LOBBY für Mädchen

gemeinnütziger und mildtätiger e.V.

LOBBY-Magazin
Nr. 28
November 2026

UN-Weltmädchentag
Mädchen haben Rechte



* Gemeinsame Aktion des Bündnisses zum UN-Weltmädchentag mit dem Handwerkerinnenhaus Köln e.V. und dem Amt für Gleichstellung von Frauen und Männern der Stadt Köln

Antifeminismus
in Gaming Communities

Sicher im Netz
Gewaltprävention durch Medienkompetenz

Liebe Leserinnen, liebe Leser und Lesende,

Mädchen und Frauen schützen heißt die Demokratie schützen.

Perspektiven von Mädchen und Frauen dürfen weder in aktuellen gesellschaftlichen und politischen Debatten noch beispielsweise in Angeboten der Kinder- und Jugendhilfe verloren gehen. Historisch gesehen waren sie weitgehend unsichtbar, da sie systematisch in den privaten Raum verdrängt wurden. Sichtbarkeit wandelte sich von erzwungener Abwesenheit hin zu mühsam erkämpfter Präsenz. Die Sichtbarkeit ist kein Selbstläufer, sondern das Ergebnis jahrhundertelanger emanzipatorischer Kämpfe, die bis heute weltweit andauern.

Welche Rolle spielt die Sichtbarkeit von Mädchen und jungen Frauen in Bezug auf digitale Gewalt? Digitale Gewalt ist kein Randphänomen, sondern eine strukturelle Form geschlechtsspezifischer Gewalt, die maßgeblich zum Verlust von Sichtbarkeit und Teilhabe führt. Mädchen und Frauen werden aus der Öffentlichkeit verdrängt: im Klassenchat, in sozialen Netzwerken, in den Medien, im Beruf und in der Politik. Mädchen werden online herabgewürdigt, Frauen ziehen sich aus öffentlichen Debatten zurück und Politikerinnen geben ihre Ämter auf, weil Beleidigungen und Drohungen ihren Alltag bestimmen.

Wenn Mädchen und Frauen aus Angst vor Angriffen schweigen oder sich aus der Öffentlichkeit zurückziehen, wird nicht nur ihre persönliche Freiheit eingeschränkt. Es verändert sich auch, wer in unserer Gesellschaft noch gehört wird und politisch mitbestimmen kann. Das hat gravierende Auswirkungen auf ihre individuelle Teilhabe und auf demokratische Diskurse insgesamt. Dieser sogenannte Silencing Effekt ist eine konkrete Gefahr für die Demokratie. Werden Frauen und Mädchen aus öffentlichen Debatten verdrängt, fehlen ihre Perspektiven, Erfahrungen, Meinungen und Forderungen. **Digitale Gewalt trägt somit dazu bei, dass eine gleichberechtigte Teilhabe nicht mehr gewährleistet ist.**

Als LOBBY FÜR MÄDCHEN setzen wir uns dafür ein, dass Mädchen und junge Frauen selbstbestimmt leben und ihre Interessen vertreten können. Dafür schaffen wir (Frei-)Räume, in denen sie sich ausprobieren, eigene Positionen entwickeln und erleben, dass ihre Bedürfnisse ernst genommen werden. Mit Aufklärung und Prävention stärken wir sie darin, Grenzverletzungen und (digitale) Gewalt zu erkennen, ihre Rechte wahrzunehmen und Unterstützung in Anspruch zu nehmen, siehe auch Seite 18.

Indem wir Mädchen und junge Frauen explizit als Zielgruppe unseres pädagogischen Handelns benennen, geben wir ihnen eine Stimme in Gesellschaft, Politik und in der Kinder- und Jugendhilfe. **„Nur so lassen sich Mädchen und Frauen – und damit auch die Demokratie – schützen."** (Deutsches Institut für Menschenrechte, „Digitale Gewalt gegen Frauen gefährdet die Demokratie", 06.03.2026)

Wir danken allen, die unsere Arbeit mittragen und sich gemeinsam mit uns für die Teilhabe von Mädchen und jungen Frauen sowie für eine demokratische Gesellschaft einsetzen.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre.

Ihre Spende wirkt – für Mädchen und junge Frauen in Köln

Liebe Unterstützer*innen, Wegbegleiter*innen und Leser*innen unseres Magazins,

unsere Mädchenarbeit steht aktuell und weiterhin vor spürbaren wirtschaftlichen Herausforderungen und wir sind in diesem Jahr erneut auf zusätzliche Spenden angewiesen.

Jede Spende zählt, ob einmalig oder regelmäßig. Vielleicht können Sie sich auch vorstellen, Andere für unsere Arbeit zu begeistern. Ihre Unterstützung trägt dazu bei, unsere Angebote zu sichern, geschützte Räume zu erhalten, Mädchen und jungen Frauen weiterhin Perspektiven zu eröffnen und sie in ihrer Selbstbestimmung zu stärken. In diesem LOBBY-Magazin erfahren Sie, was Ihre Unterstützung für Mädchen und junge Frauen bewirken kann.

Unterstützen Sie noch heute die LOBBY FÜR MÄDCHEN mit Ihrer Spende.

Wir bedanken uns herzlich, wünschen Ihnen einen friedvollen Jahresausklang, für das neue Jahr alles Gute und verbleiben mit einem Zitat von Nina Simone (amerikanische Jazz- und Bluessängerin, Pianistin, Songschreiberin und Bürgerrechtsaktivistin 1933-2003):

„Ich kann euch sagen, was Freiheit für mich bedeutet: ohne Angst leben."

Stefanie Gilles
Geschäftsführender Vorstand

Sabine Osbelt
Geschäftsführender Vorstand

Jetzt spenden:
https://secure.spendenbank.de/form/957/

Bankverbindung:
LOBBY FÜR MÄDCHEN e.V.
SozialBank AG
IBAN: DE59 3702 0500 0007 0694 00
Verwendungszweck: Meine Spende wirkt

Inhaltsverzeichnis

Rückblick	**4**	**UN-Weltmädchentag**	**37**
Aktuelles	**10**	**In eigener Sache**	**40**
Praxis	**10**	**Dank**	**40**
Beratung	10	**Ausblick**	**43**
Prävention	14		
Mädchenzentren	20		
Fachstelle YUNA Rheinland	30		

75 Jahre Kinder- und Jugendförderplan NRW

Rück blick

Im Juni wurde der 75. Geburtstag des Kinder- und Jugendförderplans des Ministeriums für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration gefeiert. Nach einem pointierten und engagierten Grußwort von Ministerin Verena Schäffer folgte ein großartiger Input von Prof.'in Karin Böllert von der Universität Münster und Prof. Klaus Schäfer, Staatssekretär a.D. Sie machten deutlich, dass es viele Gründe zu feiern gibt, zugleich aber auch genügend Anlässe bestehen, die Weiterentwicklung des Kinder- und Jugendförderplans weiter im Blick zu behalten. Denn: „Er muss die wesentliche Grundlage einer einmischenden Jugendpolitik bleiben und darf als Motor einer zukunftsfähigen Kinder- und Jugendhilfe nicht ins Stottern geraten."



Mädchenarbeit im Fokus: Christiane Lehmann (Handwerkerinnenhaus Köln e.V.), Sabine Osbelt (LOBBY FÜR MÄDCHEN), Kaja Korfmann und Handan Köksal (LAG Autonome Mädchenhäuser / feministische Mädchenarbeit NRW e.V.)



Ministerin Verena Schäffer, Jürgen Schattmann, Referatsleiter im Ministerium für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration für Allgemeine Fragen der Jugendpolitik und Leiter der Gruppe Jugend und Kinderschutz und Sabine Osbelt (LOBBY FÜR MÄDCHEN): Ein kurzer Austausch mit einer engagierten Weggefährtin und einem engagierten Weggefährten, die stets auch die Mädchenarbeit im Blick haben.



Abschied nach 30 Jahren engagierter feministischer Mädchenarbeit: Wir haben Christiane Lehmanns Abschied im Handwerkerinnenhaus gefeiert und ihr langjähriges Engagement gewürdigt. Wir bedanken uns für die Energie und das Engagement für eine gendergerechte Zukunft!

Franziska Schädlich (Pavillon e.V.), Sabine Osbelt (LOBBY FÜR MÄDCHEN e.V.), Christiane Lehmann, Rabea Maas (anyway Köln e.V.)



50 Jahre Frauen helfen Frauen e.V. - Autonome Frauenhäuser Köln

50 Jahre Einsatz, Schutz und Unterstützung für Frauen, die Gewalt erfahren haben. 50 Jahre wertvolle feministische Arbeit und ein konsequentes Eintreten für das Recht auf ein Leben ohne Gewalt. Wir durften im September bei der großartigen Jubiläumsfeier im Kulturhof Kalk dabei sein und gemeinsam auf fünf Jahrzehnte voller Engagement zurückblicken. Mit Reden, Workshops, Tanz, Konzerten und einer Party wurde gefeiert, erinnert und diskutiert.

Besonders bewegend war das Gespräch mit den Gründerinnen Lie Selter, der ersten Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Köln, und Frauke Mahr, die über viele Jahre im Vorstand der LOBBY FÜR MÄDCHEN aktiv war. Erinnerungen und Anekdoten wurden mit einer historischen Einordnung verbunden. Es ging um die Ziele und Herausforderungen der Anfänge, um Veränderungen und um die Frage, wie der Gewaltschutz heute gesichert werden kann.

Deutlich wurde dabei auch, dass die Arbeit heute mindestens genauso notwendig ist. Das Bündnis #FEMpörung gab einen Einblick in die derzeitige Situation und kritisierte in einer pointierten Rede den aktuellen Haushaltsplan der Stadt Köln sowie die drohenden Einschnitte im Gewaltschutz.

Wir danken den Autonomen Frauenhäusern Köln für 50 Jahre unermüdliches Engagement. Für ihre feministische Arbeit, die gesellschaftliche Veränderungen angestoßen hat und bis heute dringend benötigt wird. Wir schätzen die langjährige Verbundenheit und den gemeinsamen Einsatz für einen wirksamen Gewaltschutz in Köln sehr. Gewaltschutz kostet Geld - und rettet Leben!

Neuer PJW-Vorstand gewählt

Auf der Mitgliederversammlung im Juni wurde der PJW (Paritätisches Jugendwerk)-Vorstand für die nächsten zwei Jahre gewählt. Wir gratulieren herzlich zur Wahl und freuen uns auf die weitere gute Zusammenarbeit: Annika Schürmann (Mädchentreff Bielefeld e.V.), Selda Ilter-Şirin (Train Of Hope Dortmund e.V.), Umut Ali Öksüz (Interkulturelle Projekthelden), Dr. Volker Bandelow (Consol Theater), Dorsa Billstein (Coach e.V. Köln), Lisa Frankmölle (Jugendcafé JuBo), Patricia Gläfke (jfc Medienzentrum), Rabea Maas, (anyway e.V.), Deborah Pettkus (Jugendtreff Sit Down), Achim Sondermann (CULTRA), Andrea Steuernagel (Jugendfarm Bonn e.V., vom Paritätischen NRW benannt), Michael Kutz (Kinderschutzbund NRW, vom Paritätischen NRW benannt).





© Kirsten Reinhardt

Britta L.QL zusammen mit Sabine Osbelt und Steffi Gilles von der LOBBY FÜR MÄDCHEN

Abschiedstanz

Ende August verabschiedete sich die Künstlerin und Diplom-Designerin Britta L.QL mit ihrer Ausstellung „Abschiedstanz" nach 30 Jahren von dem Ladenlokal in der Glasstraße Köln-Ehrenfeld.

„Mit „ABSCHIEDSTANZ" blicke ich auf drei Jahrzehnte künstlerischen Schaffens zurück. Die Ausstellung versammelt Arbeiten, die meine Entwicklung geprägt haben – zwischen Kunst, Grafik, Fotografie und experimenteller Gestaltung. Sie erzählen von unterschiedlichen Phasen, freien künstlerischen Prozessen, gesellschaftlichen Themen und von den vielen Erinnerungen und Begegnungen, die mit diesen Arbeiten verbunden sind."

Wir waren bei der Vernissage dabei und freuen uns über die langjährige Verbundenheit mit Britta L.QL., die unter anderem unser LOBBY-Magazin gestaltet. Der Erlös aus dem Bilderverkauf ging als Spende unter anderem an die LOBBY FÜR MÄDCHEN. Danke für die langjährige Unterstützung – und auf eine weitere großartige Zusammenarbeit am neuen Ort in der Philippstraße.



Bürgermeisterin Derya Karadag, Else-Falk-Preisträgerin Irene Franken und Oberbürgermeister Thorsten Burmester bei der Preisverleihung

Else-Falk-Preis 2026

Herzlichen Glückwunsch Irene Franken!

In diesem Jahr durften wir als Teil des Bündnisses „Lila in Köln" in der Jury des Else-Falk-Preises der Stadt Köln mitwirken. Aus 20 beeindruckenden Nominierungen haben wir gemeinsam mit den weiteren Jurymitgliedern die diesjährige Preisträgerin ausgewählt. Die Entscheidung fiel uns nicht leicht. Die nominierten Frauen engagieren sich in den unterschiedlichsten Bereichen für Geschlechtergerechtigkeit: von der Unterstützung wohnungsloser, alleinerziehender und mehrfachdiskriminierter Frauen über die Aufarbeitung und Sichtbarmachung von Frauengeschichte bis hin zu Initiativen für Frauengesundheit und eine bessere Vereinbarkeit von Familie und Alltag.

Wir freuen uns sehr, dass Irene Franken, Historikerin, Publizistin und Initiatorin des Kölner Frauengeschichtsvereins, in diesem Jahr mit dem vierten Else-Falk-Preis ausgezeichnet wurde. Irene Franken macht seit vielen Jahrzehnten Frauengeschichte sichtbar und zeigt, welchen wichtigen Beitrag Frauen zur Geschichte Kölns und unserer Gesellschaft geleistet haben. Sie erinnert an Frauen, deren Geschichten lange wenig Beachtung fanden, und schafft damit Raum für Perspektiven, die in der Geschichtsschreibung häufig fehlen. Denn welche Geschichten erzählt und erinnert werden, prägt auch unser Bild von Gesellschaft.

Der alle zwei Jahre verliehene Else-Falk-Preis würdigt herausragendes Engagement für mehr Geschlechtergerechtigkeit. Mit der Auszeichnung von Irene Franken wird in diesem Jahr ein langjähriges und beharrliches Engagement für die Sichtbarkeit von Frauen und ihrer Geschichte gewürdigt.



© Stadt Köln

Die Jury gemeinsam mit der Projektgruppe nach der Jurysitzung



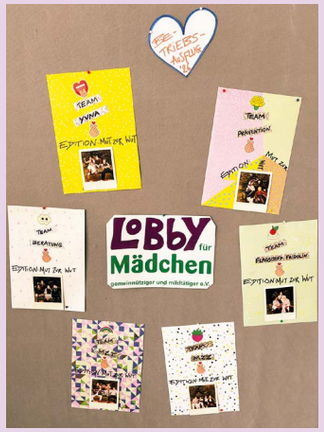






Empower the Team

Einmal raus aus dem Arbeitsalltag und gemeinsam Zeit verbringen. Bei unserem diesjährigen Betriebsausflug unter dem Motto „Empower the Team" ging es darum, miteinander ins Gespräch zu kommen, kreativ zu werden und uns gegenseitig zu stärken. Empowerment bedeutet für uns, nicht nur Mädchen und junge Frauen in ihrer Selbstbestimmung zu unterstützen, sondern auch die eigenen Stärken im Team wahrzunehmen und füreinander sichtbar zu machen. Beim Betriebsausflug war Zeit für kreative Ideen, gegenseitige Inspiration, Austausch und jede Menge Spaß. So konnten wir neue Impulse mitnehmen und uns daran erinnern, was unser Team stark macht: die unterschiedlichen Perspektiven, Fähigkeiten und Ideen, die zusammenkommen.



Rückblick

Da beim Betriebsausflug (fast) alle Kolleginnen zusammengekommen sind, nutzten wir die Gelegenheit, auch das 25. Dienstjubiläum von Sabine Osbelt zu feiern.

„DANKE Sabine, für 25 Jahre herausragende, unermüdliche Einsatzbereitschaft für Mädchen und junge Frauen. Du hast die LOBBY FÜR MÄDCHEN in all den Jahren mit deiner Erfahrung, deiner Art und deinem Humor entscheidend geprägt und bereichert."



Sommerfest der Kämpgen-Stiftung

Im Juli durften wir gemeinsam mit vielen Besuchenden das Sommerfest der Kämpgen-Stiftung feiern. Auch wenn der Tag mit einem kurzen Unwetter begann, zeigte sich schon bald die Sonne. Ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm mit den Räubern und den Jecker Öhrcher begeisterte das Publikum und lud zum Mitsingen und Mitfeiern ein.

Auch abseits der Bühne gab es viel zu entdecken: Der Kölner Spielezirkus sorgte mit seinen Mitmachaktionen für Spaß und Bewegung, während das Handwerkerinnenhaus an seiner Kreativstation zum Gestalten einlud. Dazu konnten sich die Besuchenden mit leckeren Speisen und Getränken, Eis und Kaffee stärken.

Das Sommerfest bot zahlreiche Gelegenheiten für Begegnungen, Austausch und gemeinsame schöne Momente. Wir bedanken uns herzlich bei der Kämpgen-Stiftung für diesen gelungenen Tag und die bisherige Unterstützung unserer Mädchenarbeit.

Sabine Osbelt, Alina Jurksch und Stefanie Gilles von der LOBBY FÜR MÄDCHEN





Antonia Meier von der LOBBY FÜR MÄDCHEN

Woche der Vielfalt an der Deutschen Sporthochschule Köln

Sport ist nicht frei von Sexismus, Diskriminierung und sexualisierter Gewalt. Umso wichtiger sind Orte, an denen diese Themen sichtbar gemacht und diskutiert werden können. Im Rahmen der Woche der Vielfalt an der Deutschen Sporthochschule Köln vom 29. Juni bis 5. Juli 2026 waren wir mit einem Infostand auf dem Campus in Junkersdorf vertreten.

Im Austausch mit Studierenden thematisierten wir unter anderem Menstruation und Sport, Geschlechtertests in der Leichtathletik sowie die Bedeutung von Safer Spaces für Mädchen und junge Frauen. Auch die Initiative Edelgard war mit einem Stand vor Ort und informierte über sexualisierte Gewalt mit einem besonderen Fokus auf den Bereich Sport.

Wir bedanken uns herzlich für die Einladung und dafür, dass die Deutsche Sporthochschule Köln Raum für die Auseinandersetzung mit diesen wichtigen Themen schafft.

Wie Armut Frauen trifft und was wir dagegen tun können: ein intersektionales Fachgespräch der GRÜNEN Landtagsfraktion in NRW

Beim Fachgespräch der GRÜNEN Landtagsfraktion NRW kamen Politik, Wissenschaft sowie Mädchen- und Frauenhilfen zusammen, um über die Ursachen und Ausprägungen von Frauenarmut aus intersektionaler Perspektive zu sprechen. Diskutiert wurden Ansätze zur Verringerung des Armutsrisikos, darunter geschlechtsspezifische Wohnungslosenhilfe, Empowerment-Angebote und Assistenzleistungen, sowie die möglichen Folgen geplanter Einsparungen in der Eingliederungshilfe. Über den aktuellen Stand und mögliche weitere Entwicklungen berichten wir in der nächsten Ausgabe des LOBBY-Magazins.



Die drei Gewinnerinnen des Else-Falk-Preises Behshid Najafi, Christiane Lehmann und Frauke Mahr bei der Kundgebung des Aktionsbündnis #FEMpörung



Kolleginnen und Wegbegleiterinnen bei der Kundgebung des Aktionsbündnis #FEMpörung während der Ratssitzung am 2. September

Aktionsbündnis #FEMpörung

Keine Sozialstreichungen auf Kosten von Frauen und Mädchen in Not!

Mit dem am 2. September vorgestellten Haushaltsplanentwurf plante die Stadt Köln massive Einsparungen bei autonomen, feministischen Projekten, die sich gegen Gewalt einsetzen und Frauen, Mädchen und queere Personen unterstützen. Und das, obwohl geschlechtsspezifische Gewalt bundesweit weiter zunimmt. Deshalb haben wir uns gemeinsam mit weiteren Organisationen und Initiativen im Aktionsbündnis „#FEMpörung" zusammengeschlossen, um uns gegen die geplanten Kürzungen zu stellen und den Erhalt dieser Angebote einzufordern. Wir halten Sie über die aktuellen Entwicklungen auf Social Media und auf unserer Homepage auf dem Laufenden.

Finanzausschuss 16. Oktober

In den Haushaltsberatungen haben sich die Ratsfraktionen von BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN Köln, CDU Köln und SPD Köln auf einen gemeinsamen Antrag geeinigt, der die drohenden Einschnitte bei unserer Mädchenarbeit weitgehend auffängt.

Unser besonderer Dank gilt unter anderem den jugend- und gleichstellungspolitischen Specher*innen der Fraktionen von Grünen, CDU, SPD, Volt und DIE LINKE für ihr starkes Zeichen der Wertschätzung für Jugendarbeit, Gewaltschutz und Mädchen- und Frauenarbeit in Köln und den engagierten Einsatz für die Rücknahme der Kürzungen.

Die auskömmliche Finanzierung der Familien- und Fachberatungsstellen, zu denen auch unsere Mädchenberatungsstelle gehört, ist bedauerlicherweise nach wie vor noch nicht gesichert. Wir bleiben am Ball.

Über die Verabschiedung des kommunalen Haushaltes und damit die endgültigen Ergebnisse und deren Bedeutung für die Finanzierung unserer Angebote informieren wir Sie ebenfalls auf Social Media und unserer Homepage.

Aktuell



© BAG Autonome Mädchen*häuser e.V.

Aktuell

Pünktlich zum Weltmädchentag am 11. Oktober startete die Bundesarbeitsgemeinschaft (BAG) Autonome Mächen*häuser e.V. eine Instagram-Kampagne zum Thema Antifeminismus. Wöchentlich werden Statements und Informationen veröffentlicht, die sich mit antifeministischen Entwicklungen sowie der Arbeit der autonomen Mädchenhäuser in Deutschland befassen. Mit der Kampagne macht die BAG deutlich, dass Gleichberechtigung und ein Leben frei von Gewalt zentrale Voraussetzungen für eine offene und demokratische Gesellschaft sind. Dafür braucht es Menschen, die Antifeminismus entgegentreten und Haltung zeigen – jeden Tag und überall.

Antrittsvorlesung

von Universitätsprofessorin Dr. med. Nadine Lehnen, Direktorin der Klinik und Poliklinik für Psychosomatik und Psychotherapie

Wir haben uns sehr über die Einladung zur Antrittsvorlesung von Frau Dr. Lehnen gefreut. Ihr anregender Vortrag zum Thema „Ein neues Verständnis funktioneller Körperbeschwerden" war ein inspirierender Einstieg in den Abend. Im Anschluss hatten wir im Rahmen eines Abends der Offenen Türen die Gelegenheit, die Räumlichkeiten, Therapiematerialien, Mitarbeitenden und Abläufe der Klinik und Poliklinik für Psychosomatik und Psychotherapie der Universität zu Köln kennenzulernen. Der fachliche Austausch und die vertieften Einblicke in Therapiepläne, Zugänge und Abläufe helfen uns dabei, unseren Klientinnen den Übergang von der ambulanten Beratung in eine notwendige stationäre Therapie, beispielsweise bei diagnostizierter Ess-Störung, in der Uniklinik zu erleichtern.

Das Crazy: Jugend – die meistunterschätzte Generation

Dagmar Hanses, Sprecherin für Jugend- und Rechtspolitik der Fraktion BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN, lud zu ihrer Veranstaltungsreihe „Das Crazy: Jugend – die meistunterschätzte Generation" in den Landtag NRW ein. Ziel dieser Veranstaltungsreihe war es, aktuelle Phänomene aus jugendlichen Lebenswelten sichtbar zu machen, sie einzuordnen und politische Lösungsansätze zu entwickeln. Wir sind am 20. Mai gemeinsam mit anderen Expert*innen und Interessierten aus Wissenschaft, Praxis und Politik in Düsseldorf zusammengekommen und haben uns über das Thema „Mental Health & Body Neutrality" ausgetauscht. Der Abend wurde durch einen gelungenen Einführungsvortrag von Lisa-Marie Hentschke, der Referentin der Landeskoordinierungsstelle Essstörungen NRW, zum Thema Ess-Störungen eingeleitet und endete in einem wertvollen Austausch aller Anwesenden. Wir bedanken uns bei Frau Hanses für diese großartige Veranstaltung.

Schlafprobleme können sich ganz unterschiedlich zeigen: Du kannst abends nicht einschlafen, wachst nachts immer wieder auf oder fühlst dich morgens trotz Schlaf erschöpft. Wenn das häufiger passiert, kann es deine Stimmung, Konzentration und Energie im Alltag beeinflussen



Beratung TO GO:

Schlafprobleme

Was kann kurzfristig helfen?

- Schaffe eine ruhige Abendroutine: Versuche, jeden Abend ungefähr zur gleichen Zeit ins Bett zu gehen und dir Zeit zum Abschalten zu nehmen.
- Lege Handy & Co. beiseite: Helles Bildschirmlicht kann das Einschlafen erschweren. Wenn möglich, verzichte etwa 30–60 Minuten vor dem Schlafengehen auf Smartphone, Tablet, Fernseher oder Laptop.
- Entspanne deinen Körper: Ruhiges Atmen, leichte Dehnübungen oder entspannende Musik können helfen, zur Ruhe zu kommen.
- Setze dich nicht unter Druck: Wenn du nicht sofort einschlafen kannst, ist das in Ordnung. Manchmal hilft es, kurz aufzustehen und etwas Ruhiges zu tun, bis du wieder müde wirst.

WICHTIG: Schlafprobleme können viele Ursachen haben und kommen häufiger vor, als viele denken. Halten sie über längere Zeit an oder belasten dich stark, kann es sinnvoll sein, mit einer vertrauten Person oder einer Fachkraft darüber zu sprechen. Eine geeignete Unterstützung kann einen großen Unterschied machen.

- Deine Beraterinnen

Praxis

Sad Girlz – Köln-Premiere auf dem Cinepänz

„Sad Girlz" (Originaltitel „Chicas Tristes") von Fernanda Tovar wurde am 10. und 13. Oktober im Rahmen des Cinepänz, dem Jungen Filmfestival Köln des jfc Medienzentrum e.V., im Filmhaus gezeigt. Die Köln-Premiere fand in Kooperation mit der LOBBY FÜR MÄDCHEN statt.

Paula und La Maestra sind 16 Jahre alt, unzertrennlich und die besten Schwimmerinnen ihres Teams. Eine Nacht verändert ihre Freundschaft. Paula zieht sich zurück und wirkt tieftraurig. Nach und nach beginnt sie, über das Erlebte zu sprechen. Während Paula Zeit braucht, möchte La Maestra das Geschehene zur Sprache bringen. Ihre unterschiedlichen Reaktionen stellen ihre Freundschaft auf die Probe.

Der Film erzählt sensibel davon, wie unterschiedlich Mädchen mit einem einschneidenden Erlebnis umgehen können und wie schwer es sein kann, Worte für das Geschehene zu finden. Im anschließenden Filmgespräch waren wir als LOBBY FÜR MÄDCHEN dabei und haben gemeinsam mit den Kinobesuchenden über Grenzverletzungen, den Umgang mit Erlebtem und die Bedeutung von Unterstützung gesprochen.

Vielen Dank an das jfc Medienzentrum als Veranstalter des Festivals für die Einladung und an alle Kinobesuchenden für den offenen und wichtigen Austausch.



© Junges Filmfestival Köln / Cinepänz

Perspektiv

Mehr als ein Perspektivwechsel

Der Fall von Gisèle Pelicot, den sie 2024 öffentlich machte, hat eine breite gesellschaftliche Debatte über sexualisierte Gewalt und die damit verbundene Schuld- und Schamzuweisung ausgelöst. Ihre Worte „Die Scham (Schande) muss die Seite wechseln" stehen für einen Perspektivwechsel, der längst überfällig ist.

In unserer Beratungspraxis erleben wir nahezu täglich, dass Mädchen und junge Frauen von sexualisierten Grenzverletzungen und sexualisierter Gewalt berichten. Dabei begegnen uns immer wieder dieselben Fragen: „Habe ich klar genug Nein gesagt? War ich laut genug? Habe ich mich körperlich gewehrt? War deutlich genug, dass ich das nicht wollte?" Ob in der Partnerschaft, durch eine ihnen unbekannte Person oder im familiären Umfeld: Mädchen und junge Frauen, die sexualisierte Gewalt erleben, suchen die Verantwortung zunächst häufig bei sich selbst. In der Beratung können wir als Beraterinnen eine klare Haltung vertreten und gemeinsam mit den Mädchen und jungen Frauen daran arbeiten, dass sie die Verantwortung nicht bei sich selbst suchen.

Habe ich klar genug Nein gesagt?

War ich laut genug?

Habe ich mich körperlich gewehrt?

War deutlich genug, dass ich das nicht wollte?

In Deutschland gilt der Grundsatz „Nein heißt Nein". Das war ein wichtiger erster Schritt, reicht aber nicht aus. Noch immer richtet sich der Blick auf das Verhalten der Betroffenen und damit auf die Frage, ob eine sexualisierte Grenzverletzung ausreichend deutlich abgelehnt wurde. So wird die Verantwortung weiterhin bei den Betroffenen gesucht, statt sie dort zu verorten, wo sie hingehört: bei der Tatperson. Es braucht endlich einen Perspektivwechsel in der deutschen Gesetzgebung. Tatpersonen müssen Verantwortung für ihr Handeln und die Konsequenzen übernehmen. Gleichzeitig braucht es ein Rechtssystem, in dem Betroffene sich ausreichend unterstützt und geschützt fühlen, um Anzeige erstatten zu können.

Gisèle Pelicots Fall war in Frankreich ein wichtiger Anstoß für die Debatte um einen „Nur Ja heißt Ja"-Konsens. Auch in Deutschland machen Frauen mit großem Mut ihre Erfahrungen öffentlich, wie beispielsweise Claudia Wuttke. Dieser Mut verdient Anerkennung und kann dazu beitragen, die notwendige Debatte über eine Reform des Sexualstrafrechts voranzubringen.

In unserer Beratungspraxis füllen wir nach jedem Erstgespräch eine Statistik aus. Die letzte Frage lautet: „Wurde eine Anzeige gestellt?" In rund 72 Prozent der Fälle kreuzen wir „Nein" an. Eine Anzeige zu erstatten, muss die freie Entscheidung jeder Betroffenen bleiben. Gleichzeitig stellt sich die Frage, warum so viele Mädchen und junge Frauen nicht darauf vertrauen, dass unser Rechtssystem sie schützt. Unsere Arbeit setzt genau dort an: Wir unterstützen Mädchen und junge Frauen darin, ihre Rechte wahrzunehmen und selbstbestimmt zu entscheiden, was für sie der richtige Weg ist. Wir setzen uns dafür ein, dass dieser Weg von einem Rechtssystem. Wir setzen uns dafür ein, dass dieser Weg von einem Rechtssystem begleitet wird, dem sie vertrauen, und das sie schützt.

NUR JA HEISST JA

Praxis

Partizipation in der Beratung:

Mädchen und junge Frauen mitentscheiden lassen

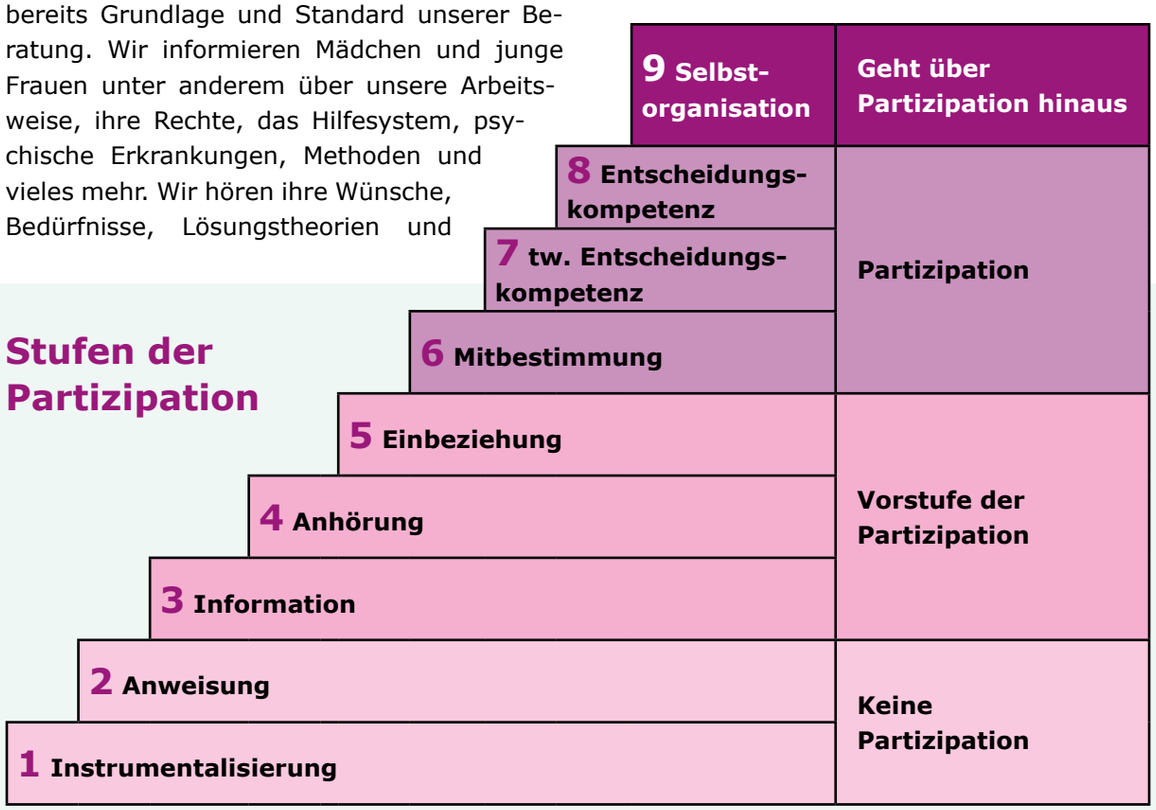
Partizipation ist ein wichtiger Bestandteil unserer Beratungsarbeit. Aus diesem Grund haben wir uns sehr gefreut, dass der Landschaftsverband Rheinland (LVR) und der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) einen Fachtag mit dem Titel „‚Gelebte' Partizipation von Kindern und Jugendlichen in der Beratungsstelle - von Spannungsfeldern und Gestaltungsräumen" veranstaltet hat.

In drei spannenden Vorträgen wurde eine gemeinsame Wissensgrundlage geschaffen. Dabei wurden die Themen Kinderrechte, Erkenntnisse zur bestehenden Partizipation in der Erziehungsberatung sowie gesetzliche Vorgaben zur Partizipation behandelt. In den anschließenden Workshops wurde das Wissen schwerpunktbezogen mit der konkreten praktischen Arbeit in Bezug gebracht.

So hatten wir die Möglichkeit, unsere praktische Umsetzung von Partizipation in der Beratung zu reflektieren. Die Vorstufe der Partizipation, also das Informieren, Anhören und Einbeziehen von Kindern und Jugendlichen, ist bereits Grundlage und Standard unserer Beratung. Wir informieren Mädchen und junge Frauen unter anderem über unsere Arbeitsweise, ihre Rechte, das Hilfesystem, psychische Erkrankungen, Methoden und vieles mehr. Wir hören ihre Wünsche, Bedürfnisse, Lösungstheorien und Meinungen und beziehen sie beispielsweise in die Auswahl von Methoden und die Definition des Beratungsziels mit ein.

Ziel dieses Vorgehens ist es, Mädchen und jungen Frauen möglichst viel Entscheidungsspielraum zu geben. Dabei bleibt es Aufgabe der Beraterin, die Möglichkeiten und Grenzen von Entscheidungen im Blick zu behalten und darauf zu achten, dass die Klientinnen nicht mit Verantwortung überfordert werden. Partizipation bedeutet deshalb nicht, Verantwortung an Klientinnen abzugeben. Vielmehr bringen beide Seiten unterschiedliche Perspektiven und Kenntnisse ein: Wir als Beraterinnen kennen das Hilfesystem und seine Zugangswege, wissen um unterschiedliche Problemlagen und Lösungswege und begleiten den Beratungsprozess. Die Klientin ist Expertin für ihr eigenes Leben, ihre Bedürfnisse und ihre Situation. Gemeinsam können beide Perspektiven in den Beratungsprozess einfließen und einen individuellen Lösungsweg ermöglichen.

Stufen der Partizipation



Gewaltschutz für Mädchen und jungen Frauen mit sogenannter Behinderung

Herausforderungen in der Beratungsarbeit

Mädchen und junge Frauen mit sogenannter Behinderung sind einem deutlich erhöhten Risiko ausgesetzt, physische, psychische, sexualisierte und digitale Gewalt zu erfahren, wie eine **Studie der Universität Bielefeld** zeigt. Die Gewalt geht dabei häufig von Personen aus dem direkten sozialen Umfeld aus. Dazu gehören Bezugs- und Betreuungspersonen im häuslichen Umfeld ebenso wie Mitarbeitende in Schulen, Werkstätten, Wohneinrichtungen, Freizeitangeboten oder Fahrdiensten. Darüber hinaus ist die Gewalt oftmals ausgehend von Personen aus der eigenen Peergroup, wie etwa Kolleg*innen oder Mitbewohner*innen.

Vgl. https://www.publikationen-bundesregierung.de/pp-de/publikationssuche/lebenssituation-und-belastungen-von-frauen-mit-beeintraechtigungen-und-behinderungen-in-deutschland-734134

Risikofaktoren wie die Isolation in geschlossenen Systemen sowie eine unzureichende Aufklärung über den eigenen Körper, die eigene Sexualität und die eigenen Grenzen begünstigen das Entstehen von Gewalt. Für unsere Beratungsarbeit ergeben sich daraus vielfältige Herausforderungen. Viele Betroffene können ihre Gewalterfahrungen nur schwer als solche einordnen und mitteilen, da



diese oftmals nicht als solche erkannt werden und als gegebene Normalität hingenommen werden. Bei vielen Mädchen und jungen Frauen mit sogenannter Behinderung kommt ein eingeschränktes Erinnerungs- oder Ausdrucksvermögen hinzu. Das kann dazu führen, dass erlebte Gewalt nicht benannt oder angezeigt werden kann.

Juristische Hürden erschweren es der Zielgruppe zusätzlich, Gewalterfahrungen zur Anzeige zu bringen. Die oftmals eingeschränkte Selbstständigkeit sowie bestehende Abhängigkeiten erschweren betroffenen Mädchen und jungen Frauen den Zugang zu Beratung. Oftmals benötigen sie Unterstützung bei der Terminvereinbarung und der Wahrnehmung von Terminen vor Ort. Wenn es sich bei den Betreuungspersonen gleichzeitig um die Tatpersonen handelt, können die geschlossenen Systeme und die hohen Abhängigkeiten eine Beratung nahezu unmöglich machen.

Gleichzeitig sind die Betroffenen häufig anfälliger für Manipulation durch die Tatpersonen oder das soziale Umfeld. Das Gewalterleben könnte bagatellisiert oder abgesprochen werden. Ein geringes Selbstwertgefühl sowie kognitive Beeinträchtigungen können die Beratung ebenfalls erschweren und erfordern eine besonders sensible Arbeitsweise.

Insgesamt wird deutlich, dass Mädchen und junge Frauen mit sogenannter Behinderung eine besonders gefährdete Risikogruppe im Kontext von Gewalt darstellen. Die Beratungsarbeit erfordert ein hohes Maß an Fachwissen, Sensibilität und interdisziplinärer Zusammenarbeit. Gleichzeitig sind wirksame Schutzkonzepte, umfassende Präventionsangebote sowie die konsequente Stärkung von Selbstbestimmung und Teilhabe zentrale Voraussetzungen, um Gewalt vorzubeugen und Betroffene nachhaltig zu unterstützen.

Praxis

Markt der Möglichkeiten

Starke Mädchen, starke Frauen

https://www.youtube.com/@LobbyfuerMaedchen

Am 5. Mai 2026 öffnete das Mädchenzentrum II seine Türen für den „Markt der Möglichkeiten – Starke Mädchen, starke Frauen". Eingeladen waren Mädchen und junge Frauen, die in den vergangenen Jahren an den Präventionsworkshops des Projekts „Hürden überwinden – Gewaltschutz für Mädchen und junge Frauen mit sogenannter Behinderung" teilgenommen haben.

Der Mitmachvormittag bot den Teilnehmerinnen die Gelegenheit, das barrierearme Mädchenzentrum II in entspannter Atmosphäre kennenzulernen und die vielfältigen Angebote der LOBBY FÜR MÄDCHEN zu entdecken. Im Mittelpunkt stand dabei die Möglichkeit, den Vormittag selbstbestimmt zu gestalten und verschiedene Aktionen nach eigenen Interessen auszuprobieren.

Zu den kreativen Mitmachangeboten gehörten das Gestalten von Perlenarmbändern sowie das Bedrucken von Stofftaschen mit feministischen Symbolen im Linoldruckverfahren. Darüber hinaus konnten die Mädchen und jungen Frauen an einer Fotoaktion zum Thema Berufswahl teilnehmen und sich in kurzen Interviews zu Themen äußern, die sie bewegen und die ihnen wichtig sind. Gleichzeitig wurden die verschiedenen Hilfe- und Unterstützungsangebote der LOBBY FÜR MÄDCHEN vorgestellt und es bestand die Möglichkeit, mit den Mitarbeiterinnen ins Gespräch zu kommen.

Der gesamte Vormittag wurde vom jfc Medienzentrum e.V. videografisch begleitet. Die entstandenen Videos sind auf dem YouTube Kanal der LOBBY FÜR MÄDCHEN veröffentlicht.

Der „Markt der Möglichkeiten" war zugleich die Abschlussveranstaltung des Projekts „Hürden überwinden", dessen Laufzeit zum Ende des Jahres endet. Die Veranstaltung machte noch einmal deutlich, dass die Präventionsworkshops weit mehr sind als einzelne Bildungsangebote. Sie eröffnen Zugänge zu den weiterführenden Unterstützungs- und Freizeitangeboten der LOBBY FÜR MÄDCHEN. Viele Teilnehmerinnen lernen über das Projekt das Mädchenzentrum II kennen, nutzen die Angebote der Mädchen(aus)bildungsinitiative – M(a)BI oder finden bei Bedarf den Weg in die (aufsuchende) Beratung. So entsteht eine kontinuierliche Begleitung, die Mädchen und junge Frauen mit sogenannter Behinderung in unterschiedlichen Lebenslagen stärkt und ihnen langfristige Anlaufstellen bietet.

Der „Markt der Möglichkeiten" zeigte eindrucksvoll, wie wichtig Räume sind, in denen Mädchen und junge Frauen sich begegnen, kreativ werden, ihre Interessen einbringen und gleichzeitig Unterstützung und Orientierung für ihren weiteren, individuellen Lebensweg finden können.

Gefördert wurde das Projekt „Hürden überwinden" durch:

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen



© Evi Blink

Buntes Treiben beim Kreativangebot



© Evi Blink

Das Interview finden Sie auf Youtube!





© Evi Blink

KI gestützte Fotosession zum Thema Berufswahl

Gemeinsames Foto mit dem „Hürden überwinden" Team und Teilnehmerinnen für den Kölner Stadt-Anzeiger



Unterschriften für die Weiterfinanzierung von „Hürden überwinden“

Seit 2018 arbeitet Jennifer Korth, Frauenbeauftragte der GWK START GmbH, mit uns im Projekt „Hürden überwinden“ zusammen. Regelmäßig gehen unsere Mitarbeiterinnen des Projektes in die Werkstatt, führen Beratungsgespräche und bieten Schulungen und Workshops an. Weil die Landesförderung für das Projekt zum Jahresende 2026 ausläuft, hat Jennifer Korth ein Zeichen für die Notwendigkeit einer Weiterfinanzierung gesetzt. Sie sammelte Unterschriften und verfasste ein Rundschreiben, um auf die Bedeutung und Wirkung des Projekts aufmerksam zu machen.

„Ich finde diese Beratung und Angebote sehr wichtig. Sie geben den Frauen eine gute Hilfestellung“, schreibt sie. Und mit Blick auf unsere Arbeit fügt sie hinzu: „Der Verein darf nicht wegfallen – ‚Lobby für Mädchen‘ hilft sehr vielen Menschen!“

Wir bedanken uns herzlich für ihr langjähriges Engagement in der Zusammenarbeit und dafür, dass sie sichtbar macht, wie wichtig Beratung, Prävention und Gewaltschutz für Mädchen und Frauen mit sogenannter Behinderungen sind.



Filmvorführung „LUISA“

Am 24. November zeigt der Arbeitskreis Sexualität und Behinderung anlässlich der Orange Days den Film „LUISA“ im Bürgerzentrum Ehrenfeld. Als Mitglied des Arbeitskreises freuen wir uns auf den gemeinsamen Abend und das begleitende Rahmenprogramm.

„LUISA ist vor kurzem von zu Hause ausgezogen und neugierig, was das Leben für sie bereithält. Sie liebt Partys, ist für jeden Spaß zu haben, lässt sich auf Flirts und kleine Abenteuer ein. Sie lebt in der Wohngruppe einer Einrichtung für Menschen mit Behinderung am Rande einer deutschen Kleinstadt. Dort erhält sie Unterstützung in ihrem oft turbulenten Alltag. Unbemerkt wird Luisa zunehmend stiller, in der Wohngruppe geht das alltägliche Leben weiter, bis unerwartet festgestellt wird, dass Luisa schwanger ist. Luisa selbst sagt nicht, wie das passiert ist, sie schweigt. Jede und jeder weiß, dass ihr Freund Anton nicht zeugungsfähig ist. Der Verdacht auf sexuellen Missbrauch liegt nahe. Luisa entschließt sich, die Schwangerschaft abbrechen zu lassen. Die Polizei wird eingeschaltet und versucht herauszufinden, ob eine Straftat vorliegt. Die Ermittlungen werden zur Belastungsprobe für Luisa, ihre Beziehung zu Anton und für das gesamte Personal der Wohneinrichtung.“

© Arbeitskreis Sexualität und Behinderung

Digitale Hilfs- und Unterstützungsangebote in Deutscher Gebärdensprache

Das Projekt „Hürden überwinden – Gewaltschutz für Mädchen und junge Frauen mit sogenannter Behinderung“, erreicht viele Mädchen und junge Frauen mit unterschiedlichsten sogenannten Behinderungen. Eine Zielgruppe, die aufgrund von Sprachbarrieren häufig nur erschwert Zugang zu Hilfs- und Unterstützungsangeboten hat, sind Mädchen und junge Frauen mit Hörbehinderungen oder solche, die nonverbal kommunizieren. Sie stoßen häufig auf strukturelle Barrieren, die den Zugang zu Hilfs- oder Beratungsangeboten erschweren oder unmöglich machen. Obwohl die Deutsche Gebärdensprache seit 2022 im Bundesgleichstellungsgesetz anerkannt ist, wird sie nur von wenigen Menschen verwendet. Dies kann insbesondere in Notsituationen zu großen Problemen führen.

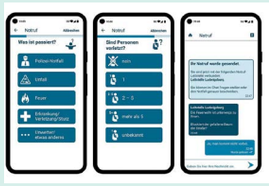
Mittlerweile gibt es jedoch verschiedene digitale Angebote, die es Mädchen und jungen Frauen mit alternativen Kommunikationsformen erleichtern, Hilfe zu holen.

Polizeilicher Notruf über Tess

Erlebt ein Mädchen oder eine Frau körperliche Gewalt oder befindet sich in einer Notlage, kann die Polizei kostenlos und in Deutscher Gebärdensprache über die Tess-App oder die Tess-Website kontaktiert werden.

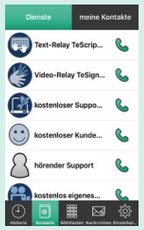
Nora Notruf-App

Mit der Nora Notruf-App kann ein Notruf nonverbal abgesetzt werden. Über die App lassen sich per Text und Auswahlfeldern Angaben zur Notlage und zum eigenen Standort übermitteln.



Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“

Das Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ bietet Beratung in Deutscher Gebärdensprache an. Über die Tess-Relay-Dienste können Mädchen und Frauen mit unterschiedlichen Kommunikationsbedarfen die telefonische Beratung nutzen. Darüber hinaus stehen Online-Beratung per E-Mail und Sofort-Chat zur Verfügung.



Für die Mitarbeiterinnen des Projekts „Hürden überwinden – Gewaltschutz für Mädchen und junge Frauen mit sogenannter Behinderung“ ist es wichtig, diese und weitere Hilfs- und Beratungsangebote zu kennen und Informationen darüber weiterzugeben. Auch Peers, Angehörige und Fachkräfte können dazu beitragen, dass Mädchen und junge Frauen von passenden Unterstützungsmöglichkeiten erfahren.

Prävention goes Stadion

Neue Kooperation – Bayer 04 Lernkurve

In den vergangenen Monaten hat sich ein Kooperationsbündnis aus dem Zonta Club Leverkusen, Bayer 04 Leverkusen, dem Sozialdienst Katholischer Männer Leverkusen (SKM Leverkusen) und der LOBBY FÜR MÄDCHEN zusammengefunden. Im Rahmen der Bayer 04 Lernkurve führen wir unseren Präventionsworkshop „Ja. Nein. Vielleicht? – Grenzen und Grenzverletzungen“ auch im Bayer 04 Stadion für Mädchen und junge Frauen durch. Ergänzt wird das Angebot durch die parallel angebotenen Workshops für Jungen und junge Männer, die von den Kolleginnen und Kollegen des SKM Leverkusen unterstützt werden. Die Kooperation entstand über den Zonta Club Leverkusen, mit dem wir seit Jahren erfolgreich in der Region Leverkusen zusammenarbeiten.



Sicher im Netz – Gewaltprävention durch Medienkompetenz

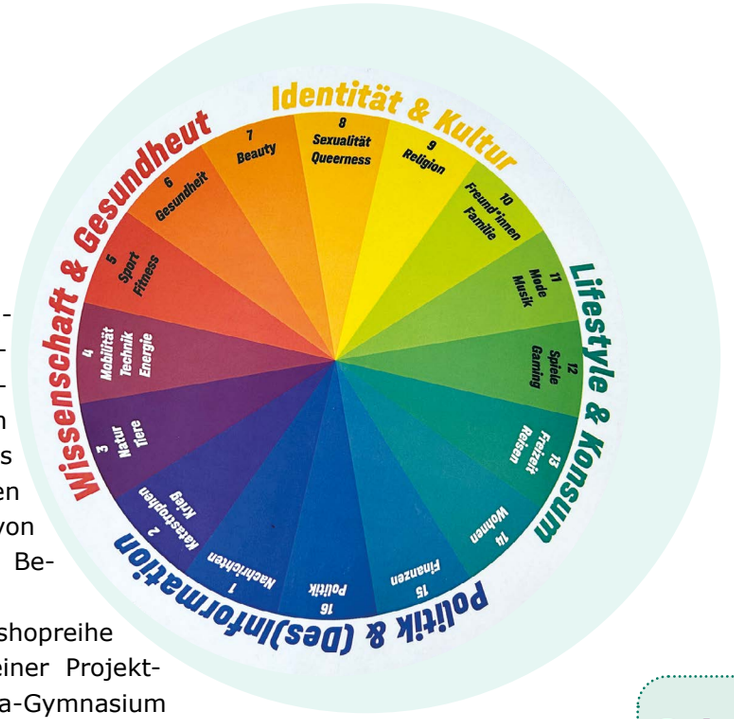
Das Smartphone ist für die meisten Kinder und Jugendlichen mittlerweile ein ständiger Alltagsbegleiter. So kann es einerseits für mehr Selbstständigkeit und Sicherheit beispielsweise auf dem Schulweg sorgen, andererseits birgt es oftmals Gefahren, die nicht immer auf den ersten Blick offensichtlich sind. Auch neue und rasante Entwicklungen in der KI-Branche sind längst nicht mehr zu übersehen. Da Smartphones heute selbstverständlich zum Alltag von Mädchen und jungen Frauen gehören, möchten wir sie auch bei der Nutzung digitaler Medien informieren, schützen und stärken.

Deshalb wurde in diesem Jahr die neue Workshopreihe „Sicher im Netz – Gewaltprävention durch Medienkompetenz" entwickelt. Ziel der Workshopreihe ist es, Mädchen und junge Frauen in einem sicheren und selbstbestimmten Umgang mit digitalen Medien zu stärken und gleichzeitig für verschiedene Formen digitaler Gewalt zu sensibilisieren. Die modular aufgebaute Workshopreihe kann individuell an die Bedürfnisse der jeweiligen Gruppe angepasst werden. Thematisiert werden unter anderem Themen wie digitale Lebenswelten und Selbstbilder, Grenzen und Konsens im digitalen Raum, Cybermobbing, Hate Speech, sexualisierte Gewalt und Cybergrooming. Auch gesellschaftliche und geschlechterbezogene Machtstrukturen im Netz sowie aktuelle Entwicklungen rund um KI und Deepfakes werden aufgegriffen. Ergänzend lernen die Teilnehmerinnen ihre Rechte im digitalen Raum sowie konkrete Schutz- und Handlungsstrategien kennen, etwa das Blockieren und Melden von Accounts, das Sichern von Beweisen und das Einholen von Unterstützung und Beratung.









© Verein Amazone

Die erste Workshopreihe fand im Rahmen einer Projektwoche am Genoveva-Gymnasium in Köln statt. Die Schülerinnen beschäftigten sich dabei mit Algorithmen auf Social-Media-Plattformen, mit Inhalten, die sie sich täglich anschauen, mit Filterblasen, in denen sie sich befinden, und mit der Frage, wie man diese Inhalte reflektiert konsumieren kann. Außerdem wurden antifeministische Akteur*innen im Netz thematisiert, beispielsweise Abtreibungsgegner*innen, Incels oder Tradwives, deren Videos sich oftmals ungewollt im eigenen Feed wiederfinden. Demgegenüber wurden bisherige feministische Errungenschaften und ihre anhaltende Wirkung auf die heutige Lebensrealität beleuchtet.

Während der Workshopzeit ging es nicht nur um die Nachteile oder Gefahren der sozialen Medien, sondern auch um Chancen und positive Aspekte. Dabei standen vor allem Kreativität, der Austausch mit anderen Menschen und Inspiration im Vordergrund. Besonders wertvoll für die Teilnehmerinnen war die Möglichkeit, in einem Safer Space offen über eigene Erfahrungen mit sozialen Medien zu sprechen. Die beiden Workshoptage haben nicht nur viel Spaß gemacht, sondern boten auch Raum für Austausch, Reflexion und gegenseitiges Empowerment.

Weitere Workshops sind bereits in Planung. Durch die Zusammenarbeit mit Trägern, die über Expertise in Gewaltprävention und reflektierter Jungenarbeit verfügen, sollen zukünftig auch Workshops für Jungen und junge Männer durchgeführt werden. Diese werden sich, analog zu den Workshops für Mädchen und junge Frauen, auf die Zielgruppe Jungen und junge Männer fokussieren. Dabei sollen Themen wie beispielsweise Incel-Gruppen, antifeministische Tendenzen, toxische Männlichkeit, das Rollback zu tradierten Geschlechterrollen sowie das Recht auf Selbstbestimmung und körperliche sowie seelische Unversehrtheit, die Bedeutung von KI im Zusammenhang mit sexualisierter Gewalt (zum Beispiel Deepfakes) und deren Wechselwirkungen geschlechterdifferenziert beleuchtet werden.

Cybergrooming im Netz

Über das Thema Cybergrooming haben wir im September mit RTL West gesprochen. Anlass war eine neue Studie der Landesanstalt für Medien NRW. Fast jedes fünfte Kind und jeder fünfte Jugendliche unter 18 Jahren hat demnach bereits Erfahrungen mit Cybergrooming gemacht. Besonders häufig kommt es auf Online-Gaming-Plattformen vor. Dass das Thema zunehmend öffentliche Aufmerksamkeit bekommt, ist ein wichtiger Schritt. Den Beitrag finden Sie in der RTL-Mediathek oder direkt über den QR-Code:





Zu Besuch im Mädchenzentrum I

Petra Ladenburger, Beauftragte für Kinderschutz und Kinderrechte des Landes Nordrhein-Westfalen

Praxis

Was bewegt Mädchen und junge Frauen? Welche Fragen beschäftigen sie, welche Wünsche haben sie – und wo braucht es Veränderung? Genau darum ging es Petra Ladenburger, der Beauftragten für Kinderschutz und Kinderrechte des Landes Nordrhein-Westfalen, bei ihrem Besuch im Mädchenzentrum I im Rahmen ihrer diesjährigen Sommertour.

Bereits im Vorfeld hatten die Besucherinnen die Möglichkeit, ihre Fragen und Anliegen zu sammeln. So entstand ein vielfältiger Themenpool, der als Grundlage für den gemeinsamen Austausch diente. In einer wertschätzenden Atmosphäre gab es Raum für persönliche Anliegen, Fragen und Perspektiven. Die Mädchen und jungen Frauen konnten erzählen, was sie beschäftigt, nachfragen und ihre Sichtweisen und Erfahrungen einbringen. Dabei wurde einmal mehr deutlich, wie wichtig es ist, Mädchen und jungen Frauen zuzuhören und ihre Erfahrungen und Perspektiven ernst zu nehmen. Denn Beteiligung bedeutet für uns, dass Mädchen und junge Frauen Expertinnen für ihr eigenes Leben sind, und dass ihre Stimmen gehört und in politische Entscheidungen einbezogen werden müssen.



Bei einem Brunch wurde offen diskutiert, berichtet und erzählt. Gerade diese ungezwungenen Begegnungen schaffen Raum für Gespräche, die über einzelne konkrete Fragestellungen hinausgehen. In einem sehr wertschätzenden Brief wandte sich Petra Ladenburger einige Tage später noch einmal an die Mitarbeiterinnen und Besucherinnen des Mädchenzentrum I und unterstrich den unschätzbaren Wert der Arbeit der LOBBY FÜR MÄDCHEN als Anlaufstelle für Mädchen und junge Frauen in den unterschiedlichsten Lebenssituationen. Sie meldete den Besucherinnen zurück, wichtige Impulse für ihre Arbeit mit in die Landesregierung und den Landtag nehmen zu können. Ihr sei es wichtig, Kinder und Jugendliche in den Mittelpunkt zu stellen, die sonst nicht im Fokus politischer und gesellschaftlicher Debatten stehen.

Wir bedanken uns sehr herzlich für den wichtigen und intensiven Austausch und dafür, dass die Rechte, Perspektiven und Anliegen von Mädchen und jungen Frauen gehört werden und im Blick bleiben.

Ein Blick in den Alltag im Mädchenzentrum I

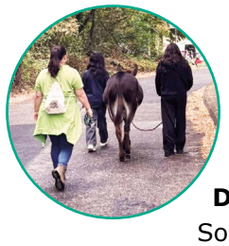


Der Frühling und Sommer im Mädchenzentrum I waren geprägt von unterschiedlichen Themen, neuen Besucherinnen und vertrauten Gesichtern. Neue Mädchen und junge Frauen haben den Mädchentreff für sich entdeckt, während langjährige Besucherinnen weiterhin regelmäßig oder immer mal wieder vorbeikommen und den Mädchentreff mitgestalten. Auch im Team gab es Veränderungen und neue Kolleginnen sind dazugekommen.

Zum Ende des Schuljahres waren die Themen Schule, Lernen und Zukunft besonders präsent. Viele Besucherinnen beschäftigten sich mit Prüfungen und Abschlussarbeiten und stellten sich Fragen zu ihrer Zukunft. Im Rahmen der Mädchen(aus)bildungsinitiative - M(a)BI konnte für Besucherinnen in der Abschlussphase zusätzlich ein Lernzeitangebot im Mädchentreff angeboten werden. So stand ihnen ein vertrauter Ort zum Lernen und für Unterstützung bei schulischen Fragen zur Verfügung.

Auch Liebe, Beziehungen und Freund*innenschaften waren in den vergangenen Monaten zentrale Themen. Im Rahmen des Angebots „Liebe und Körper" haben wir uns mit verschiedenen Werten beschäftigt, die in Beziehungen eine Rolle spielen. Dabei wurde deutlich, dass Vorstellungen und Bedürfnisse unterschiedlich sein können, es aber auch gemeinsame Grundwerte geben muss. Dazu gehört zum Beispiel das Recht auf eine gewaltfreie Beziehung und auf ein selbstbestimmtes Leben als Mädchen oder junge Frau. Mit sogenannten „Green Flags" und „Red Flags" haben wir außerdem ganz konkret darüber gesprochen, woran sowohl positive als auch problematische Verhaltensweisen in Beziehungen erkennbar sind und was eine gute und respektvolle Beziehung ausmacht.

Die Hitzewelle in Deutschland und Europa machte auch unseren Besucherinnen vor den Sommerferien zu schaffen. Kurzerhand wurde der Treff zum Cool-down-Raum. Im angenehm kühlen Mädchenzentrum konnten sie nach der Schule eine Pause von der Hitze machen, sich mit Kaltgetränken erfrischen und Eis essen. Gemeinsam wurden Fächer gebastelt und natürlich durfte auch eine Abkühlung mit Wasser nicht fehlen. Besonders die Wasserballonaktion vor dem Mädchentreff sorgte für viel Spaß und Erfrischung – nicht nur bei den Besucherinnen, sondern auch bei Passant*innen und Fahrradfahrer*innen.



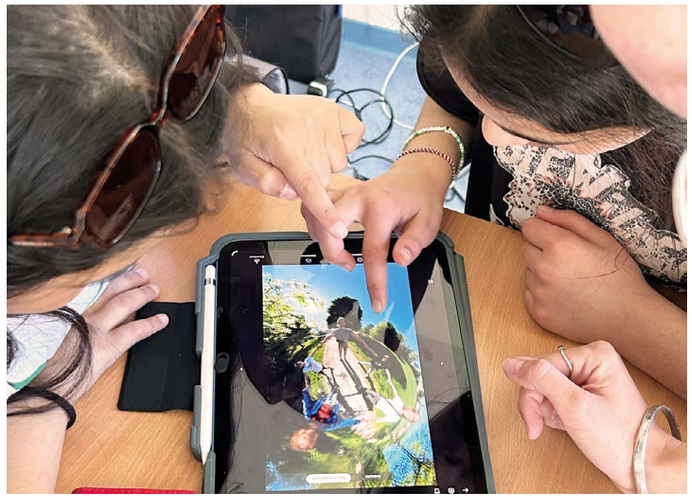
Sommerferienabschluss mit einer Eselwanderung bei der Tierzeit Köln



Den Abschluss der Sommerferien bildete der langersehnte Ausflug zu Tierzeit Köln in Köln-Porz. Dort hatten die Mädchen die Möglichkeit, jeden einzelnen Esel kennenzulernen und mehr über ihre Pflege, ihre Lieblingsspeisen und ihre Bedürfnisse zu erfahren. Dabei wurde schnell deutlich, wie unterschiedlich die Esel sind. Das zeigte sich auch beim gemeinsamen Spaziergang rund um die Zündorfer Groov. Während manche Esel ganz entspannt unterwegs waren, hatten andere es eher eilig oder bestimmten gerne selbst das Tempo. Neben der schönen Kulisse der Zündorfer Groov sorgte der Spaziergang für Entspannung und damit für einen großartigen Abschluss der Sommerferien.









Fotografieren, Filmen, Gestalten

Medien als Brücke zur Integration junger Geflüchteter: Ein Medienprojekt in der Unterkunft für Geflüchtete, Am Haferkamp, DRK Köln e.V., Deutsches Rotes Kreuz

Von Mitte April bis zur Woche vor den Sommerferien kooperierten wir im Rahmen unserer Aufsuchenden Mädchenarbeit für Mädchen und junge Frauen aus Familien, die in Unterkünften für geflüchtete Menschen wohnen, mit dem jfc Medienzentrum e.V.. In der Unterkunft Am Haferkamp fand so jeden Mittwoch ein kreatives Medienprojekt für Mädchen statt. Eine Gruppe von drei bis fünf Teilnehmerinnen traf sich, um verschiedene Medien auszuprobieren, eigene Ideen umzusetzen und dabei auch die eigene Umgebung zu entdecken.

Dabei standen nicht die fertigen Ergebnisse im Vordergrund, sondern vor allem das gemeinsame Experimentieren und die Freude am Ausprobieren. Ein wichtiger Bestandteil des Projekts war die Fotografie. Die Mädchen lernten zunächst den Umgang mit den Kameras kennen und konnten selbst ausprobieren, welche Möglichkeiten diese bieten. Gemeinsam experimentierten sie mit unterschiedlichen Perspektiven und zum Beispiel dem Weitwinkel. Durch den Perspektivwechsel konnten sie ihre Umgebung ganz neu betrachten und entdecken, wie sich Bilder allein durch einen veränderten Blickwinkel verändern.



Mit einer Sticker-Maschine konnten die Mädchen kreativ werden. Sie suchten sich eigene Motive aus dem Internet aus, passten deren Form an und druckten sie aus. Anschließend übertrugen sie die Motive mit der Maschine auf das entsprechende Material. Zum Schluss war noch Handarbeit gefragt: Die fertigen Sticker mussten vorsichtig herausgelöst werden. So entstand Schritt für Schritt ein eigenes, selbst gestaltetes Sticker-Motiv.

Das Filmen bot den Mädchen eine weitere Möglichkeit, eigene Ideen umzusetzen. Für kleine Kurzfilme konnten sie sich verkleiden und eigene Szenen entwickeln. Dafür brachte das jfc Medienzentrum Kameras und Stative mit. Häufig wurde das Angebot mit einem Ausflug in den angrenzenden Wald verbunden. Dort konnten die Mädchen verschiedene Kameraeinstellungen ausprobieren. Aus vielen aufeinanderfolgenden Einzelbildern entstanden schließlich kleine Stop-Motion-Filme. Zwischen Verkleidungen, Gekicher und ein bisschen Dramatik entstanden so ganz eigene kleine Geschichten. Zwischendurch wurde auch die Welt der Influencer*innen genauer unter die Lupe genommen. Dabei zeigte sich schnell: Influencer*in zu sein ist wohl doch gar nicht so einfach.

An einem weiteren Projekttag ging es um die Suche nach Farben, um Achtsamkeit und neue Perspektiven. Die Mädchen entschieden sich zunächst jeweils für eine Farbe und machten anschließend einen gemeinsamen Colour Walk. Unterwegs fotografierten sie Dinge, die zu ihrer ausgewählten Farbe passten. Natürlich durfte dabei auch eine kleine Eispause nicht fehlen.

Zum Abschluss konnten sich die Mädchen ein eigenes Motiv für ein T-Shirt gestalten. So konnten die Teilnehmerinnen am Ende nicht nur auf viele gemeinsame Erlebnisse zurückblicken, sondern auch ein selbst gestaltetes Kleidungsstück mit nach Hause nehmen.

Das Projekt zeigte, wie vielfältig medienpädagogische Arbeit sein kann und wie viel mehr sie umfasst als die Vermittlung von Technik. Beim Fotografieren, Filmen, Gestalten und Arbeiten mit verschiedenen Materialien konnten die Mädchen neue Techniken. Beim Fotografieren, Filmen, Gestalten und Arbeiten mit verschiedenen Materialien konnten die Mädchen neue Techniken kennenlernen, eigene Ideen umsetzen, Fragen stellen, Fehler machen und Neues entdecken. Solche Angebote schaffen Möglichkeiten, verschiedene Medien selbstbestimmt kennenzulernen, eigene Interessen zu entdecken und digitale Teilhabe zu erleben. Gleichzeitig wurden die Mädchen darin bestärkt, ihre Individualität auszudrücken und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu entwickeln.

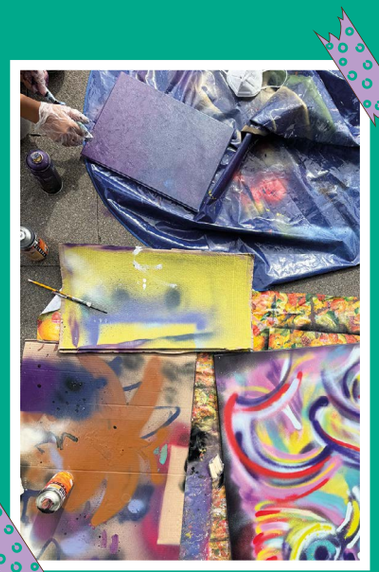


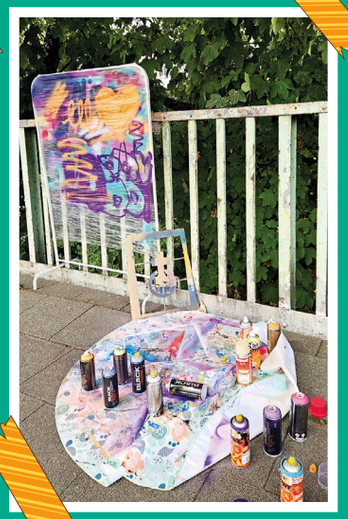
Tag der Offenen Kinder- und Jugendarbeit

Praxis

Am 25. September wurde auf dem Rudolfplatz sichtbar, wie vielfältig die Offene Kinder- und Jugendarbeit in Köln ist. Beim diesjährigen Tag der OKJA kamen zahlreiche Einrichtungen im Herzen Kölns zusammen, um ihre Arbeit vorzustellen, miteinander ins Gespräch zu kommen und gemeinsam einen bunten Nachmittag für Kinder und Jugendliche zu gestalten. Gleichzeitig gab es auch in vielen Einrichtungen vor Ort eigene Aktionen und Angebote. Auch wir von LOBBY FÜR MÄDCHEN waren mit einem Stand auf dem Rudolfplatz dabei, an dem Besucher*innen eigene Buttons gestalten konnten. Wir konnten erzählen, wie der Alltag im Mädchentreff aussieht und warum offene Angebote für Mädchen und junge Frauen so wichtig sind. Ein riesiges Dankeschön an den Vorstand der AGOT und an die Jugendzentren Köln gGmbH (JUGZ) für die Organisation und an alle Einrichtungen, die diesen Tag mitgestaltet haben!



















Sommerferien im Mädchenzentrum I

Raus aus dem Alltag und rein in die Ferien: Im Mädchenzentrum I wurde gemeinsam ausprobiert, gespielt, gestaltet und Neues erlebt und gelernt.

Kreativ wurde es beim Tassen bemalen, beim Gestalten von Window-Color Bildern und bei der Herstellung von eigenem Schmuck. Auch der Graffiti-Day war ein Highlight: Die Mädchen konnten auf Leinwänden verschiedene Spraytechniken ausprobieren und ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Bei gutem Wetter haben wir unsere Zeit häufig draußen verbracht. Unser gemeinsamer Grillnachmittag führte uns in den Park, wo wir zusammen gegrillt, gegessen und anschließend Badminton und Fußball gespielt haben.

Neben unseren kreativen und spielerischen Tagen haben wir uns auch Zeit genommen, über Themen zu sprechen, die unsere Besucherinnen beschäftigen. In einem Präventionsworkshop nahmen wir Antifeminismus genauer in den Blick. Zunächst ging es darum, was Feminismus bedeutet, was die Besucherinnen damit verbinden und wo ihnen feministische Themen im Alltag begegnen. Gemeinsam ordneten sie anschließend verschiedene Themen aus der Geschichte und Gegenwart des Feminismus zeitlich ein. Anhand von Beispielen wie Tradwives, Incels oder sogenannten Alpha-Males setzten wir uns damit auseinander, welche unterschiedlichen Formen antifeministischer Haltungen und Inhalte es gibt und wie diese in sozialen Medien sichtbar werden. Im Mittelpunkt stand dabei ein offener Raum für Fragen, unterschiedliche Perspektiven und persönlichen Austausch. Die Besucherinnen konnten eigene Erfahrungen und Gedanken einbringen und gemeinsam diskutieren, wie feministische und antifeministische Inhalte ihren Alltag beeinflussen – online wie offline.

Ein weiterer anregender Nachmittag war das YUNA LAB. Unsere Kolleginnen der Fachstelle YUNA Rheinland besuchten den Mädchentreff und gemeinsam beschäftigten wir uns mit Themen rund um Gesundheit, Sexualität und Periode. Dabei ging es unter anderem um verschiedene Periodenprodukte, Schwangerschaftstests und die HPV-Impfung.

Bei unseren Fashion Days konnten die Besucherinnen kostenfrei auf Shoppingtour gehen, Kleidung durchstöbern, neue Outfits zusammenstellen und diese mit nach Hause nehmen. Beim Film- und Pyjamatag wurde es mit Popcorn und Snacks gemütlich. Außerdem besuchte uns die Beauftragte für Kinderschutz und Kinderrechte in NRW, Petra Ladenburger, zu einem gemeinsamen Austausch, bei dem wir uns unter anderem über Kinderrechte/ Mädchenrechte austauschten. Mehr zum Besuch auf Seite 20.

Zum Abschluss der Sommerferien ging es bei einer Eselwanderung noch einmal gemeinsam nach draußen. Mehr zu diesem ganz besonderen Ausflug auf Seite 21.

Pride im Mädchenzentrum II

Praxis

Der Christopher Street Day und das große dazugehörige Straßenfest rund um die Cologne Pride bringen im Juli immer viel Gesprächsstoff ins Mädchenzentrum. Daher wurde auch in diesem Jahr wieder eine große Infotafel beklebt, spannende Fragen bearbeitet und über Diversität in der Gesellschaft gesprochen.

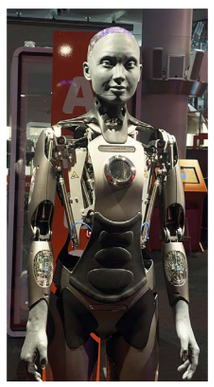
Dass Mädchen den geschützten Raum des Mädchenzentrums nutzen, um diese Themen anzusprechen, ist sehr wertvoll. Oftmals ist es in der Schule oder auch im eigenen Zuhause schwierig, über Sexualität und Geschlecht zu sprechen. Was bedeuten verschiedene Flaggen? Was bedeutet es, solidarisch zu sein? Was ist ein Outing – und muss man sich outen?

Auch über den Hintergrund des CSDs wurde gesprochen: Dass Pride schon immer auch eine Demonstration und ein Thematisieren von Ungerechtigkeit, Diskriminierung und Gewalt gegen queere Menschen war. Aus diesem Grund besuchte das Mädchenzentrum II mit einigen interessierten Besucherinnen die Radical Pride in Köln-Kalk. „Radikal" beschreibt in diesem Zusammenhang eine Radikale Fürsorglichkeit und fördert das Mitdenken von Wünschen und Bedürfnissen verschiedenster Menschen mit unterschiedlichsten Kulturen, Geschlechtern oder auch sogenannten Behinderungen. Das Fest ist unkommerziell, es betreibt keine Werbung für Produkte oder Parteien. Die Besucherinnen des Mädchenzentrums schauten sich die verschiedenen Infostände an, lösten Quizfragen rund um das Thema Pride und nahmen an Kreativangeboten teil. Ganz anders als beim Trubel der Cologne Pride bot dieser Tag mehr Raum für Aufklärung und Austausch.

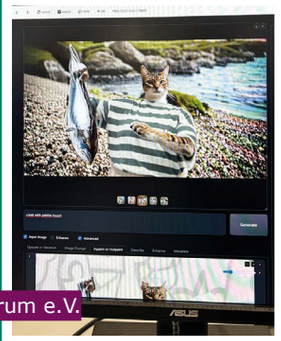



Abschied von unserer Honorarkraft Lisa


Ausflug zum Deutschen Museum Bonn zur Ausstellung Mission KI




Fotolabor zum Thema KI, gemeinsam jfc Medienzentrum e.V.




Ausflug in die Südstadt









Gemeinsam durch den Sommer – Ferienprogramm im Mädchenzentrum II

Bereits am letzten Freitag vor den Sommerferien wurde der Ferienbeginn im MZ II gemeinsam gefeiert. Passend zu den sommerlichen Temperaturen verwandelte sich der Mädchentreff in eine kleine Eis-Bar mit verschiedenen Eissorten sowie einer großen Auswahl an Saucen und Toppings. So konnten sich die Besucherinnen ihr ganz persönliches Lieblingseis zusammenstellen und die Ferien in entspannter Atmosphäre einläuten.

Die diesjährigen Sommerferien starteten anschließend mit einem abwechslungsreichen, dreiwöchigen Ferienprogramm. Gemeinsam mit den Besucherinnen wurden im Vorfeld Ideen gesammelt und das Programm entsprechend ihrer Wünsche gestaltet.

Die erste Ferienwoche stand ganz im Zeichen der Künstlichen Intelligenz (KI). Dank der Förderung durch das Paritätische Jugendwerk NRW konnten unsere Besucherinnen das Thema auf vielfältige und praxisnahe Weise kennenlernen. Der erste Projekttag begann mit einem Fotolabor, das von zwei Kolleginnen des jfc Medienzentrums e.V. durchgeführt wurde. Ausgestattet mit professionellem Equipment machten die Besucherinnen zunächst Fotos von sich, die anschließend mithilfe einer KI bearbeitet wurden. Durch verschiedene Texteingaben („Prompts“) konnten sie die Bilder kreativ verändern. So entstanden unter anderem lustige Figuren oder fantasievolle Verwandlungen. Gleichzeitig bot die Aktion die

Möglichkeit, die Grenzen von KI kennenzulernen. Einige Bilder wiesen deutliche Fehler auf – beispielsweise verzerrte Gesichter oder falsch dargestellte Körperteile. Außerdem fiel auf, dass die KI bei neu generierten Personen häufig weiße Menschen darstellte. Dies bot einen guten Anlass, mit den Besucherinnen über Vorurteile in Trainingsdaten und die Grenzen künstlicher Intelligenz ins Gespräch zu kommen.

Am zweiten Projekttag konnten die Besucherinnen zwischen drei von uns ausgewählten Filmen wählen, die sich alle mit Robotik und künstlicher Intelligenz beschäftigten. Die Mehrheit entschied sich für den Animationsfilm WALL·E. Passend zum Filmnachmittag gab es selbstgemachtes Popcorn – wahlweise süß, karamellisiert oder salzig.

Der dritte Projekttag führte uns in das Deutsche Museum in Bonn zur Ausstellung Mission KI. Dank der Unterstützung des Fördervereins WISSENschaf(f)t SPASS konnten wir sowohl den kostenfreien Eintritt als auch die exklusive Führung "KI:ckstart exclusiv" in Anspruch nehmen, in der auch ein Roboterhund vorgeführt wurde. Anschließend hatten die Besucherinnen ausreichend Zeit, die Ausstellung zu erkunden und die zahlreichen interaktiven Stationen auszuprobieren. Besonders beeindruckend waren der humanoide Roboter Ameca sowie der KI-Roboterhund KIRA.

Während des Besuchs setzten sich die Mädchen intensiv mit der Funktionsweise von KI auseinander und damit, wie KI-Systeme gesellschaftliche Vorurteile übernehmen können. Viele KI-Systeme werden mit Datensätzen trainiert, die bestehende Ungleichheiten widerspiegeln. An einer interaktiven Station konnten die Besucherinnen selbst erleben, wie sich ihre eigene Entscheidung von der einer KI unterscheiden kann. Am Beispiel eines Bewerbungsverfahrens zeigte sich, dass eine KI aufgrund einseitiger oder verzerrter Trainingsdaten dazu neigen kann, bestimmte Personengruppen zu bevorzugen oder zu benachteiligen. Bei gleicher Qualifikation entschied sich die KI beispielsweise häufiger für den weißen Mann. Gleichzeitig wurde deutlich, dass speziell entwickelte und sorgfältig trainierte KI-Modelle solche Verzerrungen reduzieren und fairere Entscheidungen unterstützen können.

In der zweiten und dritten Ferienwoche rückten Kreativität, gemeinsames Erleben und die Gestaltung des Mädchentreffs in den Mittelpunkt. Die Besucherinnen hatten sich gewünscht, die Räume des Mädchenzentrum II noch stärker nach ihren Vorstellungen zu gestalten. So entstanden aus Stoffresten ein neuer Sitzsack und weitere kreative Elemente für den Mädchentreff. Ein neuer Kleiderschrank wurde aufgebaut und mit Second Hand Mode bestückt und der Ruheraum mit verschiedenen Ideen der Besucherinnen neugestaltet.

Gemeinsame Kreativangebote wie das Gestalten mit Schrumpffolie und das Herstellen eigener Buttons gehörten ebenfalls zum Ferienprogramm. Unterstützt wurden wir dabei vom Team der Fachstelle YUNA Rheinland, das gemeinsam mit den von ihnen begleiteten Mädchen und jungen Frauen zu uns in den Mädchentreff kam. Bei Musik, Gesprächen und vielen verschiedenen Gestaltungsideen entstand ein kreativer Nachmittag, an dem gemeinsam ausprobiert, gestaltet und gelacht wurde.

Neben den Angeboten im Mädchentreff sorgten auch verschiedene Ausflüge für Abwechslung. An einem besonders warmen Ferientag ging es in den Wasserpark im Kölner Grüngürtel, wo sich die Besucherinnen ausgiebig abkühlen konnten. Zwischendurch wurde gemeinsam gesnackt und bei mehreren Runden Wikinger-Schach um den Sieg gespielt.

Ein besonderes Highlight des Ferienprogramms war der Late-Night-Treff. Gemeinsam machten sich die Besucherinnen und das Team auf den Weg in die Südstadt. Ausgestattet mit einem Spaßgetränk und einem Eis ging es anschließend weiter Richtung Rhein. Am Rheinufer wurde der laue Sommerabend gemeinsam verbracht, bevor es wieder zurück zum Mädchentreff ging, der an diesem Tag bis 22 Uhr geöffnet hatte.

Bei einem gemeinsamen Koch-Nachmittag verabschiedeten wir unsere Honorarkraft Lisa. Gemeinsam bereiteten wir eine vegetarische Lasagne zu und nutzten den Nachmittag für gute Gespräche und einen schönen Abschied.

Zum Abschluss der Sommerferien gab es noch einmal ein gemeinsames Highlight: Am letzten Ferientag wurde im Klingelpützpark gegrillt. Bei leckerem Essen und Kartenspielen ließen die Besucherinnen und das Team das Ferienprogramm gemeinsam Revue passieren.

Antifeminismus in Gaming Communities



Eigentlich könnte die Gaming-Community in Bezug auf Geschlecht vollkommen neutral sein. Online kann man grundsätzlich anonym spielen, ohne das eigene Geschlecht offenzulegen, und selbst bei größeren Gaming-Turnieren sind gemischtgeschlechtliche Teams grundsätzlich möglich.

Trotzdem sind auch Gaming-Communities nicht frei von gesellschaftlichen Geschlechterverhältnissen. Sobald das Geschlecht einer Person bekannt oder wahrgenommen wird, kann es beeinflussen, wie andere mit ihr umgehen. Besonders deutlich zeigt sich das bei Spielerinnen. Der Mädchen- und Frauenanteil in der professionellen und öffentlichkeitswirksamen E-Sport-Szene ist weiterhin sehr gering. Gleichzeitig berichten viele regelmäßig Spielende von sexistischen, ableistischen und LGBTQ+-feindlichen Äußerungen. Begriffe wie „schwul", „Mädchen" oder „behindert" werden als Beleidigungen verwendet. Die Repräsentation von unkonventionellen Frauen sowie lesbischen, schwulen oder trans Charakteren in Videospielen wird abwertend als „woke" bezeichnet und dafür kritisiert, „zu viel" zu sein.

Antifeministische und auch antidemokratische Haltungen werden durch Algorithmen in sozialen Medien zusätzlich verstärkt und erreichen so auch in Gaming-Communities Millionen Kinder und Jugendliche. Damit wird die Gaming-Welt zunehmend auch zu einem politischen Streitort.



Spielerinnen auf der Streaming-Plattform Twitch berichten regelmäßig von Direktnachrichten oder Kommentaren im Livestream-Chat, in denen ihr Körper, ihr Geschlecht oder ihre Herkunft herablassend thematisiert werden. Dies reicht von sexuellen Aufforderungen und dem Versenden sogenannter „Dick Pics" bis hin zu Drohungen sexualisierter Gewalt oder sogar Morddrohungen, wenn entsprechende Annäherungsversuche zurückgewiesen werden.

Die Annahme, dass Gaming „geschlechtsneutral" sei, lässt sich vor diesem Hintergrund nicht aufrechterhalten. Stattdessen braucht es Haltung, laute Stimmen und eine unmissverständliche Grenze: Auch online gelten Gesetze. Auch online stellen wir uns gegen Antifeminismus.

Bei der gamescom in diesem Jahr hatten wir die Möglichkeit, Verena Schäffer, Ministerin für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration, eine Frage zu antifeministischen Haltungen in Online-Communities zu stellen. Unsere Frage haben wir vorab als Video aufgenommen, auf das Verena Schäffer im Rahmen des Jugend Forum NRW auf der gamescom antwortete: „Wie kann mehr Repräsentation, aber auch Schutz vor sexualisierter Gewalt gewährleistet werden?"

Das sind Auszüge ihrer Antwort:

„Wir erleben gerade eine massive Zunahme von Gewalt gegen Frauen. Sowohl digital im Netz, aber auch analog. Diese Themen hängen miteinander zusammen und das ist demokratiegefährdend. Es ist eine Frage der inneren Sicherheit, wenn Frauen bedroht werden, wenn wir Femizide erleben. Es ist eine Frage der inneren Sicherheit, wenn Menschen aufgrund ihrer sexuellen Identität angegriffen werden, bis hin zu einem Terroranschlag. […] Und mir persönlich macht es wirklich große, große Sorgen, weil wir auch erleben, dass das […] Mobilisierungsthemen sind für antidemokratische Bewegungen und Strömungen und gleichzeitig darf man nicht vergessen, dass solche Einstellungen nicht nur Teil von extremistischen Rändern sind, sondern auch in der Mitte der Gesellschaft vorkommen und deshalb müssen wir wachsam sein."

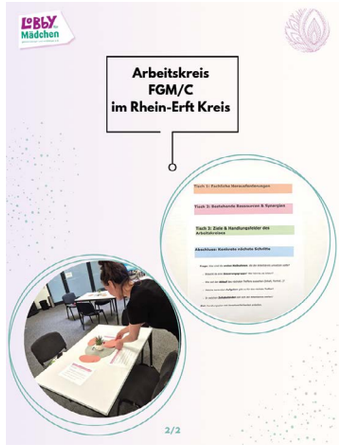
Zu dem, was es braucht, um sich gegen die zunehmende Gewalt zu stellen, nennt Ministerin Schäffer drei konkrete Punkte:

- Anlaufstellen bzw. Beratungsstellen zu den Themen digitaler Gewalt etablieren
- sichere Räume für Mädchen und für queere Personen schaffen
- eine allgemeine Haltung etablieren, dass Frauen sich gegenseitig bestärken und unterstützen

Dem stimmen wir als LOBBY FÜR MÄDCHEN zu. Betroffene digitaler Gewalt und von Hass brauchen insbesondere niedrigschwellige Anlaufstellen, um professionelle Unterstützung zu erhalten. Dafür braucht es mehr als befristete Projektförderung. Das Problem wird bestehen bleiben und sich durch die Entwicklungen im Bereich KI vermutlich noch verschärfen. Wir fordern daher eine verlässliche Finanzierung von Räumen und Personal, regelmäßige Weiterbildungen für Fachkräfte und eine kontinuierliche Auseinandersetzung der Politik mit dem Thema.

Auftakt des Arbeitskreises FGM/C im Rhein-Erft-Kreis





Auch in diesem Jahr konnten wir von der Fachstelle YUNA Rheinland unsere Netzwerke weiter ausbauen, uns mit Netzwerkpartner*innen austauschen und neue Ideen entwickeln. Besonders gefreut haben wir uns über die Möglichkeit, gemeinsam mit dem Kommunalen Integrationszentrum des Rhein-Erft-Kreises den Auftakt des Arbeitskreises FGM/C zu gestalten. Das erste Treffen fand im Juli 2026 statt. Die Idee für den Arbeitskreis entstand auf Wunsch der Teilnehmenden einer Fachtagung zu FGM/C im November 2025, bei der Mitarbeiterinnen aus dem YUNA-Team einen fachlichen Input gaben. Mit dem Arbeitskreis wird nun ein regelmäßiger Austausch zu weiblicher Genitalbeschneidung (FGM/C) im Rhein-Erft-Kreis geschaffen. Beim nächsten Online-Treffen am 10. November 2026 wird YUNA Rheinland eine Einführung in die Thematik geben. Bei Interesse am Arbeitskreis wenden Sie sich gerne an Frau Salmai: homaira-farhan.salmai@rhein-erft-kreis.de.

FALLBERATUNG für Fachkräfte

Die Mitarbeiterinnen der Fachstelle YUNA Rheinland beraten nicht nur Mädchen und junge Frauen, sondern auch Fachkräfte. Alle Anliegen um das Thema weibliche Genitalbeschneidung (FGM/C) können platziert werden. Vor allem in Bezug auf Kinderschutz und Ferienbeschneidung bestehen oft große Unsicherheiten. Welche Indizien sprechen für eine bevorstehende oder durchgeführte Beschneidung? Welche Handlungsmöglichkeiten haben Fachkräfte? Wie können Elterngespräche gestaltet werden? Und wie kann der Schutz eines Mädchens auch dann gewährleistet werden, wenn zunächst nur einzelne Hinweise vorliegen?

Verdachtsfälle können anonym besprochen und Fachkräfte im weiteren Prozess begleitet werden. Vor allem vor den Sommerferien ist die Gefährdung durch eine sogenannte Ferienbeschneidung erhöht. Sensibilisierte Fachkräfte in Schulen oder Einrichtungen der Offenen Kinder- und Jugendarbeit blicken deshalb oft besorgt auf bevorstehende Reisen und stehen vor der Frage, wie sie weiter vorgehen können. Besonders Reisen in Prävalenzländer rücken dabei in den Fokus. Für Fachkräfte ist es eine Herausforderung einzuschätzen, ob eine geplante Reise in ein Prävalenzland bereits als Hinweis auf eine mögliche Gefährdung ausreicht und welche weiteren Schritte notwendig sind.

Oft gibt es keine eindeutigen Äußerungen oder Beweise, gleichzeitig fehlt im Arbeitsalltag die Zeit für eine ausführliche Auseinandersetzung mit möglichen Gefährdungslagen. Bei FGM/C kann sich jedoch ein sehr begrenztes Zeitfenster für den Schutz eines Mädchens ergeben. Umso wichtiger ist es, dass Fachkräfte in Jugendämtern und anderen Institutionen für die Besonderheiten dieser geschlechtsspezifischen Gewaltform sensibilisiert sind und auch uneindeutige Verdachtsfälle ernst nehmen. Weibliche Genitalbeschneidung (FGM/C) stellt eine Kindeswohlgefährdung dar und ist nach § 226a StGB eine Straftat. Deshalb braucht es sensibilisierte Fachkräfte und eindeutige Handlungsketten.

Die Fachstelle YUNA Rheinland bietet kostenfreie Schulungen für Institutionen und Fachkräfte an. Dabei geht es darum, Wissen zu FGM/C zu vermitteln, Handlungsmöglichkeiten aufzuzeigen und die komplexen Herausforderungen im Kinderschutz gemeinsam zu bearbeiten.





Ein YUNA-Samstag beim Afrika Film Festival Köln



Im September führte uns der YUNA-Samstag zum Afrika Film Festival Köln. Gemeinsam haben wir uns den Film „Barni" von Mohammed Sheikh angeschaut – eine packende Coming-of-Age-Geschichte aus Somalia über die neunjährige Barni, die von wahrer Freundschaft, unermüdlicher Beharrlichkeit und dem schwierigen Weg der Selbstfindung inmitten von Widrigkeiten erzählt. Wir bedanken uns herzlich beim Afrika Film Festival für die Einladung und die Möglichkeit, gemeinsam den Film zu erleben!






Ferienzeit bedeutet: Auf zu YUNA!

Während der Schulferien bietet die Fachstelle YUNA Rheinland für Klientinnen aus der YUNA-Beratung jeden Donnerstagnachmittag ein Ferienprogramm an. Dazu gehören auch gemeinsame Aktivitäten mit den Mädchenzentren der LOBBY FÜR MÄDCHEN.

Im Frühling wurde gemeinsam gekocht und gebastelt. Die Mädchen bereiteten Bariis iskukaris, ein leckeres somalisches Reisgericht, zu und ließen es sich anschließend gemeinsam schmecken. Zusammen mit den Mädchen und jungen Frauen des Mädchenzentrums I entstanden außerdem Schmuck und Accessoires aus FIMO-Knete.

Im Sommer wurde es dann besonders abwechslungsreich. Es wurde Henna ausprobiert, auf Leinwände gemalt, Schmuck gebastelt und gemeinsam Videospiele gespielt. Zwischendurch blieb Zeit für Tee und Gespräche, Kartenspiele und Tanzen. Im Juli und August gab es außerdem besondere Ausflüge in die Mädchenzentren: Das Mädchenzentrum II lud zu einem kreativen Nachmittag ein, im Mädchenzentrum I konnten die Mädchen und jungen Frauen gemeinsam Graffiti sprühen.






Fachstelle **YUNA** Rheinland

„Was heißt das?"

Der Text ist in Einfacher Sprache geschrieben.
Viele Menschen können den Text gut verstehen.
Die Sätze sind kurz.
Schwere Wörter sind getrennt.

1. Was ist die Vulva?
Die Vulva sind die äußeren Geschlechts-Teile von Mädchen und Frauen.
Du kannst die Vulva von außen sehen.
Zur Vulva gehören viele Teile.
Zu diesen Teilen gehören:

- die inneren Vulva-Lippen
- die äußeren Vulva-Lippen
- die Öffnung von der Harn-Röhre (das ist das Loch, durch das Pipi kommt)
- der Venus-Hügel (das ist eine kleine Erhebung über der Vulva)
- der Eingang zur Vagina
- die Klitoris

Die Klitoris ist teilweise von außen zu sehen.
Der Teil, den du sehen kannst, heißt Klitoris-Spitze.
Der größte Teil der Klitoris ist im Körper und nicht sichtbar.

Die Vulva schützt die inneren Geschlechts-Teile.
Sie schützt zum Beispiel vor Schmutz.
Sie schützt auch vor Verletzungen.

Im Magazin gibt es eine Zeichnung von der Vulva.
Du findest die Zeichnung auf Seite 34.

2. Was ist die Vagina?
Die Vagina gehört zu den inneren Geschlechts-Teilen.
Die Vagina ist wie ein Schlauch aus Muskeln.
Die Vagina verbindet die Vulva mit der Gebärmutter.
Über die Vagina kann zum Beispiel das Blut bei der Periode aus dem Körper kommen.

3. Was ist die Vulvina?
Die Vulvina ist ein neues Wort.
Das Wort Vulvina besteht aus den Wörtern Vulva und Vagina.
Manche Menschen benutzen das Wort Vulvina.
Sie meinen dann die Vulva und die Vagina zusammen.

Das Wort Vulvina meint also:

- die äußeren Geschlechts-Teile, also die Vulva,

und

- die inneren Geschlechts-Teile, zum Beispiel die Vagina.

Manche Menschen finden das Wort praktisch.
Mit dem Wort Vulvina meinen sie den ganzen Intim-Bereich.

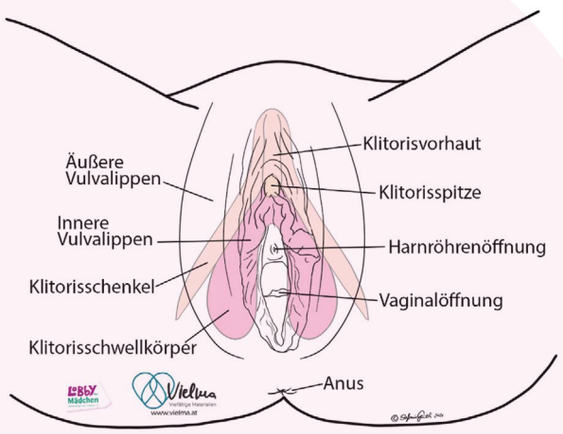
HINWEIS

Dieses Beispiel zeigt, wie Einfache Sprache in der pädagogischen Arbeit eingesetzt werden kann. Die Berücksichtigung geschlechtlicher Vielfalt gehört selbstverständlich zu unserer Haltung und pädagogischen Arbeit. Im persönlichen Gespräch können diese Aspekte aufgegriffen und erläutert werden, beispielsweise mithilfe der Vielfalts-Fibel in Leichter Sprache unter www.selbstverstaendlich-vielfalt.de.

Von Vulva, Klitoris und Vaginamaxxing

In der Beratung mit Mädchen und jungen Frauen, die von weiblicher Genitalbeschneidung (FGM/C) betroffen sind, machen wir die Erfahrung, dass Themen wie die weibliche Sexualität, Vulva und Klitoris für einige von ihnen stark tabuisiert sind. Die Klientinnen kommen dabei aus unterschiedlichen sozio-kulturellen Kontexten. In den Gesprächen erklären wir ihnen oft, dass sich die Situation für Jugendliche, die in Deutschland aufgewachsen sind, ganz ähnlich verhält. Viele Jugendliche (und Erwachsene) in Deutschland können einen Penis inklusive Hoden korrekt zeichnen. Zu erkennen ist dies zum Beispiel an den vielen Schmierereien an Hauswänden, Laternenmasten, Bushaltestellen oder Schultoiletten, die sicherlich viele von uns schon einmal gesehen haben. Wie verhält es sich jedoch mit der Vulva, oder dem Klitorisorgan? Obwohl in den letzten Jahren vermehrt Aufkleber oder Zeichnungen im Stadtbild auftauchen, die auch Vulven bzw. Klitorisorgane zeigen, und es vermehrt Beiträge im Fernsehen oder auf Social-Media zu diesen Themen gibt, scheint die Vulva im Vergleich zum Penis für viele ein Mysterium zu sein.

Die Anatomie einer unversehrten Vulva besteht aus inneren und äußeren Vulvalippen, der Harnröhre, dem Vaginaleingang, dem sogenannten Venushügel und dem Klitorisorgan. Das Klitorisorgan, schon in der Antike bekannt und im Laufe der Zeit aus dem kollektiven Wissen verdrängt, ist meist zwischen 9 und 13 cm groß. Nur die Klitorisspitze und die Klitorisvorhaut sind bei einer unversehrten Vulva von außen sichtbar, denn der Großteil des Organs liegt im Inneren. Hinter den Vulvalippen befinden sich zwei Klitorisschenkel mit den jeweiligen Schwellkörpern, die bei Erregung anschwellen.



Anatomie einer unversehrten Vulva

© Vielma, LOBBY FÜR MÄDCHEN

Sowohl im 16. als auch im 19. Jahrhundert wurden im europäischen Raum präzise Zeichnungen des Klitorisorgans angefertigt. Mit der Erkenntnis, dass es keinen weiblichen Orgasmus braucht um schwanger zu werden, sank jedoch auch das wissenschaftliche (vorrangig männliche) Interesse für ein Organ, das bisherigem Wissen zufolge ausschließlich dem Lustempfinden dient. In der Folge wurde die Klitoris in der westlichen Medizin als irrelevant eingestuft, aus anatomischen und medizinischen Lehrbüchern entfernt oder sogar als bedrohlich betrachtet. So plädierten einige männliche Ärzte in den USA und Europa insbesondere im 19. und Anfang des 20. Jahrhunderts dafür, Klitorisspitzen oder Vulvalippen zu verätzen oder zu entfernen, um Frauen von Masturbation, abweichendem Verhalten oder lesbischem Sex abzuhalten. Erst seit ein paar Jahren zeigen medizinische Atlanten und (einige) Schulbücher in Deutschland wieder korrekte Abbildungen der Vulva und sowie des gesamten Klitorisorgans.

Dennoch bleibt auch hier oft die tatsächliche Diversität von Vulven ausgespart. Während Vulvalippen in der Realität beispielsweise sehr unterschiedliche Größen, Formen und Symmetrien haben, existiert im euro-amerikanischen Raum jedoch ein spezifisches, konstruiertes Normbild einer Vulva, welches stark der Intimregion einer Barbie ähnelt. Hierbei werden die Klitorisspitze und die inneren Vulvalippen von den äußeren Vulvalippen verdeckt, sodass eine möglichst glatte Fläche entsteht. Diese Erscheinungsform ist nicht „falsch", als Norm stilisiert ist das Bild jedoch sehr einseitig und führt dazu, dass Abweichungen als „unästhetisch" eingeordnet werden. Zudem orientiert es sich stark an dem männlichen Blick. Pornografische Medien reproduzieren und verstärken dieses Normbild, indem meist ähnliche Vulven gezeigt werden, die in vielen Fällen operativ oder nachträglich mit Bildbearbeitung verändert wurden. Viele Menschen fühlen sich auf Grund dieser eindimensionalen Vorstellung mit dem Aussehen ihrer eigenen Vulva unsicher oder unwohl, und einige von ihnen lassen eine ästhetische Operation durchführen, um dem vermeintlichen Schönheitsideal zu entsprechen. Laut der Deutschen Gesellschaft für Ästhetisch-Plastische Chirurgie (DGÄPC) gibt es einen deutlichen Anstieg der Nachfrage in den letzten zehn Jahren. Vor allem bei den unter 30-Jährigen stieg der Anteil der sogenannten „Intimkorrekturen" in Deutschland von 7,7 % (2024) auf 11,8 % (2025) (vgl. https://www.dgaepc.de/aktuelles/dgaepc-statistik/dgaepc-statistik-2025/). Die DGÄPC nennt Social-Media als einen der einflussreichsten Gründe für diesen Zuwachs.

Neben Videos auf TikTok und anderen Social-Media Kanälen, die für ästhetische Eingriffe an der Vulva werben und damit den Eindruck vermitteln, dass eine Abweichung von der vermeintlichen Norm pathologisch sei, ist seit 2026 auch ein weiterer Trend zu beobachten: das sogenannte „Vaginamaxxing". Hierbei geht es um eine „Optimierung" der Vulva und der Vagina, was Geruch, Aussehen und Funktion angeht. Neben dem Einsatz von Bleichmitteln, Botox Behandlungen oder Intimbädern gehören auch operative Eingriffe wie die Vaginalverengung oder -straffung, sowie die Modifizierung von Vulvalippen oder Klitorisspitze dazu. Das Vaginamaxxing ist Teil der sogenannten Maxxing Kultur, die ihren Ursprung in den USA hat, und ist vor allem in westlichen Ländern mit starker Social-Media-Präsenz verbreitet. Der Trend des Maxxing entwickelte sich in der misogynen und rechtsorientierten Manosphere (siehe hierzu auch LOBBY Magazin Nr. 27, Seite 14-15), in dessen Online-Communities (Incels[1], Pick-up-Artists[2]) insbesondere die Optimierung des eigenen Aussehens oder Verhaltens (Looksmaxxing) beworben werden, um sexuell „erfolgreicher" zu sein. Die dabei verbreiteten Inhalte sind durchzogen von rassistischen, ableistischen, frauen- und queerfeindlichen Vorstellungen und propagieren eine maximale Maskulinität, die mit Status- und Dominanzdenken einhergeht. Mädchen und Frauen werden dabei als Objekte der Begierde und Kontrolle imaginiert. Mit der Übertragung dieser Denkweisen auf die Vulva und Vagina werden Mädchen und Frauen unter dem Deckmantel der „Selbstoptimierung" und „Eigenverantwortung" dazu animiert, sich mit fragwürdigen Praktiken dem Schönheitsideal männlicher Incels anzupassen.

Die im euro-amerikanischen Raum stattgefundene jahrhundertelange Tabuisierung weiblicher Genitalien in Gesellschaft, Bildung und Medizin bereitet für Trends wie dem Vaginamaxxing den idealen Nährboden und verstärkt die bereits tief verankerten gesellschaftlichen Vorstellungen, dass der weibliche Körper permanent verbessert, kontrolliert oder diszipliniert werden müsse. Die Kommerzialisierung des Trends durch die Schönheits- und Wellnessindustrie, welche Bleichcremes, ästhetische Operationen oder Straffungen propagieren, verstärkt den Erwartungsdruck und die Angst vor sozialer Abwertung, insbesondere für junge Mädchen, weiter.

Um diesem Trend entgegenzuwirken, bemühen sich viele Organisationen, wie wir, Aktivist*innen und Einzelpersonen darum, auf unterschiedlichen Wegen die Vulva und das Klitorisorgan zu enttabuisieren und ihre Vielfalt darzustellen. Ein wichtiger Bereich ist dabei die Sprache, durch die wir unsere Wirklichkeit formen und besprechbar machen. Begriffe wie „kleine und große Schamlippen", die auch in der Medizin stark verbreitet sind, verstärken nicht nur das vermeintliche Normbild einer Vulva, sondern implizieren auch, dass sich Menschen für ihre Vulva schämen müssten. Diese Beschämung und die damit einhergehende Tabuisierung verhindern oft, dass sich Mädchen und Frauen über Unsicherheiten bezüglich ihrer Vulva austauschen oder sich bei Schmerzen oder sexualisierter Gewalt Unterstützung suchen.

Wir können aktiv dazu beitragen, der Stigmatisierung etwas entgegenzusetzen, indem wir unsere Sprache anpassen und auch andere darauf hinweisen. Begriffe wie „innere und äußere Vulvalippen" sind nicht nur fachlich richtig, sondern werden auch der Vielfalt von Vulven gerecht – denn jede Vulva ist einzigartig. Aktivist*innen in den Niederlanden haben es im August 2026 nach jahrelanger Kampagnenarbeit geschafft, dass der Begriff „Vulvalippen" in das Online-Wörterbuch Online Dikke Van Dale aufgenommen wird (https://schaamteloos.org/en). So weit ist es in Deutschland trotz Petition mit knapp 45.000 Unterschriften (https://www.change.org/p/weg-mit-der-scham-vulvalippen-in-den-duden) bisher noch nicht gekommen.

1 „Involuntarily celibate", engl. für „unfreiwillig zölibatär": Online-Subkultur aus heterosexuellen Männern, die unfreiwillig keinen Geschlechtsverkehr haben

2 Engl. für „Aufreiß-Künstler": bieten Tipps und psychologische Methoden an, um Frauen sexuell zu verführen

YUNA Veranstaltungen

Die Fachstelle YUNA Rheinland an der Universität zu Köln

Carolin Vorholt und Darya Otto (LOBBY FÜR MÄDCHEN), Fadumo Korn, Beryl Magoko



Die Studierendengruppe „Medical Students for Choice" der Universität zu Köln hat eine großartige Veranstaltungsreihe zum Thema weibliche Genitalbeschneidung (FGM/C) organisiert. Hierzu waren Referent*innen aus unterschiedlichen Fachbereichen eingeladen. Gemeinsam mit der Autorin und Aktivistin Fadumo Korn durften wir den Auftakt der Reihe gestalten. Wir freuen uns sehr über das Engagement, das Thema FGM/C für Medizinstudierende präsent zu machen, und bedanken uns für den wertvollen Austausch mit allen Teilnehmenden und den Referent*innen!





© Medical Students for Choice Köln

Save the Date: 11. Februar 2027
Fortbildung für Fachkräfte in den Räumlichkeiten der Fachstelle YUNA Rheinland zum Thema „FGM/C und Kinderschutz: Prävention im Alltag"

Einmal im Monat bieten wir das **kostenfreie Webinar „Einführung in das Thema weibliche Genitalbeschneidung (FGM/C)"** an. Das Webinar richtet sich an Fachkräfte und Interessierte. Ziel des Webinars ist es, einen Einstieg in das komplexe Thema FGM/C zu bieten und für die Thematik zu sensibilisieren.



Bei Rückfragen und für Anmeldungen ist das Team der Fachstelle YUNA Rheinland erreichbar unter: yuna@lobby-fuer-maedchen.de oder 0221 – 65084330.

Die Fachstelle YUNA Rheinland bei der Stadt Köln

Das Thema der weiblichen Genitalbeschneidung (FGM/C) ist insbesondere im Kontext des Kinderschutzes von großer Bedeutung und äußerst sensibel. Deshalb ist es wichtig, Mitarbeitende von Institutionen, die mit Mädchen und jungen Frauen arbeiten, für diese Thematik zu sensibilisieren. Die Fachstelle YUNA Rheinland bietet hierzu kostenfreie Schulungen an. Wir durften in diesem Jahr Fortbildungen für das Amt für Kinder, Jugend und Familie und die Schulsozialarbeiterinnen der Stadt Köln durchführen und freuen uns darüber, dass das Thema sichtbar gemacht und offen besprochen wird.

Die UN-Weltmädchentagsparty: Wir feiern uns!

Mädchen und junge Frauen vernetzen sich und feiern zusammen in Köln-Mülheim! Zum UN-Weltmädchentag haben wir gemeinsam mit dem Arbeitskreis Mädchen des Bezirks Mülheim eine Party im Mädchenzentrum I veranstaltet. Von 17 bis 20 Uhr wurde gelacht, getanzt, gesungen, kreativ gewerkelt und gemeinsam eine gute Zeit verbracht.

An der Kreativstation entstanden eigene Textilschlüsselanhänger, an der Styling-Station wurden neue Looks ausprobiert, Neontattoos geklebt und gegenseitig Schminkideen ausprobiert. Wer Lust auf Verkleiden hatte, konnte sich im Nebenraum mit Polaroid-Kamera ablichten lassen. Dazu gab es Snacks und Getränke und natürlich jede Menge Musik. Beim Schwarzlicht-Karaoke wurde gemeinsam gesungen und gefeiert.

Auch Mädchenrechte waren ein wichtiger Teil der Party. Rund um den UN-Weltmädchentag hatten Mädchen und junge Frauen bei einer Sprühkreideaktion in verschiedenen Kölner Stadtteilen ihre Rechte sichtbar gemacht. So ging es nicht nur ums Feiern, sondern auch darum, gemeinsam für Selbstbestimmung, Schutz und die Rechte von Mädchen und jungen Frauen einzustehen.

Die Party hat einmal mehr gezeigt, wie wichtig Räume sind, in denen Mädchen und junge Frauen zusammenkommen, neue Kontakte knüpfen, sich ausprobieren und ihre Interessen entdecken können. Und manchmal geht es eben auch einfach darum, gemeinsam zu feiern.

Ein herzliches Dankeschön an alle 113 Mädchen und jungen Frauen, die mit uns gefeiert haben, und an alle Helferinnen, die die Party erst möglich gemacht haben!







MädchenPolitikAkademie: Mädchen machen Politik!

Mit der MädchenPolitikAkademie hat die LOBBY FÜR MÄDCHEN in diesem Jahr ein neues Partizipationsformat gestartet. Rund um den UN-Weltmädchentag am 11. Oktober standen die Rechte von Mädchen und jungen Frauen und ihre Möglichkeiten zur Mitbestimmung im Mittelpunkt. Durch verschiedene Aktionen konnten sie sich mit ihren Rechten auseinandersetzen, Politik vor Ort kennenlernen und ihre Anliegen sichtbar machen.

In Werkstätten in unseren Mädchenzentren haben sich die Besucherinnen mit Mädchenrechten beschäftigt und darüber gesprochen, was ihnen in ihrem Alltag wichtig ist und wo sie mehr Mitbestimmung wünschen. Gemeinsam mit dem Handwerkerinnenhaus Köln e.V. und dem Gleichstellungsamt der Stadt Köln haben wir die Rechte von Mädchen und jungen Frauen außerdem mit einer Sprühkreideaktion in verschiedenen Kölner Veedeln sichtbar gemacht.

>>

>> Fortsetzung MädchenPolitikAkademie:



Ein Besuch im Landtag NRW bot die Gelegenheit, Politik unmittelbar zu erleben, Fragen zu stellen und Einblicke in die parlamentarische Arbeit zu gewinnen. Auch Solidarität und Empowerment gehörten zur MädchenPolitikAkademie: Bei der Mädchenparty des Arbeitskreises Mädchen Mülheim in unserem Mädchenzentrum I konnten die Besucherinnen zusammenkommen, neue Kontakte knüpfen und den Weltmädchentag gemeinsam feiern.

Der geplante Austausch mit Vertreter*innen der Jugend-Politik musste aufgrund der laufenden Haushaltsberatungen zunächst verschoben werden, soll aber nachgeholt werden. Denn die Anliegen von Mädchen und jungen Frauen sollen nicht nur gehört werden, sondern auch in politische Entscheidungen einfließen.

Die MädchenPolitikAkademie soll künftig jedes Jahr rund um den UN-Weltmädchentag stattfinden. Die Planungen für 2027 laufen bereits!



Bild oben: Yvonne Gebauer zusammen mit Besucherinnen und Mitarbeiterinnen der LOBBY FÜR MÄDCHEN im NRW Landtag
Bild unten: Yvonne Gebauer im Sommer zu Besuch im Mädchenzentrum I



Zu Besuch im NRW Landtag auf Einladung von Yvonne Gebauer (FDP)

Nach ihrem Besuch im Mädchenzentrum I lud Yvonne Gebauer (FDP) Mädchen und junge Frauen aus beiden Mädchenzentren der LOBBY FÜR MÄDCHEN in den nordrhein-westfälischen Landtag nach Düsseldorf ein. Im Sommer schrieb sie nach ihrem Besuch auf Instagram: „Wir müssen insbesondere jungen Frauen, die heutzutage in vielfältiger Weise, und verstärkt durch die Sozialen Medien, unter Druck geraten können, zuhören, ihre Probleme ernst nehmen und ihnen Mut zusprechen. All das geschieht bei der LOBBY FÜR MÄDCHEN auf vorbildliche Weise."

Am 7. Oktober machten sich die Besucherinnen gemeinsam mit dem Zug von Köln-Mülheim nach Düsseldorf auf, nachdem sie sich im Mädchentreff ausführlich auf den Besuch vorbereitet und ihre individuellen Fragen gesammelt hatten. Im Gespräch mit der Politikerin ging es unter anderem um ihren persönlichen Weg in die Politik, die Voraussetzungen für ein politisches Amt und die Frage, wie sich die FDP für die Rechte von Mädchen, jungen Frauen und queeren Menschen einsetzt. Auch die Diversität des Landesparlaments wurde thematisiert. Anschließend konnten die Besucherinnen den Plenarsaal besichtigen, selbst auf den Sitzen der Abgeordneten Platz nehmen und in eine neue Rolle schlüpfen. Ihre klare Botschaft: Noten abschaffen! Neben politischen Fragen war auch Platz für Musik. Mit einer spontanen Karaoke-Einlage fand sogar der Song „Gut genug" von Blumengarten und KitschKrieg, der gerade viral geht, seinen Weg in den Landtag.



© Handwerkerinnenhaus Köln e.V.

Mädchen dürfen selbst bestimmen, wie sie leben wollen!

Zum UN-Weltmädchentag am 11. Oktober haben Mädchen und junge Frauen ihre Rechte mit Sprühkreide in Köln sichtbar gemacht. Das Recht auf Selbstbestimmung. Auf Unterstützung. Sich auszuprobieren. Auf ein Leben frei von Gewalt. Auf Liebe, Respekt und Freiheit.

Die Aktion wurde gemeinsam von dem Bündnis zum UN-Weltmädchentag entwickelt und organisiert, bestehend aus dem Handwerkerinnen Haus Köln e.V., der LOBBY FÜR MÄDCHEN e.V. und dem Amt für Gleichstellung von Frauen und Männern der Stadt Köln. Die verwendeten Mädchenrechtetexte in vereinfachter Sprache stammen von der LAG Autonome Mädchenhäuser / feministische Mädchenarbeit NRW e.V. Eine Übersicht der Mädchenrechte ist auf der Website der LAG zu finden.

Mädchenrechte sind nicht selbstverständlich. Sie wurden über viele Jahrzehnte erkämpft. Mädchen und junge Frauen müssen ihre Rechte kennen, um für sich einzustehen und ihre eigenen Interessen zu vertreten. Gleichzeitig braucht es eine Gesellschaft, die diese Rechte kennt, ernst nimmt und ihre Umsetzung ermöglicht.

Gerade angesichts aktueller Debatten und Entwicklungen, in denen Rechte von Mädchen und Frauen zunehmend eingeschränkt werden, wollen wir deutlich machen: Mädchenrechte sind Menschenrechte. Sie müssen geschützt, eingefordert und in allen Bereichen des gesellschaftlichen Lebens umgesetzt werden.

Herzlichen Dank an das Ehrenwerk für die Nutzung der Werkstatt in Ehrenfeld und an die Spendenplattform „Hier mit Herz" der Sparkasse KölnBonn für die Unterstützung der Aktion!







Direkt zur Crowdfundung-Spende:

https://www.hiermitherz.de/project/maedchenarbeit-unter-druck/

Crowdfunding für die LOBBY

bis zum Jahresende verlängert

Noch bis zum 31. Dezember 2026 kann unsere Mädchenarbeit über die Spendenplattform „Hier mit Herz" der Sparkasse KölnBonn unterstützt werden. Das Crowdfunding wurde verlängert und hat inzwischen 16 Prozent unseres Spendenziels von 20.000 Euro erreicht. Wir freuen uns sehr über die bisherige Unterstützung und bedanken uns bei allen, die unsere Arbeit bereits mit einer Spende unterstützt haben. Natürlich sind Spenden für unsere Arbeit auch unabhängig von dem Crowdfunding jederzeit möglich.

Antifeminismus, Mädchen- und Frauenhass bis hin zu Femiziden, die Ablehnung von Vielfalt, tradierte Rollenbilder, das Erstarken extrem rechter Haltungen sowie die Normalisierung menschenverachtenden Denkens in den sozialen Medien prägen die Lebenswelt von Mädchen und jungen Frauen.

Aktuelle Zahlen zur Zunahme von Gewalt gegen Mädchen und Frauen bestätigen, was wir als LOBBY FÜR MÄDCHEN e.V. seit Langem wahrnehmen. Sie spiegeln wider, was uns Mädchen, junge Frauen und andere Fachkräfte berichten. In all unseren Einrichtungen wie der Mädchenberatungsstelle und in unseren Mädchenzentren begleiten wir sie stets auch bei Gewalterfahrungen, die fast alle von ihnen machen mussten.

Wir stehen konsequent auf ihrer Seite. Wir schaffen geschützte Räume, bieten Beratung und eröffnen Perspektiven. Für eine Zukunft, in der Mädchen und junge Frauen selbstbestimmt und frei von Gewalt leben können.

Damit wir diese Arbeit auch weiterhin im notwendigen Umfang leisten können, sind wir neben den öffentlichen Zuschüssen auf Spenden angewiesen. Das Crowdfunding bietet aktuell eine zusätzliche Möglichkeit, unsere Arbeit zu unterstützen. Jede Spende trägt dazu bei, Beratung, geschützte Räume und Unterstützung für Mädchen und junge Frauen zu sichern.



Herzlichen Dank
an die **Stadtrevue** für die Platzierung unseres Crowdfundings in der Oktober-Ausgabe und für die Wertschätzung unserer Arbeit für Mädchen und junge Frauen in Köln!

DANKE, dass Sie an der Seite von Mädchen und jungen Frauen stehen.

Unsere Mädchenarbeit wäre ohne die vielen Menschen, die sie mittragen, schlichtweg nicht möglich.

Dabei ist auch die zusätzliche finanzielle Unterstützung unverzichtbar, denn die öffentliche Förderung reicht längst nicht aus, um unsere vielfältigen Angebote abzusichern. Spenden und andere finanzielle Zuwendungen helfen uns, unsere Angebote aufrechtzuerhalten, Lücken zu schließen und Mädchen und junge Frauen zuverlässig zu unterstützen.

Genauso wichtig ist für uns zu wissen, dass unsere Mädchenarbeit vielen Menschen am Herzen liegt. Dass es Menschen gibt, die sich dafür einsetzen, dass Mädchen und junge Frauen selbstbestimmt und frei von Gewalt leben können, gehört und ernst genommen werden und Schutz und Unterstützung erhalten.

Ob durch eine Spende, indem Sie unsere Arbeit weiterempfehlen, durch eine Kooperation oder indem Sie unsere Arbeit in Ihrem Umfeld sichtbar machen: **Danke, dass Sie unsere Arbeit mittragen und sich gemeinsam mit uns für Mädchen und junge Frauen einsetzen.**

Zu wissen, dass so viele Menschen unsere Mädchenarbeit mittragen, gibt uns Kraft und Rückenwind.

Gemeinsam gegen geschlechtsspezifische Gewalt



Sabine Osbelt und Antonia Meier von der LOBBY FÜR MÄDCHEN und drei Aktivist*innen des Netzwerks

Im Sommer durften wir drei engagierte Ehrenamtliche des Netzwerks „Wir wollen uns lebend – Kölner Netzwerk gegen Femi(ni)zide und geschlechtsspezifische Gewalt" bei uns in der Mädchenberatungsstelle begrüßen. Im Gespräch wurde deutlich, wie wichtig gelebte Solidarität, gemeinsamer Austausch auf Augenhöhe und gegenseitiges Lernen für die Arbeit gegen geschlechtsspezifische Gewalt sind. Dazu gehört auch, das Wissen und die Erfahrungen von feministischen Wegbereiterinnen zu teilen. Gleichzeitig ging es um aktuelle Herausforderungen wie zunehmende Gewalt gegen Mädchen, Frauen und queere Personen, den zunehmenden Antifeminismus in unserer Gesellschaft und die unsichere Finanzierung von Gewaltschutzarbeit.

Hjärtligt tack IKEA

(Hjärtligt tack = Herzlichen Dank auf Schwedisch)

IKEA am Butzweilerhof hat uns in diesem Jahr mit neuen Möbeln und einer ganz besonderen Spendenaktion unterstützt. Durch eine Möbelspende haben unsere Arbeitsplätze nicht nur optisch, sondern auch in puncto Ergonomie gewonnen. Beim Aufbau packten vier motivierte Ehrenamtliche mit an, die sich auf unseren Aufruf in den sozialen Medien hin gemeldet hatten.

Beim IKEA Family Bingo im Sommer konnten wir außerdem unsere Mädchenarbeit vor Ort vorstellen. In acht Runden wurde im Schwedenrestaurant zwischen Softeis und Köttbullar fleißig mitgefiebert. Wer zusätzliche Bingokarten kaufte, unterstützte mit jeder Karte direkt unsere Angebote für Mädchen und junge Frauen. Die Spiellaune war dabei so groß, dass sogar neue Bingokarten gedruckt werden mussten! Die gesammelten Spenden wurden anlässlich der Diversity-Week großzügigerweise verdoppelt. Wir bedanken uns von Herzen für die erneute Unterstützung.



Amelie Albiez von IKEA am Butzweilerhof zusammen mit Alina Jurksch, Fredericke Onu und Antonia Meier von der LOBBY FÜR MÄDCHEN

LOBBY FÜR MÄDCHEN e.V.

Geschäftsstelle
Fridolinstr. 14, 50823 Köln
Tel.: 0221/45 35 56 50
info@lobby-fuer-maedchen.de

www.lobby-fuer-maedchen.de
@LobbyfuerMaedchen

V.i.S.d.P.: Antonia Meier

Redaktionsteam:
Vanessa Erdmann,
Lynn Goossens, Alina Jurksch,
Rebecca Kummer, Antonia Meier,
Lisa Salzmann, Malaika Viriato,
Carolin Vorholt

Beiträge: Mitarbeiterinnen der LOBBY FÜR MÄDCHEN

Bildnachweise: Alle Bilder, wenn nicht anders gekennzeichnet, sind Eigentum der LOBBY FÜR MÄDCHEN e.V.

Grafik: www.kreativkontor.de
Britta L.QL

Auflage: 2.400



Drei Monate lang hat die Evangelische Kirchengemeinde Niehl-Riehl mit dem Klingelbeutel Spenden für unsere Mädchenarbeit gesammelt. Wir freuen uns sehr über diese Unterstützung und darüber, dass unsere Arbeit auch im Gottesdienst vorgestellt und sichtbar gemacht wurde.



Vogelsanger Mailauf: Ein Tag voller Bewegung und Begegnung

Am Sonntag, den 10. Mai waren wir mit einem Stand beim Vogelsanger Mailauf dabei. Bei strahlendem Sonnenschein herrschten im Veedel gute Laune und eine tolle Atmosphäre. Nach dem Laufen oder Anfeuern konnten Kinder und Jugendliche an unserem Stand eigene Buttons und Sticker gestalten und ihrer Fantasie freien Lauf lassen. Zwischen Pommes, Eis und gesunden Snacks kamen wir mit Läufer*innen, Familien und Unterstützer*innen ins Gespräch, stellten unsere Arbeit vor und gaben Einblicke in unsere Mädchenarbeit. Besonders gefreut hat uns, dass einige Ehrenamtliche des Mailauf-Teams ihre Aufwandsentschädigung zugunsten der LOBBY FÜR MÄDCHEN gespendet haben. Vielen Dank an alle, die unseren Stand besucht, mitgemacht und uns unterstützt haben!

Gemeinsam anpacken:

ROLAND Rechtsschutz zur Renovierung im Mädchenzentrum I



Einen Tag lang wurde in unserem Mädchenzentrum I in Mülheim gestrichen, geschleppt und repariert. 14 engagierte Mitarbeiter*innen von ROLAND Rechtsschutz haben uns bei der Renovierung unterstützt und den Räumen einen frischen Anstrich verpasst.

Für uns war der Einsatz eine große Unterstützung und gleichzeitig eine schöne Gelegenheit miteinander ins Gespräch zu kommen. Die Mitarbeiter*innen von ROLAND Rechtsschutz brachten ihre Zeit und ihre unterschiedlichen handwerklichen Fähigkeiten mit und bekamen dafür einen Einblick in einen Alltag, der für sie sonst nicht zum eigenen beruflichen Umfeld gehört.

Beim gemeinsamen Austausch zwischen Pinsel und Farbrolle konnten wir erzählen, was im Mädchenzentrum täglich passiert, welche Angebote es gibt und mit welchen Themen Mädchen und junge Frauen zu uns kommen. Es wurden viele interessierte Fragen gestellt und es entstand ein lebendiger Austausch über unsere Arbeit und die Bedeutung eines Ortes nur für Mädchen und junge Frauen.

Auch ROLAND CEO Tobias von Mäßenhausen war beim Renovierungstag dabei. In seinem Rückblick auf LinkedIn schrieb er über das Team: „Was mich besonders begeistert hat? Wie selbstverständlich alle angepackt haben."

Wir haben das genauso erlebt und freuen uns sehr über die engagierte Unterstützung. Denn neben dem frischen Anstrich bleibt vor allem ein Tag in Erinnerung, an dem Menschen aus unterschiedlichen Arbeitsbereichen zusammengekommen sind, sich kennengelernt und gemeinsam etwas für unser Mädchenzentrum bewegt haben. Vielen Dank an das gesamte Team für euren Einsatz, eure Zeit und das große Interesse an unserer Mädchenarbeit!

Pink Nose Golfturnier

Eines unserer Jahreshighlights ist jedes Jahr das Pink Nose Golfturnier, organisiert vom Netzwerk Facettenreich e.V.. Am 15. August fand das ausverkaufte Turnier bei strahlendem Sonnenschein zugunsten unserer Mädchenarbeit und in diesem Jahr auch der Arbeit von KIDsmiling e.V. statt.

Am Halfway Point waren wir gemeinsam mit den Facetten mit einem Verpflegungsstand dabei und kamen zwischen Kuchen und Currywurst mit den motivierten Golfer*innen über unsere Mädchenarbeit und die aktuellen Lebenslagen von Mädchen und jungen Frauen ins Gespräch. Beim anschließenden Dinner ging der Austausch weiter, ergänzt durch eine Versteigerung von Kunst und Design für den guten Zweck, moderiert von Michael Trippel, Stadionsprecher des 1. FC Köln. Auch zwei Mitglieder der Band King Loui, über deren Aktion wir bereits im letzten LOBBY-Magazin berichtet haben, waren am Abend dabei. Mit dem Verkauf ihrer Band-Pins hatten sie Spenden für unsere Mädchenarbeit gesammelt und uns diese beim gemeinsamen Abendessen überreicht.

Ein großes Dankeschön an die engagierten Facetten für die Organisation dieses besonderen Tages und an alle, die ihn mit ihrer tatkräftigen Unterstützung möglich gemacht haben. Und natürlich auch an King Loui für die tolle Aktion und die zusätzliche Sichtbarkeit für unsere Mädchenarbeit!

Das Netzwerk
Facettenreich e.V.



© Michael Ulbricht

Ausblick



© Mörderische Schwestern e.V.

Save the Date

Anlässlich des Weltfrauentags findet am 7. März die nächste Ladies Crime Night mit den Mörderischen Schwestern im Basement der Christuskirche statt. Informationen zum Ticketkauf finden Sie zeitnah auf unserer Homepage und auf Social Media.

"Wir nehmen uns die Nacht!"

Am 25. November 2026 findet der jährliche Protestmarsch anlässlich des Internationalen Tages gegen Gewalt an Frauen und Mädchen statt, veranstaltet vom Bündnis Lila in Köln.



Mädchenberatungsstelle

Fridolinstr. 14, 50823 Köln, Tel. 0221 / 45 35 56 50

- **Mädchenberatung** maedchenberatung-linksrhein@lobby-fuer-maedchen.de
- **Online-Beratung** lobby-fuer-maedchen.assisto.online
- **Prävention** praevention@lobby-fuer-maedchen.de
- **Hürden überwinden – Gewaltschutz für Mädchen und junge Frauen mit sogenannter geistiger und/oder körperlicher Behinderung** huerden-ueberwinden@lobby-fuer-maedchen.de

---

Fachstelle YUNA Rheinland

– zur Prävention von und Intervention bei weiblicher Genitalbeschneidung (FGM/C)

Wiener Platz 2a, 51065 Köln
Tel. 0221 / 650 843 30, Mobil 0162 / 15 65 13 9
yuna@lobby-fuer-maedchen.de, www.yuna-nrw.de

@fachstelle_yuna_rheinland

Mädchenzentrum I

Buchheimer Str. 56, 51063 Köln
Tel. 0221 / 22 20 70 57
maedchenzentrum-1@
lobby-fuer-maedchen.de

- **Mädchentreff I** Tel. 0221 / 890 59 58
  maedchentreff-1@
  lobby-fuer-maedchen.de
- **Mädchenberatung** Tel. 0221 / 890 55 47
  maedchenberatung-rechtsrhein@
  lobby-fuer-maedchen.de
- **Mädchen(aus)bildungsinitiative – M(a)BI** Tel. 0221 / 890 55 49
  laufbahnbegleitung@
  lobby-fuer-maedchen.de
- **Aufsuchende Mädchenarbeit**
  Tel. 0221 / 890 59 58
  Mobil 0173 / 866 52 14
  aufsuchende-maedchenarbeit@
  lobby-fuer-maedchen.de

@maedchenzentrum_eins

Mädchenzentrum II

barrierefrei für Mädchen und junge Frauen mit Rollstuhl

Weidengasse 70 – 72, 50668 Köln
Tel. 0221 / 95 81 71 33
maedchenzentrum-2@
lobby-fuer-maedchen.de

- **Mädchentreff II** Tel. 0221 / 95 81 71 33
  maedchentreff-2@
  lobby-fuer-maedchen.de
- **Mädchenberatung** Tel. 0221 / 95 79 80 18
  maedchenberatung-linksrhein@
  lobby-fuer-maedchen.de
- **Mädchen(aus)bildungsinitiative – M(a)BI** Tel. 0221 / 95 62 40 82
  laufbahnbegleitung-2@
  lobby-fuer-maedchen.de

@maedchenzentrum_zwei

www.lobby-fuer-maedchen.de

@LobbyfuerMaedchen

LOBBY für Mädchen
gemeinnütziger und mildtätiger e.V.

Bankverbindung
LOBBY FÜR MÄDCHEN e.V.
SozialBank AG
DE59 3702 0500 0007 0694 00