

BILANZ:

**Ein Jahr
Leitlinien für
eine feministische
Außenpolitik**

BOSNIEN UND HERZEGOWINA

Gegen Gewalt im
digitalen Raum

DR KONGO

Millionen auf der Flucht

SASA!

Wie ein Ansatz aus
Uganda gesellschaft-
lichen Wandel anstößt

INHALT

AKTUELL

- 02 Editorial
- 03 Aus aller Welt: Kurzmeldungen

AUS UNSEREN PROJEKTEN

- 04 **BOSNIEN UND HERZEGOWINA**
Tatort Telefon
- 06 **DEMOKRATISCHE REPUBLIK KONGO**
„Wir zeigen Frauen Perspektiven auf“
- 08 **SASA!**
Machtverhältnisse hinterfragen

IM FOKUS

- 10 **Interview:** Wie Traumata aus dem Zweiten Weltkrieg bis heute wirken
- 12 **Bilanz:** Ein Jahr Leitlinien für eine feministische Außenpolitik

SERVICE

- 13 Engagement und Aktionen
- 14 Wie mache ich mein Testament?
- 15 Kontakt, Impressum

Foto Titelseite: Teilnehmer:innen der ersten regionalen „Beneficiary Convention“ in Uganda – eine Konferenz organisiert von Partnerorganisationen aus der Region.
(c) Joy Yawe/medica mondiale

Liebe Leser:innen,



© Henrik Nielsen

sexualisierte Kriegsgewalt zieht sich wie ein roter Faden durch die Geschichte. Auch in aktuellen Konflikten vergewaltigen meist männliche Kämpfer:innen mit dem Ziel, ganze Gesellschaften zu zerstören: Im russischen Angriffskrieg gegen die Ukraine ebenso wie in den Auseinandersetzungen im Osten der Demokratischen Republik (DR) Kongo oder beim brutalen Überfall der Hamas und anderer terroristischer Gruppen am 7. Oktober 2023.

Sexualisierte Kriegsgewalt passiert jeden Tag. Überall auf der Welt. Weil sich im Krieg fortsetzt, was in patriarchalen Gesellschaften schon zu Friedenszeiten gilt: die Benachteiligung und sexistische Abwertung von Frauen. Die Macht der Gewalt reicht dabei weit über das Ende der Kampfhandlungen hinaus. Noch heute spüren wir beispielsweise die zerstörerischen Folgen der Gewalt des Zweiten Weltkriegs.

Die Macht der Gewalt – sie könnte erdrücken. Doch wo sie herrscht, gibt es Widerstand: In der DR Kongo stärkt unsere Parteiorganisation PAIF Überlebende psychosozial, durch Berufsausbildungen und Unterstützung bei der Gründung kleiner Unternehmen. In Bosnien und Herzegowina bietet das Center of Women’s Rights nicht nur kostenlose Rechtsberatung. Das Team setzt sich auch dafür ein, dass Gewalt nachhaltig verhindert wird – in der realen Welt ebenso wie im digitalen Raum. Und in Liberia und Uganda setzen Partnerorganisationen auf einen Wandel in den Köpfen. SASA! heißt der Ansatz, den sie dafür nutzen. Das bedeutet „jetzt“ auf Kiswahili.

Der Kampf gegen sexualisierte Gewalt wird jeden Tag geführt. Überall auf der Welt bilden sich Netzwerke, stehen Menschen auf gegen ungleiche Machtverhältnisse, durchbrechen Aktivist:innen das Kontinuum der Gewalt. Lassen Sie uns Teil davon sein. SASA! Jetzt!

Ihre



Monika Hauser

„DAS WICHTIGSTE IST JETZT, DIE ÜBERLEBENDEN ZU UNTERSTÜTZEN“

Die Angriffe der Hamas und anderer bewaffneter Gruppen auf Israel am 7. Oktober 2023 haben mit erschreckender Deutlichkeit die Brutalität sexualisierter patriarchaler Kriegsgewalt vor Augen geführt. „Die sexualisierte Gewalt der Hamas, die Vergewaltigungen und explizite Zurschaustellung von Frauenkörpern zeugen von einem extremen Frauenhass – verbunden mit der Botschaft an eine ganze Gesellschaft: Eure Armee kann Euch nicht schützen“, sagt *medica mondiale*-Vorstandsvorsitzende Monika Hauser und betont: „Das Wichtigste ist jetzt, die Überlebenden zu unterstützen.“ Diese brauchen Schutz und Sicherheit, insbesondere stress- und traumasensible medizinische und psychosoziale Unterstützung. ■



© Bettina Filtnér/medica mondiale

„Die Bedarfe und Sicherheit der Überlebenden müssen Priorität haben. Zugleich gilt es, das Leid der palästinensischen Zivilbevölkerung zu sehen und dem weltweit steigenden Antisemitismus sowie den wachsenden antimuslimischen Ressentiments entschieden entgegenzutreten.“

Monika Hauser

Zum Thema:

„Vergewaltigungen als Kriegswaffe und Ausdruck patriarchaler Strukturen“ – ein Interview mit Monika Hauser.

Jetzt lesen:



WINTERHILFE IN AFGHANISTAN



Im Oktober bebt die Erde im Westen Afghanistans. Unter den Opfern sind vor allem Frauen und Kinder. Unzählige Familien schliefen monatelang in Zelten und Notunterkünften – bei Temperaturen unter dem Gefrierpunkt. Unsere Partnerorganisationen reagieren schnell und verteilen Pakete mit Lebensmitteln, Holz zum Heizen, Decken, Kleidung, Zahnbürsten, Windeln und Seife. Mit psychosozialen Angeboten begleiten unsere Partner:innen Familien in Herat und Kabul, die wegen des Erdbebens ihre Heimatdörfer verlassen mussten.



Einen Film über die Nothilfe in Afghanistan können Sie auf YouTube ansehen.

FRAGEN & ANTWORTEN

Wir beantworten Ihre Fragen. Heute: **WIE STELLT IHR SICHER, DASS DAS GELD WIRKLICH ANKOMMT?**



medica mondiale führt in regelmäßigen Abständen wirkungsorientierte Beobachtungen und Evaluationen durch. Das heißt: Wir schauen, ob das Projekt die Wirkung entfaltet bzw. die Ziele erfüllt, die wir und unsere Partnerorganisationen erreichen wollen. Zusätzlich reisen Mitarbeiter:innen und unabhängige Berater:innen und Gutachter:innen regelmäßig in die Projektländer. Durch Befragungen, Expert:innengespräche und Workshops überprüfen sie, ob die Projekte wie vereinbart umgesetzt und die Gelder ordnungsgemäß eingesetzt werden.

Mehr Informationen zur Verwendung von Spendengeldern finden Sie auf



medicamondiale.org/faq



TATORT TELEFON

CWR SETZT SICH GEGEN GEWALT AN FRAUEN EIN –
AUCH GEGEN GEWALT IM DIGITALEN RAUM

Digitale Gewalt gegen Frauen steigt seit einigen Jahren in Bosnien und Herzegowina massiv an. *medica mondiale*-Partnerorganisation Center of Women's Rights (CWR) setzt sich dafür ein, dass Frauen besser vor Gewalt via Mobiltelefon und Messengerdienst geschützt und Täter:innen zur Rechenschaft gezogen werden.

Die Anrufe kommen morgens beim Kaffeekeochen. Während der Arbeit. Nachts. „Die Dunkelheit wird dich verschlingen.“ „Du wirst aufhören zu existieren.“ Andere Drohungen kündigen sich mit einem freundlichen „Pling“ auf Whatsapp an oder erscheinen als Kommentar auf Facebook.

„In den letzten zwei Jahren hat Gewalt gegen Frauen durch ehemalige Partner:innen auf-

grund der technologischen Entwicklung und der Reichweite moderner Informations- und Kommunikationstechnologien zugenommen“, sagt Meliha Sendić.

Sendić ist Präsidentin der bosnisch-herzegowinischen Organisation Center of Women's Rights (CWR), die Überlebenden sexualisierter und geschlechtsspezifischer Gewalt u. a. kostenlos juristische Unterstützung anbietet.



Mit öffentlichen Kampagnen und Demonstrationen – wie hier gegen Femizide – macht CWR auf die Rechte von Frauen aufmerksam.

PROJEKTSTECKBRIEF

PROJEKTREGION:

Bosnien und Herzegowina, landesweit

PARTNERORGANISATION:

Center of Women's Rights

MASSNAHMEN:

- kostenlose Rechtsberatungen
- Rechtsbeistand bei Gerichtsprozessen
- Fortbildungen für Sozialarbeiter:innen

SO KÖNNEN SIE UNS UNTERSTÜTZEN:

- 240 € finanzieren eine:n Trainer:in für ein Bildungsprogramm für Sozialarbeiter:innen.
- 2.515 € kostet juristische Unterstützung für ein halbes Jahr.

Neue Technologien, alte Gesetze

Digitale Gewalt umfasst verschiedene Formen der Belästigung, Diskriminierung, Herabsetzung und Nötigung, die mithilfe technischer Geräte und digitaler Medien wie Smartphones, Apps oder E-Mails ausgeübt werden. Mit den neuen Technologien erhalten Täter:innen neue Möglichkeiten, Frauen Gewalt anzutun. Doch im Strafgesetzbuch der Föderation Bosnien und Herzegowina kommt der virtuelle Raum als Tatort nicht vor – und Polizei und Justiz fehlt die Rechtsgrundlage, um gegen digitale Gewalt vorzugehen. Damit die Beamt:innen einschreiten können, muss eine konkrete Bedrohung von Leben und Würde nachgewiesen sein.

Die veralteten Gesetze und die Anonymität der neuen Medien schützen die Täter:innen.



Im Einsatz gegen Gewalt: auf der Straße und im Fernsehen.



Typisch männlich, typisch weiblich? – Meliha Sendić (im Bild rechts) diskutiert mit Workshopteilnehmenden Geschlechtervorurteile und -stereotype.

Sendić und ihre Mitstreiter:innen haben deshalb 2022 eine Gesetzesinitiative zur Änderung des Strafgesetzbuches der Föderation Bosnien und Herzegowina angestoßen. Denn sie wissen: Digitale Gewalt ist häufig Teil bereits bestehender Gewaltverhältnisse und -dynamiken – und wird im realen Leben fortgesetzt.

„Nicht nur digitale Gewalt nimmt zu. Auch die Fälle von physischer Gewalt gegen Frauen und Morde durch (Ex-)Partner:innen steigen seit einiger Zeit an“, warnt Sendić und berichtet von einem Fall, der in erschreckender Weise verdeutlicht, wie sich im Zusammenspiel von Online und Offline die Wirkung brutaler Gewalt vervielfachen kann. Im August 2023 streamte ein Mann den Mord an seiner Ex-Partnerin live auf der Social-Media-Plattform Instagram. Das Video erhielt rund 300 Likes, bevor es gelöscht wurde. „Danach riefen bei uns viele Frauen an, weil sie um ihr Leben fürchteten“, berichtet Sendić.

Netzwerk sichert Unterstützung auch in abgelegenen Regionen

Das Team von CWR begleitet pro Jahr rund 1.000 Überlebende von sexualisierter Gewalt und Frauen, die von Gewalt bedroht sind. Ein Netzwerk aus 80 Fachkräften stellt sicher, dass auch Betroffene in abgelegenen Regionen die Unterstützung des Zentrums in Anspruch nehmen können. Gemeinsam erkämpfen sie Sicherheit, Unterhalt und Entschädigung für die erlittene Gewalt. Anwält:innen des Zentrums schreiben Gutachten und Anträge und helfen, Täter:innen vor Gericht zu bringen. Darüber hinaus unterstützt CWR die Überlebenden bei Bedarf psychosozial, informiert Frauen über ihre Rechte und schult Sozialarbeiter:innen im traumasensiblen Umgang mit gewaltbetroffenen Frauen.

Die Fachkräfte in den Sozialzentren ebenso wie Polizeibeamt:innen und Justizangestellte



schätzen die Arbeit des CWR: „Fast die Hälfte der Klient:innen werden über Institutionen vermittelt“, berichtet Sendić. „Sie wissen, dass wir da sind, wenn eine Frau Unterstützung braucht.“ ■

 **MEHR ZU UNSERER ARBEIT IN SÜDOSTEUROPA UNTER:**
medicamondiale.org/suedosteuropa

„WIR ZEIGEN FRAUEN PERSPEKTIVEN AUF“

BEI UNSEREN PARTNERORGANISATIONEN FINDEN ÜBERLEBENDE VON GEWALT SCHUTZ UND UNTERSTÜTZUNG FÜR EINE SELBSTBESTIMMTE ZUKUNFT

Bewaffnete Konflikte, Armut, Naturkatastrophen: Die Situation in der Demokratischen Republik Kongo zwingt Millionen Menschen dazu, ihre Heimat zu verlassen. Doch die Flucht ist gefährlich: Fast jede zweite Frau erlebt dabei sexualisierte Gewalt. Unterstützung finden Betroffene bei unseren Partnerorganisationen in den Regionen Nord- und Süd-Kivu.

PROJEKTSTECKBRIEF

PROJEKTREGION:

Goma, Nyiragongo, Masisi, Kabare und Kalehe, DR Kongo

PARTNERORGANISATION:

Promotion et appui aux initiatives féminines (PAIF)

MASSNAHMEN:

- Alphabetisierungs- und Ausbildungskurse für gewaltbetroffene Frauen
- Präventions- und Sensibilisierungsarbeit mit Familien von Überlebenden und Gemeindevertreter:innen
- Erstversorgung und psychosoziale Beratung für gewaltbetroffene Frauen und Mädchen sowie Weiterleitung von Überlebenden an medizinische und juristische Einrichtungen

SO KÖNNEN SIE UNS UNTERSTÜTZEN:

- 50 € kostet ein Starterkit für Friseur:innen.
- 350 € ermöglichen einen Alphabetisierungskurs.

Immer mehr Kongoles:innen werden zu Geflüchteten im eigenen Land. Allein Mitte Februar flüchteten laut UN-Angaben 135.000 Frauen, Männer und Kinder in die ostkongolesische Provinzhauptstadt Goma, nachdem M23-Rebellen bis kurz vor die Stadt Sake am Kivu-See vorgerückt waren. In Goma befindet sich der Sitz unserer Partnerorganisation Promotion et appui aux initiatives féminines (PAIF).

Terror und Tod prägen den Alltag

Im Osten der Demokratischen Republik (DR) Kongo kämpfen staatliche und nicht-staatliche Gruppen seit Jahren um Macht und Kontrolle. Darunter leidet vor allem die Zivilbevölkerung: Kinder, Frauen, Alte. Sie sind willkürlichen Tötungen, Vergewaltigungen, Folter und Plünderungen ausgesetzt. Die Gewalt trifft Menschen, die in extremer Armut leben.

Hinzu kommen Naturkatastrophen wie Überschwemmungen, Vulkanausbrüche, Dürren und Erdbeben, die Leben und Existenz bedrohen.



Bei PAIF können gewaltbetroffene Frauen eine Ausbildung machen – zum Beispiel zur Schneiderin.

„Funktionierende staatliche Strukturen sind in der DR Kongo kaum vorhanden“, erklärt Laura Fix, Regionalreferentin Große Seen bei *medica mondiale*. Das bedeutet auch: Es gibt kaum Strafverfolgung. „Frauen und Mädchen, aber auch andere marginalisierte Gruppen, sind in bestimmten Situationen noch mehr in Gefahr, Gewalt zu erleben als sowieso schon – zum Beispiel auf der Flucht“, so Fix.

PAIF: Hoffnung und Zuversicht für Überlebende

Hoffnung und Zuversicht in diesen Zeiten zu verbreiten, ist schwierig – aber nicht unmöglich. Unserer Partnerorganisation PAIF ist es gelungen, inmitten der Gewalt Strukturen zu schaffen, die Frauen Schutz bieten, aber auch medizinische Erstversorgung und juristische und psychosoziale Begleitung. „Eine schwere Menschenrechtsverletzung, wie eine Vergewaltigung, hat oft traumatische Folgen“, sagt Fix. Die Angebote von PAIF sind für viele überlebenswichtig. Seit Monaten kommen immer mehr Frauen auf der Suche nach einem sicheren Ort und Unterstützung.

AKTUELLE SITUATION IN DER DR KONGO

- Mehr als 25 Millionen Kongoles:innen – ein Viertel der Bevölkerung – sind derzeit auf humanitäre Hilfe angewiesen.
- 725.000 Frauen sind allein innerhalb der Provinz Nord-Kivu auf der Flucht.
- 46 Prozent der Frauen und Mädchen, die auf der Flucht sind, erleben sexualisierte Gewalt.

Quellen: Amt der Vereinten Nationen für die Koordinierung humanitärer Angelegenheiten (OCHA, 2024), UN-Flüchtlingskommissariat UNHCR (Stand 31.12.2023), Studie der Vereinten Nationen (2022)

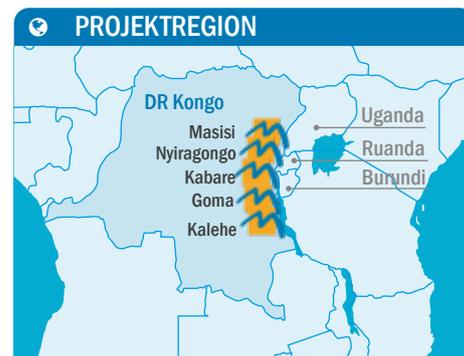
Das Team von PAIF stärkt die Betroffenen durch psychosoziale Angebote und die Möglichkeit, eine Ausbildung zu machen. Nach dem

Abschluss bekommen die Schneider:innen oder Bäcker:innen ein Starterkit, das zum Beispiel eine Nähmaschine oder Schüsseln und Rührgeräte enthält. Außerdem lernen die Frauen, wie sie einen Businessplan aufstellen. Und sie gründen Netzwerke, deren Mitglieder sich gegenseitig unterstützen. Für die Überlebenden, die oft stigmatisiert und von ihren Familien verstoßen werden, entstehen so neue Gemeinschaften.

„Brutale Vergewaltigungen können medizinische und natürlich psychosoziale Folgen für Frauen und Mädchen haben. Es ist ein traumatisches Ereignis, eine Entgrenzung, die in großer Einsamkeit münden kann“, erklärt Fix. „Unser traumasensibler Ansatz arbeitet genau daran: Wir zeigen Frauen Perspektiven auf.“ ■



Immer mehr Kongoles:innen werden zu Geflüchteten im eigenen Land.



 **MEHR ZU UNSERER ARBEIT IN OST- UND ZENTRALAFRIKA UNTER:**
medicamondiale.org/zentralafrika

JETZT!

WIE EIN TRANSFORMATIVER ANSATZ AUS UGANDA GESELLSCHAFTLICHEN WANDEL ANSTÖSST UND GEWALT GEGEN FRAUEN UND MÄDCHEN VERHINDERT

Gewalt gegen Frauen ist Ausdruck ungleicher Machtverhältnisse zwischen Männern und Frauen. Das bedeutet: Werden diese Machtverhältnisse kritisch hinterfragt, kann Gewalt gegen Frauen verhindert werden. Der in Uganda entwickelte SASA!-Ansatz setzt genau hier an.



Omelie Impundu, Projektmanagerin bei *medica mondiale*, begleitet die Partnerorganisationen bei der Umsetzung des SASA!-Ansatzes.

Der Wandel hat viele Gesichter: Der junge Mann, der in der Motorradwerkstatt Poster zu partnerschaftlicher Gewalt mit seinen Freund:innen diskutiert. Die Journalistin, die über Überlebende schreibt. Der Priester, der das SASA!-Team in der Kirche willkommen heißt und verkündet: „Ich bin einer von ihnen“.

SASA! ist ein Ansatz, der Normen infrage stellt und damit Veränderungen in der Gesellschaft herbeiführen kann. Das Ziel: Geschlechtergerechtigkeit und ein Ende der Gewalt gegen Frauen. Getragen wird er von Freiwilligen, die Vorbildfunktion übernehmen. „Es geht darum, Menschen zu befähigen, ungleiche Machtverhältnisse zwischen Männern und Frauen kritisch zu hinterfragen und so Impulse zur Veränderung dieser Machtverhältnisse zu setzen“, fasst Omelie Impundu, Projektmanagerin bei *medica mondiale*, den Ansatz zusammen.

Einsatz in der Nachbarschaft

Sasa bedeutet „jetzt“ auf Kiswahili. Denn der Wandel zu einer Gesellschaft ohne Gewalt gegen Frauen kann – und muss – jetzt stattfinden, davon sind die Aktivist:innen überzeugt. Wie? Auch das verbirgt sich hinter den vier Buchstaben. Denn SASA sind auch die Anfangsbuchstaben der Phasen, aus denen der Ansatz besteht: Start – Awareness – Support – Action.

DIE VIER PHASEN VON SASA!TOGETHER

Start: Eine Organisation schult Gemeindemitglieder, die SASA!-Aktivist:innen werden möchten.

Awareness: Die SASA!-Aktivist:innen brechen das Schweigen über Gewalt an Frauen und bringen die ungleichen Machtverhältnisse zwischen Frauen und Männern ins Bewusstsein ihrer Gemeinschaft.

Support: Auf Gemeindeebenen entstehen Unterstützungsangebote, bspw. für Frauen, die von Gewalt betroffen sind.

Action: Frauen und Männer, aber auch Institutionen wie Gesundheitseinrichtungen und Kirchengemeinden werden aktiv gegen Gewalt und stehen Betroffenen zur Seite.

Der Ansatz wurde von der ugandischen Organisation Raising Voices entwickelt.

Am Beginn stehen Gemeindemitglieder, die sich gegen Gewalt an Frauen engagieren möchten. In Workshops lernen sie, wie sie gesellschaftliche Machtverhältnisse infrage stellen können. Anschließend setzen sie diese Methoden in ihren Gemeinden ein: Sie klopfen

🔍 PROJEKTSTECKBRIEF

PROJEKTREGION:

Uganda

PARTNERORGANISATION:

Mentoring and Empowerment Programme for Young Women (MEMPROW)

MASSNAHMEN:

- Training der Partnerorganisationen durch SASA!-Multiplikator:innen
- Sensibilisierung der verschiedenen Gemeinschaften
- Ausbildungen der SASA!-Aktivist:innen in den Gemeinschaften

SO KÖNNEN SIE UNS UNTERSTÜTZEN:

- 20 € finanziert das monatliche Datenvolumen für eine:n SASA!-Aktivist:in, um mit unserer Partnerorganisation MEMPROW in Kontakt zu bleiben und Beratung zu SASA!Together zu bekommen.
- 200 € kostet ein SASA!Together-Workshop für eine Dorfgemeinschaft in Uganda.

an die Türen ihrer Nachbar:innen. Sie verteilen Flyer auf dem Markt. Sie posten auf Social Media und diskutieren mit den Dorfältesten im Schatten der Baobabs. Auch Journalist:innen, Lehrkräfte, Vorsitzende christlicher und muslimischer Gemeinden sowie Mitarbeiter:innen von Gesundheitseinrichtungen und der Polizei werden für das Thema sensibilisiert. Es entsteht ein Schneeballsystem. Geschlechtergerechte Werte werden gemeinsam vertreten – und bleiben so auch langfristig bestehen.



Gemeinsam gegen Gewalt an Frauen: Teilnehmende einer Veranstaltung unserer ugandischen Partnerorganisation MEMPROW.

© Rendel Freude / medica mondiale

SASA! – Gemeinsam gegen Gewalt an Frauen

Entwickelt wurde SASA! 2008 von der ugandischen Nichtregierungsorganisation Raising Voices. Ursprünglich angewandt um HIV zu bekämpfen, fokussiert SASA!Together – eine Weiterentwicklung von SASA! – heute auf Gewalt gegen Frauen. *medica mondiale*-Partnerorganisationen in Liberia, Burundi und in der Demokratischen Republik Kongo nutzen den Ansatz bereits. Seit 2023 setzt auch unsere ugandische Partnerorganisation Mentoring and Empowerment Programme for Young Women (MEMPROW) SASA!Together ein.

„SASA!Together zeigt in beeindruckender Weise, wie nachhaltig lokale Lösungsansätze wirken“, betont Omelie Impundu. „SASA! beeinflusst die Einstellung und Verhaltensweisen

von Gemeindemitgliedern, aber auch von Mitarbeitenden öffentlicher Einrichtungen. Das ist entscheidend im Kampf gegen sexualisierte Gewalt.“ ■



 **MEHR ZU UNSERER ARBEIT IN UGANDA UNTER:**
medicamondiale.org/zentralafrika



© Ground Picture/Shutterstock

„NIE GELERNT, GEFÜHLE ZU ZEIGEN“

WIE TRAUMATA AUS DEM ZWEITEN WELTKRIEG BIS HEUTE WIRKEN

Vor 79 Jahren ging der Zweite Weltkrieg zu Ende. Die traumatischen Erlebnisse vieler Menschen prägen noch immer unsere Gesellschaft. Martina Böhmer ist Expertin für geriatrische Psychotraumatologie und Mitgründerin von Paula e. V., einer Beratungsstelle für Frauen ab 60. Im Interview spricht sie über Traumata, die Generationen belasten, und was Angehörige tun können, um alte Frauen traumasensibel zu unterstützen.

Der Zweite Weltkrieg ist lange her. Inwieweit spielen individuelle Kriegserlebnisse heute noch eine Rolle?

Viele Kinder der Kriegs- und Nachkriegsgeneration sind in Erstarrung großgeworden, in Familien ohne Väter, bei Müttern, die aufgrund der traumatisierenden Kriegserlebnisse keine Bindung zu ihren Kindern aufbauen konnten.

TRANSGENERATIONALES TRAUMA

Ein transgenerationales Trauma ist die meist unbewusste Weitergabe traumatischer Erfahrungen an nachfolgende Generationen. Studien weisen darauf hin, dass schwere Traumata zum Teil auch epigenetisch vererbt werden, also die Gene verändern.

„Erklären, begleiten. Anerkennen.“ Mit der Angehörigenbroschüre will das Team von Paula e. V. Hilfestellung für ein verständnisvolles Miteinander geben.

Andere sind bei Eltern aufgewachsen, die Nazis oder Widerstandskämpfer:innen waren. In den Familien gab es belastende Geheimnisse, über die nicht gesprochen wurde. Diese Kinder haben nie gelernt, Gefühle zu zeigen, sichere Bindungen aufzubauen, ihre eigenen Bedürfnisse zu benennen. Das prägt bis heute die Beziehung zu den eigenen Töchtern und Söhnen, die häufig schwierig ist. Diese Bindungsunfähigkeit, der fehlende Kontakt zu den Kindern sind Themen, die bei unseren Beratungen immer wieder hochkommen.

Vielen sind diese Zusammenhänge wahrscheinlich nicht bewusst.

Wie auch? Darüber wird nicht gesprochen. Nicht in den Familien und nicht in der Gesellschaft. Lange wurde mit alten Menschen überhaupt nicht therapeutisch gearbeitet. Immerhin, das ändert sich langsam. Das ist gut und wichtig. Wir erleben immer wieder, dass alte Frauen aus unseren Beratungen gehen und sagen: „Da hat sich was in meinem Leben verändert.“ Ein Perspektivwechsel ist möglich, auch noch mit 90.

Ihre Beratungsstelle bietet Unterstützungsangebote für Frauen ab 60, die Gewalt erfahren haben. Nun haben Sie eine Broschüre veröffentlicht, die sich explizit an Angehörige wendet. Wieso?

Angehörige erleben immer wieder Situationen, mit denen sie nicht umzugehen wissen. Auch, weil viele Frauen nie gelernt haben, ihre Bedürfnisse zu formulieren. Mit der Broschüre hoffen wir, eine Hilfestellung für ein verständnisvolles Miteinander zu geben.

Was können Angehörige konkret beachten?

Erklären, begleiten. Anerkennen, dass ihr Gegenüber vielleicht viel Schlimmes erlebt



© Marie Brenner

Martina Böhmer gründete 2010 gemeinsam mit anderen engagierten Frauen den Verein Paula e.V.



Titelseite der Broschüre
„Alte Frauen traumasensibel begleiten“

hat und nie darüber sprechen konnte, gleichzeitig aber ihr Leben bisher allein bewältigt hat. Statt bestimmte Bewältigungsstrategien abzutun und – in bester Absicht – über den Kopf der alten Frau hinweg zu entscheiden, sollten wir erst einmal versuchen zu verstehen, dass auch Verhaltensweisen, die wir seltsam finden, der Mutter oder Tante geholfen haben: einen gepackten Koffer unter dem Bett zu haben etwa oder in der Tageskleidung zu schlafen.

Es geht ganz konkret darum zu fragen: „Was brauchst du? Was tut dir nicht gut? Wie willst du es haben?“ Und dann können Sie schauen, was machbar ist. ■

PAULA E.V.

Seit 2021 kooperiert medica mondiale mit der Kölner Frauenberatungsstelle Paula e. V. Die Mitarbeiter:innen unterstützen Frauen ab 60 Jahren, die Gewalt erlebt haben. In der Broschüre „Alte Frauen traumasensibel begleiten“ finden Angehörige und begleitende Personen hilfreiche Informationen und praktische Empfehlungen für die traumasensible Unterstützung von Frauen im Alter. Die Broschüre können Sie hier herunterladen:



🏠 Infos zum Angebot von Paula e. V. finden Sie auf der Website der Beratungsstelle:
<https://paula-ev-koeln.de>

BILANZ: EIN JAHR LEITLINIEN FÜR EINE FEMINISTISCHE AUSSENPOLITIK

EIN ÜBERFÄLLIGER SCHRITT

Vor einem Jahr hat Bundesaußenministerin Annalena Baerbock die Leitlinien für eine feministische Außenpolitik vorgestellt. Diese haben unter anderem zum Ziel, die Rechte, Repräsentanz und Ressourcenausstattung von Frauen und anderen marginalisierten Gruppen zu verbessern. *medica mondiale* hatte fachlichen Input zu den Leitlinien gegeben – und ihre Verabschiedung begrüßt. Denn konsequent umgesetzt, kann eine feministische Außenpolitik einen Beitrag zur Bekämpfung sexualisierter Kriegsgewalt leisten. Ein Kommentar von Jeannette Böhme, Referentin für Politik und Menschenrechte.

Seit der Veröffentlichung der Leitlinien zur feministischen Außenpolitik ist die Weltlage nicht friedlicher geworden. In allen Konflikten wird sexualisierte Gewalt gegen Frauen und Mädchen ausgeübt. Aber auch queere Menschen, nicht-binäre und trans-Personen sowie Jungen und Männer sind von der Gewalt betroffen.

Oftmals wird sexualisierte Gewalt als strategisches Mittel der Kriegsführung debattiert und

skandalisiert. Die öffentlichen Diskurse folgen dabei meist politischen Zwecken. Betroffene werden instrumentalisiert, ihre Rechte und Bedürfnisse ignoriert. Eine Auseinandersetzung mit den strukturellen Ursachen sexualisierter Gewalt in patriarchalen Gesellschaften findet kaum statt. Auch die Leitlinien für eine feministische Außenpolitik greifen hier zu kurz.

Mehr Bewusstsein für sexualisierte Gewalt

Immerhin: Bei Diplomatinen ist das Bewusstsein für sexualisierte und geschlechtsspezifische Gewalt gestiegen. Das Auswärtige Amt arbeitet an der institutionellen Verankerung der Leitlinien innerhalb des eigenen Hauses. So wurden Ansprechpersonen in den Abteilungen und Auslandsvertretungen ernannt. Gleichzeitig werden Diplomatinen geschult und die Finanzierungsinstrumente gendersensibel überarbeitet.



© Sarah Eick / medica mondiale

Jeannette Böhme, Referentin für Politik und Menschenrechte bei *medica mondiale*.

Dies sind wichtige Maßnahmen. Denn es macht einen Unterschied, ob Aktivist:innen in Kriegs- und Krisengebieten in deutschen Botschaften verlässliche Ansprechpersonen haben, die sich auf diplomatischer Ebene für Frauenrechte einsetzen. Und ob sie Zugang zu Geldern haben, um ihre Arbeit zu finanzieren. Feministische Außenpolitik ist kein Zauberstab, der alle weltpolitischen Herausforderungen umgehend beseitigt – aber sie ist ein überfälliger Schritt. Perspektivisch sollte die Bundesregierung bei der Umsetzung die Zivilgesellschaft in Deutschland und im globalen Süden stärker einbinden. ■

UNSER EINSATZ FÜR EINE STARKE FEMINISTISCHE AUSSENPOLITIK

medica mondiale ist unter anderem Mitglied im Netzwerk 1325 sowie bei Verband Entwicklungspolitik und humanitäre Hilfe (VENRO). Im Verbund mit unseren Partner:innen engagieren wir uns weiter für eine konsequente Umsetzung feministischer Außenpolitik.



Blieben Sie auch digital auf dem Laufenden:

- Neuigkeiten & Wissenswertes aus unseren Einsatzgebieten
- Politische Forderungen & Statements
- Tipps, Termine & Veranstaltungen



Jetzt abonnieren

per QR-Code oder medicamondiale.org/newsletter



GEMEINSAM GEGEN GEWALT AN FRAUEN

Unser Einsatz lebt vom Engagement und von den Spenden vieler Menschen. Einige Aktionen stellen wir Ihnen in jedem Heft vor.

KÖLNERINNEN FÜR AFGHANINNEN

Mit einem Informations- und Benefizabend für ihr Spendenprojekt KÖLNERINNEN FÜR AFGHANINNEN machte der Kölner Zonta Club im November 2023 auf die Situation von Frauen in Afghanistan aufmerksam. Schirmherrin des Projekts ist TV-Moderatorin Bettina Böttinger. Während des Abends berichtete die Journalistin Shikiba Babori über die aktuelle Lage und *medica mondiale*-Gründerin Monika Hauser gab Einblicke in die Arbeit der afghanischen Partnerorganisationen. „Frieden und Demokratie geht nur mit Frauen – und nicht gegen sie“, betonten die Zonta-Präsidentinnen Christine Kronen-



Der Kölner Zonta Club machte mit einer großangelegten Spendenaktion auf die Situation von Frauen in Afghanistan aufmerksam. Im Foto (v.l.n.r.): Monika Hauser, Christine Kronenberg, Bettina Böttinger, Iris Toussaint, Astrid Wirtz-Nacken und Bettina Janssen.

berg und Dr. Bettina Janssen. „Wir freuen uns daher über die große Anerkennung und das hohe Spendenaufkommen.“ ■

VIOLINS AGAINST VIOLENCE

Im September 2023 luden die Frauen des Soroptimist International Club Konstanz zu einem Benefizkonzert ins Münster ein. Das Konzert fand im Rahmen der Benefiz-Konzertreihe „Violins against Violence“ statt, die sieben Soroptimist International Clubs rund um den Bodensee organisieren. Seit 2021 hat „Violins against Violence“ bereits 40.000 Euro für die Unterstützung gewaltbetroffener Frauen erspielt. Unser großer Dank geht an die Organisator:innen und die Musiker:innen des künstlerischen Basisstudiums der Stella Vorarlberg Privatschule, die für diese Konzertreihe kostenlos musizieren. ■



Jedes Jahr lädt einer der sieben Soroptimist International Clubs rund um den Bodensee zu einem Benefizkonzert im Rahmen von „Violins against Violence“ ein.

© SI-Benefizkonzerte Bodensee



Seit 2001 gehen die Mitarbeitenden des MPIPZ in Köln für die gute Sache an den Start.

SOLI-LAUF GEGEN SEXUALISIERTE GEWALT

Vor über 20 Jahren rief Dieter Becker den ersten Spendenlauf am Max-Planck-Institut für Pflanzenzüchtungsforschung in Köln (MPIPZ) ins Leben. Seitdem gingen er und seine Kolleg:innen 21 Mal für die gute Sache an den Start – mehrfach in den

vergangenen Jahren für *medica mondiale*. 2023 organisierte Becker seinen letzten Soli-Lauf am MPIPZ: Im Mai 2024 geht er in Rente. Wir wünschen ihm alles Gute und bedanken uns herzlich für die langjährige Unterstützung! ■

© Britta Hoffmann/MPIPZ

WIE MACHE ICH MEIN TESTAMENT?

Mit Ihrem Nachlass Gutes tun

Viele Menschen haben eine gewisse Vorstellung davon, was mit ihrem Nachlass einmal passieren soll. Sie wollen daher ihr Testament machen. Entscheidend ist es dann, dies formwirksam und rechtlich korrekt umzusetzen. Wie geht man das am besten an? Wir sprachen dazu mit Dr. Cornelia Rump, Fachanwältin für Erbrecht.

Wie sollten Menschen, die ihren Nachlass mit einem Testament regeln wollen, denn am besten vorgehen?

Es ist grundsätzlich ein guter erster Schritt, die eigenen Vorstellungen im Entwurf einmal selbst zu Papier zu bringen und dies dann als Grundlage für eine Beratung zu nehmen. Das ist in der Regel der effektivste und günstigste Weg.

Wenn ich meinen Testamentsentwurf aufschreibe, wie sollte ich dann den Text beginnen?

Wählen Sie eine Überschrift wie „Testament“ und einen Einstiegssatz, mit dem Sie sagen, wer Sie sind und was Sie regeln wollen. So zum Beispiel: „Ich, [Name und Adresse], regle meinen Nachlass wie folgt: ...“

Dann ist die Frage, ob es ein früheres Testament gibt. Wenn ja, ist es sinnvoll, dies ausdrücklich zu widerrufen. Dann ersetzt das aktuelle Testament das frühere vollständig. Dazu schreiben Sie zum Beispiel: „Ich widerrufe alle früheren Testamente.“ Aber beachten Sie: Gibt es ein gemeinschaftliches Testament oder einen Erbvertrag, ist ein Widerruf nicht ohne weiteres oder gar nicht möglich. Lassen Sie sich hierzu unbedingt juristisch beraten!

Wie formuliere ich nach dem Einstieg dann die eigentliche Nachlassregelung?

Nach dem Einstieg ist zu formulieren, wer Erbe werden soll. Schreiben Sie entweder: „Zu meinem Alleinerben bestimme ich [Name und Adresse]“ oder, wenn Sie mehrere Erben einsetzen möchten: „Als Erben zu x Prozent bestimme ich [Namen und Adressen]“.

Welche Möglichkeiten habe ich noch, wenn ich mehrere Personen oder Organisationen in meinem Testament bedenken möchte?

Wollen Sie mehrere Personen oder Organisationen begünstigen, können Sie auch einen Alleinerben (auch das kann eine Organisation sein) bestimmen, der sich um die gesamte



Dr. Cornelia Rump, Fachanwältin für Erbrecht

© qub media GmbH

Abwicklung kümmert, jedoch Teile an andere abgibt. Das nennen wir „Vermächtnisanordnung“. Jeden, den Sie in Ihrem Testament begünstigen, sollten Sie mit Vor- und Nachnamen sowie aktueller Adresse benennen.

Was sollte ich beachten, wenn ich eine gemeinnützige Organisation begünstigen will?

Wenn Sie eine gemeinnützige Organisation in Form eines eingetragenen Vereins begünstigen möchten, sollten Sie die Vereinsregisterdaten nennen, damit es zu keinen Verwechslungen kommt.

Sie können eine gemeinnützige Organisation mit einem Vermächtnis oder auch als Erbin bedenken. Wichtig ist, dass Sie sich zu Ihrem Testament mit der oder den jeweiligen Organisationen vorab abstimmen, damit Ihr Nachlass später nach Ihren Wünschen abgewickelt wird. Ein solcher Kontakt bleibt für Sie immer unverbindlich. ■

HABEN SIE INTERESSE?

Wir bieten allen, die *medica mondiale* in ihrem Testament berücksichtigen möchten, eine kostenlose juristische Erstberatung an. Rufen Sie mich gerne an oder schreiben mir eine E-Mail.



© Sophie Dettmar/medica mondiale

Hanna Hilger

☎ + 49 (0) 221 - 93 18 98 48

✉ hhilger@medicamondiale.org

Auf dem Nachlassportal finden Sie ein vierminütiges Erklärvideo hierzu und zu weiteren Themen:

▶ nachlass-portal.de

HABEN SIE FRAGEN?



SERVICE FÜR ALLE FRAGEN RUND UM IHRE SPENDE

Ingrid Hemmelrath

✉ spenden@medicamondiale.org

☎ + 49 (0) 221 - 93 18 98 21



BERATUNG ZU SPENDENAKTIONEN UND UNTERNEHMENSKOOPERATIONEN

Jutta Rating

✉ jrating@medicamondiale.org

☎ + 49 (0) 221 - 93 18 98 21



AUSKUNFT ZU GROSSSPENDEN

Britta Manthey

✉ bmanthey@medicamondiale.org

☎ + 49 (0) 221 - 93 18 98 80



AUSKUNFT ZU SCHENKUNG, STIFTUNG UND NACHLASS

Hanna Hilger

✉ hhilger@medicamondiale.org

☎ + 49 (0) 221 - 93 18 98 48

Impressum:

Herausgeberin: medica mondiale e. V., Hülchrather Straße 4, 50670 Köln

V.i.S.d.P.: Sybille Fezer | **Redaktion:** Petra Kilian, Esther Wahlen

Layout: MediaCompany – Agentur für Kommunikation GmbH, Bonn

Druck: direct. GmbH, Hamburg | **Erscheinungsweise:** zweimal jährlich

Auflage: 20.000 | **Redaktionsschluss:** 01. März 2024

Gedruckt auf 100% Recyclingpapier mit Umweltzeichen

Folgen Sie uns:



[instagram.de/medicamondiale](https://www.instagram.com/medicamondiale)



[facebook.de/medicamondiale](https://www.facebook.de/medicamondiale)



de.linkedin.com/company/medica-mondiale



© Rendel | Freude / medica mondiale

UNTERNEHMENSSPENDE – IHR ENGAGEMENT IST EIN SIGNAL

Setzen Sie als Unternehmen mit Ihrer Spende ein Zeichen für soziale Gerechtigkeit – auch vor Ihren Mitarbeiter:innen, Geschäftspartner:innen und Kund:innen! *medica mondiale* bietet Firmen und Betrieben zahlreiche Möglichkeiten, sich effektiv und nachhaltig für den guten Zweck zu engagieren. Sie haben Fragen? Zusammen finden wir die passende Möglichkeit für Ihr Engagement – und schaffen neue Perspektiven für Frauen und Mädchen weltweit.

Kontaktieren Sie uns.

Wir freuen uns, Sie persönlich zu beraten.

Weitere Informationen finden Sie auf medicamondiale.org/unternehmensspenden



Spendenkonto



medica mondiale e. V.

IBAN: DE92 3705 0198 0045 0001 63

BIC: COLSDE33

Sparkasse KölnBonn

SCHENKEN, STIFTEN, VERERBEN ...WIRKT IN DIE ZUKUNFT!

WÄHLEN SIE AUS FOLGENDEN MÖGLICHKEITEN:

- **Engagement mit „Geld-zurück-Garantie“:**
Schenkung auf Widerruf
- **Gemeinsam dauerhaft wirken:**
Zuwendung in den Stiftungsfonds
- **Über das eigene Leben hinaus Gutes tun:**
Testamentsspende

RUFEN SIE MICH GERNE AN.

Hanna Hilger

Ansprechpartnerin für Schenkung, Stiftung und Nachlass

☎ Tel. + 49 (0) 221 - 93 18 98 48

✉ E-Mail: hhilger@medicamondiale.org

ODER NUTZEN SIE DEN BEILIEGENDEN COUPON!

GEMEINSAM HABEN WIR DIE KRAFT ZU VERÄNDERN.