übersetzung 10.02.2016	1	2	8	6	VHS
Gesprächsrunden mit Prof. Dr. Annelie Keil	1		36	8	
01.02.2016	1		38	6	
18.04.2016	1		32	10	
23.05.2016	1		18	6	
29.08.2016	1		22	6	
26.09.2016	1		41	8	
14.11.2016	6	1	187	44	ehrenamtlich
gesamt					

Frauenfrühstück „Auf zu neuen Ufern- Begegnung und Austausch“ 27.02.2016 30.04.2016 25.06.2016 27.08.2016 29.10.2016 gesamt			11 14 12 10 13 60	1 2 2 - 1 6	WiN
„Älter werden – der Körper verändert sich –wie komme ich damit klar? 19.10.2016	1	2	20	1	Woche der seelischen Gesundhei t und Bündnis gegen Depressio nen
Gut leben mit Diabetes – Diabetes Schulung mit türkischer Übersetzung 29.10.-19.11.2016	3	2	14	10	VHS

* BHS = Bremer Heimstiftung / UPB = Unabhängige Patientenberatung Bremen / VHS = Volkshochschule Bremen Ost / WiN = Wohnen in Nachbarschaften / VZB = Verbraucherzentrale Bremen / BBgD = Bremer Bündnis gegen Depressionen / KBO = Klinikum Bremen Ost

Frauen insgesamt in Gesprächsrunden	289	
davon Migrantinnen	67	23,2 %

6.5 Veranstaltungen und Aktivitäten

Thema	Treffen	Stunden pro Treffen	Anzahl der Frauen gesamt	davon Migrantinnen		In Kooperation mit/ finanziert durch*
				**	Kinder	
Badetage für Frauen und Mädchen			94	9	0	
30.01.2016			95	0	0	
28.02.2016			131	9	83	
30.04.2016			150	1	11	
28.05.2016			156	1	2	
27.08.2016			87	2	15	
24.09.2016			77	5	1	
29.10.2016			50	1	16	
26.11.2015				4	7	
gesamt	8	3,5	840	0	14	Bremer Bäder
				1	0	
				4	11	
				9	1	
				8	79	
				2	60	
				7		
				4	90	
				5	3	
				0		
				8		
				0		
				1		
„Gastmahl bei Freundinnen – internationale Suppen“			66		18	
01.02.2016			55		19	
18.04.2016			48		17	
23.05.2016			45		22	
29.08.2016			50		16	
26.09.2016			60		21	
14.11.2016						
gesamt	6	2	324		113	Sponsorin: Prof. Dr. Annelie Keil, Spenden

Frauenschwimmen ohne Kinder 11.02.2016 12.03.2016 09.04.2016 14.05.2016 13.08.2016 10.09.2016 13.11.2016 10.12.2016 gesamt			48 47 35 38 53 54 38 55 314	** 39 44 30 34 51 52 35 46 279		Frauenschwi mmen am 10.09.2016 im Rahmen der Bremer Integrations woche Die Schwelle / Bremer Bäder	
Frauenfest zum Internationalen Frauentag 09.03.2016	1	4	230	1 5 0 **	Ki nd er 50	AG Frauen / Frauenbeauf tragte der GeNo / WiN	
Wandteppich: Textilblumen anfertigen 20.05.2016 24.05.2016 31.05.2016 gesamt	1 1 1 3	2 2 2 6	18 8 10 36	18 8 10 36		Türkischspra chige Mädchengru ppe Deutsch Förderkurs Alpha. Kurs	
Besuch der Kneipp- Anlage 30.05.2016	1	3	8	1		Egestorff- Stiftung	
Abschiedsfest für Inge 02.06.2016	1	3	1 0 0 * *	M ä n n e r 2 0 * *	5 0 **	Ki nd er 10 **	
Kinderfest im Bürgerpark 07.08.2016	1	4	1 1	M ä n n e r 3	1 1	Ki nd er 28	Prof. Dr. Annelie Keil, ehrenamtlich

Tagesfahrt an die Nordsee nach Cuxhaven 20.08.2016	1	10	30	18	Kinder 21	WiN
Sommerfest Tenever / Äpfel schälen 27.08.2016	1	4	30*	Männer 20*	Kinder 150*	AOK Bremen / Bremerhaven, Stadtteil
Thema	Treffen	Stunden pro Treffen	Anzahl der Frauen gesamt	davon Migrantinnen		In Kooperation mit/ finanziert durch*
Theaterbesuch „Istanbul“ im Schauspielhaus 06.09.2016	1	3	10	3		Globalmittel des Beirats Osterholz
Weserschiffahrt mit der Gräfin Emma 08.09.2016	1	3	57	42	Kinder 29	AG Frauen
Eröffnung der Fotoausstellung zur Berlinreise 02.11.2016	1	2	16	7		Gäste: Marieluise Beck (MdB, Die Grünen) und ihre MA Karen Stroink
Theaterbesuch „Arsen & Spitzenhäubchen“ im Bremer Kriminaltheater 23.11.2016	1	5	15	2		Globalmittel des Beirats Osterholz
Frauenfrühstück & Fahne hissen zum Internationalen Tag gegen Gewalt gegen Frauen 25.11.2016	1	2,5	66	40		AG Frauen
Kekse backen für das Lichterfest 28.11.2016	1	3	13	1		

Lichterfest zum Jahresausklang 05.12.2016	1	3	56	12	
---	---	---	----	----	--

* AG Frauen = Arbeitslosenzentrum, FGT, Haus der Familie und Mütterzentrum Tenever / WiN = Wohnen in Nachbarschaften / BHS = Bremer Heimstiftung / ZGF = Bremische Zentralstelle für die Verwirklichung der Gleichberechtigung der Frau / VHS = Volkshochschule Bremen Ost / GSO = Gesamtschule Ost
 ** geschätzt

Kontakte mit Frauen insgesamt in Veranstaltungen und Aktivitäten	2.113	
davon Migrantinnen	1.591	75,3 %
zusätzlich Kinder	1.191	
Zusätzlich Männer	43	

6.6 Beziehungs- und Kontaktgespräche

	<15 Min	>15 Min	Insgesamt	davon Migran tin-nen
Persönliche Informationsgespräche	187	30	217	173
Persönliche Beziehungs- und Kontaktgespräche	1145	65	1210	1008
Anzahl der Gespräche insgesamt			1427	1181 (83%)

	<15 Min	>15 Min	Insgesamt	davon Migran tin-nen
Telefonische Informationsgespräche (an FGT)	801	53	854	503
Telefonische Beziehungs- und Kontaktgespräche (von FGT)	995	102	1097	960
Anzahl der Telefongespräche insgesamt			1951	1463 (75%)

6.7 Beratung

	<30 Min	30-60 Min	>60 Min	Insgesamt	davo n Migr antin nen
Persönliche Beratung ohne Termin	133	14	3	150	132 (88%)
Persönliche Beratung mit Termin	20	17	12	49	38 (77%)
Telefonische Beratung	43	12	-	55	20 (36%)
Soziotherapeutische Begleitung	-	1	-	1	1
Anzahl der Beratungsgespräche insgesamt				255	191 (75%)

Themen der persönlichen Beratungen mit und ohne Termin *	In %
Sozialökonomische Probleme, Aufenthaltsstatus, Wohnprobleme, Rückwanderung, Probleme Arbeitsplatz, sprachliche Probleme	32
Psychosoziale Themen wie z.B. Depressionen, Ängste, Essstörungen, Trennung, Süchte (Alkohol, Spielsucht des Ehemanns)	28
Erfahrungen mit Gewalt (sexuell, körperlich und psychisch)	10
Körperliche Erkrankungen und Beschwerden/Psychosomatik, Tod, Entscheidungshilfe zu Klinikauswahl und OP	24
Konflikte in Schwangerschaft, Pränatale Diagnostik	2
Probleme mit den Kindern (Kita, Schule, Ausbildung, Jobcenter, Probleme mit Erkrankungen und Behinderung der Kinder)	4

*Themen sind verändert bzw. ergänzt

Frauen kamen in aktuellen Krisensituationen	45 %
--	-------------

6.8 Ehrenamtliche Mitarbeit und Projekte

Übersicht ehrenamtlicher Tätigkeit in Frauengesundheit in Tenever in Stunden

Thema	Anzahl ehrenamtlich tätiger Frauen *	Stunden gesamt
Deutsch Förderunterricht (Lehrerin)	1	48
„Gastmahl bei Freundinnen“ – internationale Suppen	20	407,5
Gesprächsrunden	3	16
Vorstandsarbeit inkl. Bewerbungsrunden und Festvorbereitungen	3	286
Jahreshauptversammlung	19	38
Inge´s Kreativangebot und Fachgespräche	1	63,5

* enthält Mehrfachnennungen

Gesamtstunden ehrenamtlicher Tätigkeit	859
Anzahl der ehrenamtlich tätigen Frauen insgesamt	47
davon Migrantinnen	19

6.9 Präsentationen und Besuchsgruppen

6.9.1 Präsentationen und BesucherInnengruppen im FGT

Gruppe	Datum	Anzahl der Gäste gesamt	Teilnehmende Nutzerinnen	davon Migrantinnen	In Kooperation mit*
Besuch der Gesundheitssenatorin Prof. Dr. Eva Quante Brand	03.02.2016	2	13	10	
Schulklasse plus Lehrerin	28.04.2016	30	-	-	Joachim Barloschky, ehemals QM
Mitarbeiterin des Sozialministeriums aus einer japanischen Stadt	17.11.2016	2	-	-	Joachim Barloschky, ehemals QM
Teilnehmerinnen einer Qualifizierungsmaßnahme von wabeq	08.12.2016	9	-	-	wabeq

* QM – Quartiersmanager, wabeq – Beschäftigungsinitiative von Frauen in der Bremer Neustadt

6.9.2 Teilnahme von Mitarbeiterinnen und Ehrenamtlichen außerhalb des FGT

Thema	Datum	Personen gesamt	MA*	In Kooperation mit*/ durchgeführt von
Neujahrsempfang des Bremer Frauenausschuss	19.01.2016	70**	1	Bremer Frauen Ausschuss
One Billion Rising auf dem Bahnhofsvorplatz	14.02.2016	180**	1	Edda Lorna
Internationaler Frauentag im Rathaus	08.03.2016	200**	1	ZGF und AG Frauen

Jubiläumfest 30 Jahre Gesundheits- treffpunkt west	13.03. 2016	120**	1	gtp west
Fest im Übergangswohnhe im Andernacher Straße	17.08. 2016	50**	1	Übergangswohnheim
Eröffnung der Integrationswoche im Rathaus	05.09. 2016	150**	1	Senatorin für Soziales / Integrationsbeauftragte
Singende Balkone in Tenever	29.09. 2016	150**	1	Gewoba
Ehrung von Ehrenamtlichen im Bremer Rathaus	08.12. 2016	300**	5 Ehren amtl.	Senatorin für Soziales Anja Stahmann und Senator für Inneres Ulrich Mäurer

* ZGF – Zentralstelle für die Verwirklichung der Gleichberechtigung der Frau im Land Bremen

**geschätzt / laut Pressebericht

6.10 Vernetzung und Kooperationen

FGT kooperiert auf vielfältige Weise mit den Einrichtungen in Tenever: Kinder- und Jugendärztlicher Dienst des Gesundheitsamtes, Bremer Bäder bzw. OTe Bad, Projektgruppe, Arbeitslosenzentrum, Haus der Familie, Mütterzentrum Tenever, OTe Stadtteilhaus der Bremer Heimstiftung, Kitas und Schulen im Stadtteil. Eine enge Zusammenarbeit gibt es zudem mit der VHS Bremen Ost, dem Landessportbund, der AOK Bremen / Bremerhaven und dem Amt für Soziale Dienste Ost.

Weitere Zusammenarbeit in der folgenden Tabelle:

Mitarbeit in Arbeitsgruppen und -kreisen, Kooperationen und Fachgespräche

	Anzahl der Treffen
Arbeitsgruppen und –kreise im Stadtteil:	
AK Tenever	7
AG Vorbereitung Projektgruppe Tenever	1
Stadtteilgruppe Tenever	7
AG Frauen	7
Arbeitsgruppen und –kreise in Bremen:	
Frauengesundheitsforum (ZGF)	3
AK Migrantinnen und Gesundheit (ZGF)	5
AK Gewalt gegen Frauen und Mädchen (ZGF)	1
Landvereinigung für Gesundheit Bremen (LVG)	1
Frauenselbsthilfe – Plenum, Senatorin für Soziales	2
AK Ungleichheit	1
Kooperationen:	
Volkshochschule Bremen Ost (Planung der Kooperationsveranstaltungen)	1
Bremer Bäder	11
Vorstellung neue Quartiersmanagerin	1
AOK Bremen / Bremerhaven	Telefonischer Kontakt
Landessportbund / LSB	1
Fachgespräche und Beratung durch Netzwerk Selbsthilfe	2
Leibniz Institut - BIPS	1
Fachgespräche und kollegialer Austausch (gtp west)	1
Gespräch mit Migrantinnen Rat	1
Gespräch mit Frauengesundheitszentrum / Übernahme von Ordnern, Schlagwortkartei und Kleinmöbel	1

BIPS = Leibniz-Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie – BIPS GmbH, GTP West = Gesundheitstreffpunkt West,

6.11 Qualitätssicherung der Arbeit

Programmplena, Mitfrauenversammlung und Vorstandssitzungen

Thema	Treffen	Stunden pro Treffen	Anzahl der Frauen gesamt	davon Migrantinnen
Programm Plenum 06.06.2016	2	2	7	-
Jahreshauptversammlung 20.06.2016	1	3	22	2
Vorstandssitzungen	4	2-3,5	5	-

Die **Qualität der Arbeit** der hauptamtlichen Mitarbeiterinnen wird gesichert durch:

- Kollegiale Beratung (Fallbesprechungen) 1 x monatlich
- Auswertung der Angebote unter Einbezug der Rückmeldungen von Nutzerinnen, Kursleiterinnen, Ehrenamtlichen und Multiplikatorinnen
- Reflektionen, konzeptionelle Besprechungen und Beratungen zu Personalfragen mit den Vorstandsfrauen (auch telefonisch)
- Supervision: in 2016 gab es 6 Termine à 2 Stunden
- Austausch und Beratung mit ExpertInnen in Fachgesprächen (siehe Tabelle 6.10)
- Auswertung Jahresbericht Frau Jung / Gesundheitsamt
- Organisationsberatung 2 Termine à 2 Stunden mit MA und Vorstand (wegen Verrentung einer MA und Neueinstellung zweier MA in 2016)
- Kollegiale Beratung durch das Netzwerk Selbsthilfe
- Fortbildungen (siehe Tabelle unten)

Die **Qualität der Arbeit von weiteren Mitarbeiterinnen** wurden von den hauptamtlichen Mitarbeiterinnen gesichert durch:

- Anleitung, Reflektionsgespräche und Fortbildungen für Frauen, die im Rahmen einer Maßnahme oder eines Praktikums mitarbeiteten
- in 2016 wurden Reflektionsgespräche mit einer geringfügig Beschäftigten geführt. Für sie haben wir für 2017 eine Beschäftigungsmaßnahme beantragt und bewilligt bekommen. (LAZLO)
- Vor- und Nachbesprechungen mit den Kursleiterinnen, den Ehrenamtlichen und den Referentinnen
- Einstellung neuer Mitarbeiterinnen:
 - zwei Bewerbungsrunden in 2016 für die Stelle einer pädagogischen Mitarbeiterin
 - Vorstellungsgespräche mit einer Bewerberin für eine geringfügige Beschäftigung als Beraterin sowie Kinderbetreuerinnen auf Honorarbasis

Fortbildungen und besuchte Tagungen

Thema	Veranstalterin	Datum	Ort	M A *	Stu nde n
Souverän den Ansprüchen genügen – als Chefin in Balance bleiben	Belladonna – Kultur, Bildung und Wirtschaft für Frauen e.V.	26./27.02. .2016	belladonna	1	9
Veränderungen meistern	Netzwerk Selbsthilfe e.V.	08.06.20 16	Netzwerk Selbsthilfe	1	3
Evaluation von Maßnahmen der Gesundheitsförderung praktisch umsetzen – workshop 1 Selbstevaluation	LVG/AFS Nds. e.V. Prof. Dr. Petra Kollip	23.06.20 16	Verdi Haus in Hannover	2	6

6.12 Personelle Ausstattung

Aus Mitteln der Gesundheits- und Sozialbehörde und aus Eigenmitteln finanziertes Personal:

Feste Mitarbeiterinnen	Qualifikation	Wochenarbeitszeit
1 pädagogische Mitarbeiterin	Dipl. Sozialpädagogin	35,6 Stunden / Woche 01.01.– 30.06.16
1 pädagogische Mitarbeiterin	Dipl. Politologin	35,6 Stunden / Woche 01.01. – 31.08.16 39,2 Stunden / Woche 01.09. – 31.12.16
1 Mitarbeiterin Finanzen/ Verwaltung	Dipl. Kauffrau	25 Stunden / Woche 15.02.- 30.04.16 29 Stunden / Woche 01.05. – 30.09.16 32 Stunden / Woche 01.10. – 31.12.16
1 pädagogische Mitarbeiterin	Dipl. Sozialarbeiterin	22 Stunden / Woche 01.05. – 21.07.16
1 pädagogische Mitarbeiterin	Physiotherapeutin, Gesundheitswissenschaften (Bachelor)	25 Stunden / Woche 17.10. – 31.12.16

Aufwandsentschädigungen, Honorarkräfte und geringfügig Beschäftigte	Anzahl	Stunden/ Jahr
Bürofachkraft	5	445,5
Lohnbüro	Wurde nicht stundenmäßig abgerechnet	
Raumpflegerin	1	168,25
Kinderbetreuung	1	3
Kursleiterinnen	7	119
Vertretungsmitarbeiterinnen	3	221,5
Supervision	1	8
Organisationsberatung	1	6
Ehrenamtspauschale	4	14

Die Finanzierung der folgenden Personalkosten erfolgte **nicht** durch die Gesundheits- oder Sozial-behörde, sondern durch **Kooperationspartner und andere Finanzgeber** wie Landesmittel aus Lokales Kapital für soziale Zwecke, WiN – Wohnen in Nachbarschaften, Volkshochschule Bremen Ost, AOK Bremen/Bremerhaven, Unabhängige Patientenberatung Bremen, Bremer Bäder, Landessportbund und über

zweckgebundene Spenden und Bußgelder. Es sind nur bezahlte Kräfte genannt, plus Ehrenamtliche, die eine Ehrenamtszuschale bekommen.

Aufwandsentschädigungen und Honorarkräfte	Anzahl	Stunden/ Jahr
Kinderbetreuung	4	76
Ehrenamtszuschale Suppe	18	380,5
Kurs- und Projektleiterinnen	11	997
Referentinnen für GR	4	49
Beratung / Betreuung	2	63,5
Übersetzungen	4	48,5