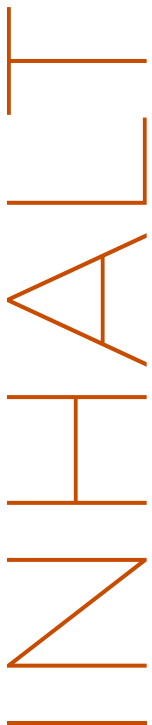




FRAUENNOTRUF GEGEN SEXUELLE GEWALT AN
FRAUEN UND MÄDCHEN E.V. HEIDELBERG

Jahresbericht

2025



01.

Vorwort

02.

Beratung: Statistik, Notschlafplatz & Ressourcengruppe

03.

Vernetzung: kommunal, landes- & bundesweit

04.

Prävention: Jugendworkshops, Fortbildung & Selbstbehauptungskurse

05.

Öffentlichkeitsarbeit: Ehrenamt, Politik & Internetauftritt

06.

Wir sagen Danke

Liebe Lesende,

2025 war ein Jahr, das von hohen fachlichen Anforderungen und wichtigen Weichenstellungen geprägt war. Als spezialisierte Fachberatungsstelle zu sexualisierter Gewalt haben wir beim Frauennotruf Heidelberg unsere Beratungs-, Präventions-, Fortbildungs- und Vernetzungsarbeit weiterentwickelt, um Betroffene auch unter veränderten gesellschaftlichen Bedingungen verlässlich zu unterstützen.

Erneut ist die Zahl der Beratungsanfragen gestiegen – vermehrt komplexe Anfragen, insbesondere von migrantischen FLINTA* in prekären Lebenslagen. Gleichzeitig erreichte uns eine hohe Nachfrage nach Fortbildungs- und Präventionsangeboten, insbesondere zu Gewaltschutzkonzepten.

Vor dem Hintergrund kommunaler Sparmaßnahmen haben wir zudem unsere regionale sowie landes- und bundesweite Vernetzung gezielt ausgebaut und neue Bündnisse geschlossen, um fachliche Strukturen zu sichern und gemeinsam handlungsfähig zu bleiben.

Trotz der finanziellen Belastungen haben wir uns intern intensiv mit Organisationsentwicklung befasst, insbesondere mit der Vorbereitung des Generationenwechsels im Team, um das langjährig gewachsene Fachwissen der Kolleginnen, die das Hilfesystem in Heidelberg wesentlich mit geprägt und aufgebaut haben, systematisch zu sichern und nachhaltig im Team zu verankern.

Was wir im Jahr 2025 darüber hinaus erreichen konnten, finden Sie auf den folgenden Seiten. Wir laden Sie herzlich ein, Einblick in unsere Arbeit zu nehmen.

Das Team des Frauennotrufs Heidelberg

VORWORT

02. BERATUNG

Wir sind seit 1978 eine anerkannte spezialisierte Fachberatungsstelle für Frauen, Mädchen und LINTA, die sexualisierte Gewalt erlebt haben, und deren unterstützende Angehörige. Für viele Betroffene ist die Beratungsstelle ein erster geschützter Ort, um das Erlebte zu benennen, Unterstützung zu finden und neue Handlungsspielräume zu gewinnen.*

401

Ratsuchende haben das Angebot der **Beratungsstelle** in Anspruch genommen. Darunter waren 278 Personen aus Heidelberg, 18 Personen aus dem RNK und 105 Personen haben sich anonym beraten lassen.

Unsere Arbeit ist parteilich, vertraulich, kostenfrei und auf Wunsch anonym. Wir beraten telefonisch, online oder vor Ort. Wir arbeiten qualifiziert, traumafachlich fundiert und mit hoher fachlicher Sorgfalt – und tun dies mit großem Engagement für jede einzelne betroffene Person.

Auch im vergangenen Jahr wandten sich viele Betroffene mit ganz unterschiedlichen Gewalterfahrungen an uns. Der Großteil der Beratungen betraf sexualisierte Gewalt in Kindheit und Jugend, gefolgt von Vergewaltigungen im sozialen Nahraum, insbesondere durch (Ex-)Partner.

Unser Unterstützungsspektrum umfasst:

- Systemische bzw. psychosoziale Einzelberatung, Krisenintervention und Stabilisierung
- Begleitung im Strafverfahren – von der Entscheidungsfindung bis zur Aussage und auch nach der Urteilsverkündung.
- Vermittlung an Fachärzt*innen, Therapeut*innen und Anwäl*innen und sozialrechtliche Beratung
- Beratung zu finanziellen Hilfen, z. B. OEG, EHS oder Prozesskostenhilfe

Der politische Wille der Stadt ermöglichte auch in dem finanziell schwierigen Jahr eine verlässliche Förderung. So konnten wir auch 2025 umfangreich beraten, begleiten und stärken. Gleichzeitig geraten wir zunehmend unter Druck: **Die Beratungsanfragen steigen stetig, unsere Ressourcen jedoch nicht.**

Da wir als spezialisierte Fachberatungsstellen ebenso wie Therapeut*innen Stabilisierung und Krisenintervention anbieten, jedoch keine Traumaexposition leisten, sind wir für von sexualisierter Gewalt traumatisierte FLINTA* eine niedrigschwellige und oft lebenswichtige Anlaufstelle. Charakteristisch ist dabei die **kontextualisierte, intersektionale Beratungsarbeit**, die in der therapeutischen Versorgung häufig nicht in dieser Form geleistet werden kann: Sie verbindet die Einordnung sexualisierter Gewalt in gesellschaftliche Macht- und Ungleichheitsverhältnisse mit der Berücksichtigung der individuellen Lebenssituation der Ratsuchenden. Auch hier zeigt sich die enge Zusammenarbeit mit Therapeut*innen, etwa durch Weitervermittlung, abgestimmte Fallarbeit oder gemeinsame Begleitung einzelner Klient*innen. Teilweise übernehmen wir auch eine überbrückende Funktion bis zur Aufnahme einer psychotherapeutischen Behandlung.

Damit wir Betroffene in Heidelberg weiterhin wirksam begleiten können, sind zusätzliche Beratungsstunden unerlässlich. Unter diesen Bedingungen werden wir im Jahr 2026 Wartelisten einführen müssen.

Wie der Statistik entnommen werden kann, wenden sich zunehmend jugendliche oder junge erwachsene FLINTA* an uns, die sexuelle Übergriffe oder sexualisierte Gewalt erlebt haben. Dies ist eine positive Entwicklung, da sie darauf hinweist, dass sowohl unsere geschlechtsspezifische Präventionsarbeit in den Heidelberger Schulen als auch Awareness-Schulungen in Fakultäten und Clubs wahrgenommen werden und wirksam sind – auch um Betroffenen den Weg in das Hilfesystem zu zeigen (mehr zu Prävention unter Kapitel 4).

Es zeigt sich zudem auch 2025 weiterhin, dass die Mehrheit der Betroffenen sexualisierte Gewalt bereits in der Kindheit erlebt hat. Dies verweist auf anhaltende Schutzlücken im Kinderschutz. Die Folgen langjähriger Gewalt durch Bezugspersonen sind gravierend: Viele Betroffene sind in ihrer Lebensgestaltung eingeschränkt, leben in prekären Verhältnissen und sind auf Leistungen der Grundsicherung sowie Unterstützung nach dem Teilhaberecht angewiesen. Vor diesem Hintergrund ist die kontextbezogene Beratungsarbeit des Frauennotrufs sowie die Begleitung für Gewaltschutzkonzepte in Institutionen von besonderer Bedeutung.

Notschlafplatz für akut gefährdete FLINTA*

Ein Teil unserer Klient*innen fällt trotz akuter Gefährdung durch bestehende Hilfesysteme. Insbesondere Betroffene sexualisierter, organisierter oder ritueller Gewalt können häufig nicht in regulären Schutzunterkünften aufgenommen werden oder benötigen kurzfristig einen sicheren Ort, bevor eine langfristige Unterbringung geklärt werden kann. Viele Betroffene müssen ihre Wohnung unmittelbar verlassen, weil dieser Tatort schwerer Gewalt wurde oder weiterhin eine akute Gefährdung durch Täter*innen besteht. Gleichzeitig fehlt häufig ein soziales Umfeld, das Schutz bieten könnte. Mit dem Notschlafplatz versucht der Frauennotruf, diese Versorgungslücke im Hilfesystem zu schließen.

Der Notschlafplatz wurde 2025 von zwei Frauen genutzt, die sich in schweren Gewaltkontexten befanden. Hintergründe der Unterbringung waren:

- sexualisierte Gewalt in der Partnerschaft sowie zusätzliche Gewalt im familiären Umfeld nach dem Versuch, dort Schutz zu suchen
- Vergewaltigung durch einen Vorgesetzten, anschließende Bedrohung durch den Täter sowie häusliche Gewalt und finanzielle Abhängigkeit in der Partnerschaft

Die Begleitung beider Frauen war von hohem Bedarf an Stabilisierung und Krisenintervention geprägt. Neben der sicheren Unterbringung umfasste sie die Entwicklung einer tragfähigen Anschlussperspektive, die Vermittlung an spezialisierte Rechtsanwält*innen, die Anbindung an rechtsmedizinische Unterstützung, die Organisation finanzieller Hilfen sowie die Suche nach weiterführenden Schutzunterkünften.

Auch in diesem Jahr zeigen die Fälle, dass der Notschlafplatz ein unverzichtbares Angebot darstellt, um bestehende Versorgungslücken im Hilfesystem für FLINTA* in akuten Gefährdungslagen aufzufangen.

Ressourcengruppe: *my feelings, my power*

Im Jahr 2025 konnten wir dank einer Sonderspende das neu konzipierte Gruppenangebot „My feelings, my power“ umsetzen. Es richtete sich an FLINTA* ab 18 Jahren, die von sexualisierter Gewalt einschließlich sexueller Belästigung betroffen sind oder waren.

Ziel des Angebots ist es, die eigenen Emotionen (wieder) als Ressource erlebbar zu machen und einen geschützten Raum für Austausch unter Betroffenen zu schaffen – ausdrücklich ohne Fokus auf die detaillierte Bearbeitung von Gewalterfahrungen. Stattdessen stand die Stärkung persönlicher Ressourcen im Vordergrund. Orientiert an den vier Grundbedürfnissen nach Grawe (Bindung, Orientierung/Kontrolle, Selbstwerterhöhung, Lustgewinn) wurden die Erfahrungsräume Lebendigkeit und Leichtigkeit, Selbstvertrauen und Hoffnung, Verbundenheit und Trost sowie innere Ruhe und Zufriedenheit gestärkt.

Die erste Durchführung fand vom 29.04. bis 22.07.2025 in vier aufeinander aufbauenden 1,5-stündigen Sitzungen statt. Zum Einsatz kamen emotionsfokussierte und ressourcenorientierte Methoden, ergänzt durch Aktivierungs- und Achtsamkeitsübungen. Aufgrund der sehr positiven Resonanz und hohen Nachfrage wurde das Angebot vom 16.09. bis 21.10.2025 erneut durchgeführt.

Die Teilnehmenden beschrieben den geschützten Austausch hier in Heidelberg als besonders stärkend und die Begegnung mit FLINTA* unterschiedlicher Alters- sowie sozialer und beruflicher Hintergründe als bereichernd. Die Rückmeldungen unterstreichen die Bedeutung spezialisierter Gruppenangebote als Ergänzung zur Einzelberatung. **Insgesamt konnten 45 Teilnehmende in acht Gruppensitzungen erreicht werden.**

03. VERNETZUNG

*Eine enge Zusammenarbeit mit relevanten Akteur*innen auf kommunaler, Landes- und Bundesebene ist für unsere Arbeit unerlässlich. Wir sind in zahlreichen Fachgremien, Arbeitskreisen und Netzwerken aktiv, um Schutzlücken zu identifizieren und spezialisierte Versorgungspfade in Heidelberg weiterzuentwickeln.*

Interdisziplinäre Kooperation zur Opferversorgung nach sexueller Gewalt

Bereits 2009 initiierte der Frauennotruf Heidelberg den Runden Tisch zum Opferschutz und zur Opferversorgung nach sexueller Gewalt, der sich seither als feste Plattform für interdisziplinären Austausch etabliert hat und als Bindeglied zwischen Praxis, Recht und Versorgungssystem fungiert – darunter Polizei, Justiz, medizinische Einrichtungen, psychosoziale Beratungsstellen und Sachverständige.

Aufgrund der hohen Anzahl an Beratungsanfragen sowie der angespannten finanziellen und personellen Situation konnte der Arbeitskreis im Jahr 2025 nicht einberufen werden. Eine Wiederaufnahme ist derzeit nur bei stabiler Finanzierung und ausreichender personeller Ausstattung realistisch. Auch aus juristischer Perspektive wird das Fehlen des Runden Tisches Opferschutz bedauert.

Interdisziplinäre Fachkonferenzen zu organisierter und ritueller Gewalt

Für Betroffene organisierter und ritueller Gewalt bestehen erhebliche Versorgungslücken. Es fehlen niedrigschwellige, fachlich spezialisierte Angebote in den Bereichen Beratung, Begleitung, Therapie und Wohnen, insbesondere für Menschen, die noch Kontakt zu Täterstrukturen haben oder sich im Ausstiegsprozess befinden. Eine enge Vernetzung der Fachberatungsstelle mit den relevanten Akteur*innen ist deshalb unverzichtbar.

Die Unterstützung dieser Betroffenen stellt eine hochkomplexe und häufig langwierige Aufgabe dar - oft begleitet von massiver Gefährdung der Klient*innen durch organisierte Täter. Der Frauennotruf Heidelberg engagiert sich seit vielen Jahren mit hoher Fachlichkeit in diesem Bereich und initiierte bereits 2016 eine interdisziplinäre Fachkonferenz mit Vertreterinnen aus Medizin, Psychiatrie, Justiz und Fachberatung. Ziel der Fachkonferenzen ist der kollegiale Austausch sowie der Aufbau tragfähiger Unterstützungsnetzwerke in Heidelberg.

2025 fanden vier Fachkonferenzen sowie drei landes- und zwei bundesweite multiprofessionelle Vernetzungstreffen statt.

Schulübergreifendes Kooperationsformat zu Peer-Gewalt

Im Jahr 2024 initiierten wir einen kommunalen Arbeitskreis zum Thema Peer-Gewalt, um der zunehmenden Gewalt unter Gleichaltrigen mit gemeinsam entwickelten Maßnahmen zu begegnen. Dem Arbeitskreis gehören zentrale Akteur*innen der Heidelberger Schulen, insbesondere Fachkräfte der Schulsozialarbeit, an. Im Jahr 2025 hat sich der Arbeitskreis etabliert und bietet einen regelmäßigen Rahmen für fachlichen Austausch mit der Heidelberger Schulsozialarbeit. Er trägt darüber hinaus zur Weiterentwicklung und Evaluation der Kooperationen zwischen unserer spezialisierten Fachberatungsstelle und den Heidelberger Schulen bei.

Bildungsnetzwerk Heidelberg: Qualitätssicherung in der Präventionsarbeit

Das ebenfalls 2024 gegründete Bildungsnetzwerk Heidelberg: Selbstbestimmung, Vielfalt und Prävention vernetzt Organisationen mit Präventionsangeboten für Heidelberger Schulen. Gemeinsam wurde ein Leitbild zur Qualitätssicherung entwickelt, das die Zusammenarbeit mit Schulen stärkt und einen nachhaltigen Schutz vor Gewalt und Diskriminierung unterstützt. Für 2026 sind bereits ein gemeinsamer Fachtag sowie weitere Kooperationsprojekte geplant.

Auf kommunaler Ebene engagieren wir uns aktiv in:

- dem Runden Tisch „Gewalt im Geschlechterverhältnis“ der Stadt Heidelberg
- dem „Bildungsnetzwerk Heidelberg - für Selbstbestimmung, Vielfalt und Prävention“
- der „FEM.AG - Feministische Arbeitsgemeinschaft Heidelberger Organisationen“.
- dem Inklusionsbündnis Heidelberg

Außerdem sind wir vernetzt in:

- dem Heidelberger Bündnis gegen Armut und Ausgrenzung
- der Kommunalen Kriminalprävention Rhein-Neckar e.V.
- dem Aktionsbündnis Inklusion Heidelberg

Darüber hinaus sind wir auf Landes- und Bundesebene vernetzt mit:

- der Landesarbeitsgemeinschaft der Frauennotrufe Baden-Württemberg/Saarland,
- dem Queeren Netzwerk Baden Württemberg
- dem Landesverband Frauen gegen Gewalt (LF*GG e.V.),
- dem Bundesverband der Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe (bff),
- der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Intervention bei Kindesmisshandlung, -vernachlässigung und sexualisierter Gewalt (DGfPI e.V.)
- dem FachForumFortbildung zu sexualisierter Gewalt in Kindheit und Jugend des Bundesinstituts für öffentliche Gesundheit (BIÖG)
- der Bundes- und Landeskoordinierung spezialisierter Fachberatung bei sexualisierter Gewalt in Kindheit und Jugend (BKSF und LKSF)
- sowie der BAGFORSA – Bundesarbeitsgemeinschaft feministischer Organisationen gegen sexuelle Gewalt.

Unsere Netzwerkarbeit ist kein Selbstzweck, sondern integraler Bestandteil eines wirksamen und effizienten Hilfesystems. Sie sichert Versorgungskontinuität, macht auf Versorgungslücken aufmerksam und verleiht den Perspektiven Betroffener im institutionellen Kontext Sichtbarkeit. Strukturierte Vernetzung ist eine zentrale Voraussetzung für nachhaltige Unterstützung für Gewaltbetroffene.

04. PRÄVENTION

Unsere Präventionsarbeit ist seit 1995 ein fester Bestandteil der Beratungsstelle und hat sich zu einer wichtigen Säule der Heidelberger Präventionslandschaft entwickelt. Sie zielt darauf ab, langfristig Schutzstrukturen zu etablieren.

439

erreichte MINTA*-
Jugendliche durch
Workshops

Vertreten an neun weiter-
führenden Schulen mit:

- **32** zweitägige Workshops
- **5** eintägige Workshops
- **4** Workshops je 1,5h

Vertreten an sieben
weiterführenden Schulen mit:

- **25** Sprechstunden
- plus **12** Beratungen von
Multiplikator*innen

erreichte MINTA*-
Jugendliche durch
Sprechstunden

43

Sexualisierte Übergriffe gehören zur Alltagsrealität vieler MINTA*. Diese Übergriffe erfolgen in unterschiedlichen Kontexten, etwa in Klassenräumen, auf dem Schulweg, in Clubs oder Cafés, dem eigenen Zuhause sowie durch verschiedene Tätergruppen, darunter Lehrkräfte, Peers, Fremde und Verwandte. Sprechen Betroffene diese Erfahrungen an, werden sie oft nicht ernst genommen oder es wird ihnen nicht geglaubt.

Vor diesem Hintergrund ist es von zentraler Bedeutung, MINTA* frühzeitig niedrigschwellige Anlaufstellen sowie vertrauenswürdige Ansprechpartner*innen aufzuzeigen. Insbesondere bei jüngeren MINTA* muss das Hilfsangebot in unmittelbarer Nähe zu ihrem Lebensumfeld verankert sein. In unseren Präventionsworkshops ist daher die Vermittlung, dass das Einholen von Hilfe legitim und wichtig ist ebenso essenziell, wie MINTA* frühzeitig Wissen darüber zu vermitteln, dass es Unterstützungsangebote gibt und wie sie diese erreichen können.

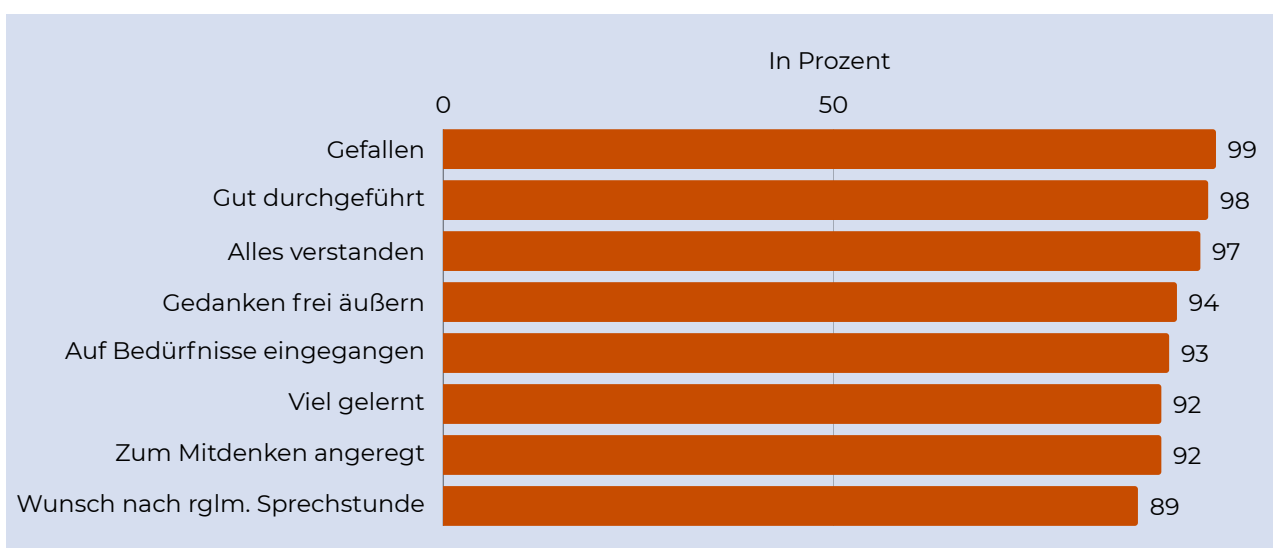
* Das Akronym steht für Mädchen, inter, nicht binäre, trans und agender Personen.

MINTA*-Workshops an Schulen

Unsere geschlechtssensiblen Workshops bieten Jugendlichen einen Raum, um über eigene Erfahrungen zu sprechen und gemeinsam nach Lösungsansätzen zu suchen. In den Gesprächen zeigt sich immer wieder, dass ihr Verständnis von sexualisierter Gewalt häufig durch verbreitete Vergewaltigungsmythen geprägt ist. Ein zentraler Bestandteil der Workshops ist daher die Auseinandersetzung mit diesen Vorstellungen sowie die Entwicklung konkreter Handlungsmöglichkeiten für grenzüberschreitende Situationen – beispielsweise mithilfe von Rollenspielen. Dadurch stärken die Jugendlichen ihr Selbstvertrauen, fördern ihre Handlungskompetenz und entwickeln ein positives Körper- und Selbstbild.

Die Workshops sind dynamisch konzipiert und werden kontinuierlich qualitätssichernd weiterentwickelt, um aktuelle Themen und Anliegen der Jugendlichen aufgreifen und integrieren zu können. Unsere Methodensammlung deckt eine Vielzahl von Aspekten sexualisierter Gewalt ab, darunter digitale sexualisierte Gewalt, Pornografie, Peer-Gewalt, K.O.-Tropfen und vieles mehr – stets altersgerecht aufbereitet.

Wie jedes Jahr wurde im Anschluss an die Workshops ein Feedbackbogen verteilt und ausgewertet, um Rückmeldungen der Schüler*innen zu erhalten. Dabei stimmten sie unter anderem folgenden Aussagen zu:



MINTA*-Sprechstunden: niedrigschwellige Erstberatung direkt vor Ort

Die Sprechstunden sind eine wichtige Ergänzung des Präventionskonzepts des Frauennotrufs. Schulen nehmen im Lebensalltag von Jugendlichen eine zentrale Rolle ein, da sie dort einen Großteil ihrer Zeit verbringen. Daher erscheint es sowohl pädagogisch als auch präventiv sinnvoll, niedrigschwellige Unterstützungsangebote direkt im schulischen Umfeld zu verankern. Aus der Beratungspraxis zeigt sich, dass Lehrkräfte und Schulsozialarbeitende beim Thema sexualisierte Gewalt häufig unsicher und schnell überfordert sind. Das Angebot der Sprechstunden schafft hier eine entscheidende Entlastung: Die regelmäßige Präsenz einer Fachkraft an der Schule bietet Jugendlichen die Möglichkeit, unkompliziert spezialisierte Beratung in Anspruch zu nehmen und – bei Bedarf – eine direkte Anbindung an die Beratungsstelle zu erhalten. Die Hemmschwelle zur Kontaktaufnahme sinkt, da die Fachkraft den Jugendlichen bereits aus den Workshops bekannt ist oder sich persönlich in der Klasse vorgestellt hat. Die Sprechstunden bieten Jugendlichen einen geschützten, vertrauensvollen Raum, der partizipativ gestaltet wird: Die jungen Menschen entscheiden eigenverantwortlich über Inhalt und Verlauf des Gesprächs. In der Mehrzahl der Fälle erfolgt die Kontaktaufnahme durch Einzelpersonen; vereinzelt nutzen auch Gruppen das Angebot – etwa bei kollektiv erlebten Konflikten in der Klasse oder mit bestimmten Lehrpersonen. Auch schulisches Fachpersonal nutzt das Angebot, um sich zur Unterstützung betroffener Jugendlicher oder zur Weitervermittlung zu beraten.

Die Erfahrungen des vergangenen Jahres bestätigen erneut die hohe Relevanz des Angebots. Die Sprechstunden wurden intensiv genutzt und haben sich als wertvolle Ressource im schulischen Alltag etabliert. Ziel für das Jahr 2026 ist es, die Sprechstunden an den bereits beteiligten Schulen fortzuführen und das Angebot sukzessiv auf weitere Schulen im Stadtgebiet Heidelberg auszuweiten.

Schulen: Begleitung und Stärkung von Präventions- und Gewaltschutzstrukturen

Der Schutz von Kindern und Jugendlichen liegt in der Verantwortung von Erwachsenen.

Nachhaltige Prävention sexualisierter Gewalt kann nur gelingen, wenn sie über die Zielgruppe der Kinder und Jugendlichen hinaus auch die Verantwortungsträger*innen in Schule und pädagogischen Einrichtungen mit einbindet. Schulleitungen, Lehrkräfte und Schulsozialarbeit tragen eine Fürsorge- und Schutzverantwortung.

Unsere Fortbildungsangebote für pädagogische Fachkräfte setzen genau hier an: Sie stärken Wissen, Handlungssicherheit und Sensibilität im Umgang mit sexualisierter Gewalt. Trotz dieser vorhandenen fachlichen Expertise und des hohen Bedarfs an Fortbildungen für Fachkräfte ist der dringend notwendige flächendeckende Ausbau unseres Angebots aufgrund fehlender finanzieller Ressourcen derzeit nicht möglich. Umso wichtiger ist es, bestehende Strukturen durch gezielte Vernetzung zu stärken.

Diese Begleitung erfolgt auf mehreren Wegen:

- Nachgespräche mit Fachkräften: Austausch mit Klassenleitungen und Schulsozialarbeit über Inhalte, Bedarfe und Handlungsempfehlungen im Anschluss an unsere Workshops.
- Arbeitskreis Schulsozialarbeit: Jährlicher fachlicher Austausch zur Koordination und Weiterentwicklung präventiver Maßnahmen.
- Lehrkräftekonferenzen: Vorstellung unserer Arbeit, Stärkung des Bewusstseins für Prävention – künftig jährlich an allen Kooperationsschulen.
- Kooperation mit Schulleitungen: Enge Abstimmung bei Interventionsmaßnahmen, insbesondere nach MINTA*-Sprechstunden.

Fortbildungen, Schulungen & Vorträge

577

erreichte Personen mit Fortbildungen, Schulungen und Fachvorträgen

Teilnehmende so **vielfältig** wie die Angebote: von Fachkräften über Studierende bis hin zu Eltern.

Davon waren allein **11 Veranstaltungen** Awareness-Schulungen zu *nachtsam* und *Luisa ist hier!*

Veranstaltungen wurden insgesamt durchgeführt **28**

Unser Angebot umfasst wissenschaftlich fundierte, zielgruppenorientierte und praxisnahe Fortbildungen, Schulungen, Elternabende und Fachvorträge. Es richtet sich an Fachkräfte aus Pädagogik, Medizin, Psychologie, Sozialarbeit und Justiz sowie an weitere Berufsgruppen, Unternehmen, Vereine und öffentliche Einrichtungen. Thematische Schwerpunkte sind sexualisierte Gewalt in Kindheit und Jugend, an Menschen mit Behinderungen und in Institutionen, digitale sexualisierte Gewalt, Pornografie, Peer-Gewalt und sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz.

Die Nachfrage nach unserem Angebot ist weiter stark gestiegen und übersteigt unsere personellen Ressourcen deutlich. Besonders betroffen ist die Begleitung institutioneller Gewaltschutzkonzepte. Für Kinder- und Jugendeinrichtungen sowie Einrichtungen der Eingliederungshilfe ist die Zusammenarbeit mit lokalen Fachberatungsstellen ein zentrales Qualitätsmerkmal, entsprechend hoch ist die Nachfrage. 2025 hat sich eine Kollegin daher zur Prozessbegleiterin für Gewaltschutzkonzepte qualifiziert. Eine verlässliche Umsetzung dieses Angebots ist insbesondere im schulischen Bereich aufgrund begrenzter finanzieller und personeller Ressourcen derzeit nur eingeschränkt möglich. Damit ist die fachliche Expertise in Heidelberg vorhanden, jedoch keine verlässliche Finanzierung gesichert.

Rückmeldung einer Teilnehmerin:

“Besonders beeindruckt hat mich die geballte fachliche Kompetenz der Referentin und die wertvollen Einblicke in die Perspektive der Betroffenen und deren Bedeutung für meine Fachpraxis.”

Selbstbehauptungskurse

In unseren Selbstbehauptungskursen lernen Teilnehmende, eigene Grenzen wahrzunehmen, ihre Stärken und Potenziale zu erkennen und ihren Handlungsspielraum zu erweitern. Damit stärken wir Selbstbestimmung und Selbstfürsorge der Teilnehmenden.

108

Teilnehmende
im Alter von 18 bis 70
Jahren

Insgesamt **10 Kurse**, davon
1 Kurs speziell für
Geflüchtete aus dem PHV.

Wir bewerben die Kurse regelmäßig über die Tagespresse, Netzwerkpartner*innen, Social Media und unsere Website, um sowohl Betroffene als auch Fachkräfte im Unterstützungsnetzwerk über unser Beratungs- und Präventionsangebot zu informieren. So wurde beispielsweise das Ankunftszentrum PHV auf unser Angebot aufmerksam.

Barrierearme Selbstbehauptungskurse für Heidelberg durch landesweite Förderung

Zusätzlich zu unseren regelmäßig stattfindenden Kursen konnten wir mit Unterstützung der Glücksspirale BW ein barrierearmes Angebot in Heidelberg umsetzen, um unser Kursangebot zu ergänzen. Für diesen Kurs haben wir Kooperationspartner*innen sowie Einrichtungen der Eingliederungshilfe angesprochen. Die hohe Nachfrage hat den Bedarf bei Menschen mit Behinderungen deutlich gezeigt.

13 Teilnehmende mit
unterschiedlichen Behinderungen
und chronischen Erkrankungen.

Der Kurs war **innerhalb**
kürzester Zeit ausgebucht.

Vor dem Hintergrund der Nachfrage und der Notwendigkeit adressat*innengerechter Angebote ist für das kommende Jahr eine Weiterentwicklung des Kurskonzepts vorgesehen, mit dem Ziel, die Teilnahme von FLINTA*-Personen mit Behinderungen künftig nicht nur in separaten Formaten, sondern als Bestandteil des regulären, inklusiv ausgerichteten Angebots zu ermöglichen.

05. ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

Die Öffentlichkeitsarbeit des Frauennotrufs verfolgt zwei zentrale Ziele: Sie macht betroffene Frauen, Mädchen und LINTA*-Personen sowie ihr unterstützendes Umfeld auf unser Angebot aufmerksam und trägt zur Prävention sexualisierter Gewalt bei. Dafür nutzen wir vielfältige Kanäle und Maßnahmen, die Sichtbarkeit schaffen, Zugänge erleichtern und politische Impulse setzen. Unser Anliegen ist es, aufzuklären und zur Reflexion gesellschaftlicher Verhältnisse anzuregen. Im Folgenden stellen wir wesentliche Elemente unserer Öffentlichkeitsarbeit vor.

Ehrenamt

Ehrenamtliche leisten einen zentralen Beitrag zur Öffentlichkeitsarbeit des Frauennotrufs. Durch ihre Präsenz an Informationsständen vermitteln sie die Angebote des Frauennotrufs, sensibilisieren für sexualisierte Gewalt und ermöglichen direkte Gespräche mit Heidelberger*innen. Gleichzeitig stärken sie durch ihr Engagement bei Spendenaktionen die finanzielle Grundlage der Arbeit.

Im Jahr 2025 organisierten die Ehrenamtlichen eigenständig einen Flohmarkt mit Kuchenverkauf im Kulturfenster e.V. Die Veranstaltung stieß auf großes Interesse und wurde von den Besucher*innen sehr positiv aufgenommen. Neben zahlreichen Begegnungen und Gesprächen über die Arbeit des Frauennotrufs konnten durch den Flohmarkt sowie den Verkauf selbstgebackener Kuchen erfreuliche Spendeneinnahmen erzielt werden, die unmittelbar zur Finanzierung der Beratungsangebote beitragen.



15 aktive Ehrenamtliche

Insgesamt unterstützen uns 55 Ehrenamtliche, davon sind 15 Personen regelmäßig und aktiv dabei.



13 Treffen

Bei den Treffen werden u.a. Aktionen zur Aufklärung zu sexualisierter Gewalt und zur Spendengewinnung geplant.

Politische Öffentlichkeitsarbeit im Kontext kommunaler Sparmaßnahmen

Ein großer Teil der Öffentlichkeitsarbeit war 2025 von politischer Positionierung geprägt. Anlass waren angekündigte kommunale Kürzungen im sozialen Bereich. Der Frauennotruf machte dabei die Auswirkungen solcher Entscheidungen auf soziale Infrastruktur, Schutzräume und Unterstützungsangebote öffentlich sichtbar, insbesondere für Menschen, die von gesellschaftlichen Ungleichheiten betroffen sind.

Der Frauennotruf beteiligte sich an verschiedenen Kundgebungen und Aktionen. Am 09.04.2025 organisierten wir im Rahmen der Fem.AG (Feministische Arbeitsgemeinschaft Heidelberger Organisationen) die Kundgebung „Erhalt und Ausbau feministischer Institutionen statt Kürzungen im sozialen Bereich“ und hielten einen Redebeitrag. Zudem waren wir Teil des Bündnisses der Kundgebung „Kürzen heißt Ausgrenzen! Solidarität statt Streichungen im Sozialen“ am 06.05.2025 sowie des symbolischen Streiks „Streiken um zu bleiben – Queerfeministischer Streik gegen die Haushaltskürzungen“ am 27.11.2025. Darüber hinaus beteiligten wir uns mit Redebeiträgen an weiteren Demonstrationen, u. a. als Reaktion auf den Angriff auf eine „Take Back the Night“-Demonstration sowie im Rahmen des Internationalen Tags gegen Gewalt an Frauen und des feministischen Kampftags.

Neben der öffentlichen Positionierung dienten die Veranstaltungen auch der Vernetzung und dem Austausch mit anderen Initiativen und Einrichtungen.

Gerade unter den Bedingungen zunehmender gesellschaftlicher Polarisierung und unsicherer Finanzierungsstrukturen gewinnt diese Zusammenarbeit an Bedeutung, um gemeinsame Anliegen sichtbar zu machen, Ressourcen zu bündeln und gegenseitige Unterstützung zu stärken.

Website

Unsere Website ist ein zentrales Medium zur Darstellung und Bekanntmachung der Angebote unserer Fachberatungsstelle im Internet. Ende 2025 haben wir die Inhalte umfassend überarbeitet und inhaltlich sowie gestalterisch aktualisiert, um aktuelle Entwicklungen in unserer Arbeit sichtbar zu machen und die Vielfalt unserer Angebote besser abzubilden.

Ein Schwerpunkt der Überarbeitung war die stärkere Sichtbarmachung der Öffnung der Beratungsstelle für FLINTA*-Personen. Darüber hinaus wurde der Internetauftritt um eine zentrale Säule unseres Präventionsangebots erweitert: unsere Fortbildungen.



ca. 610 Zugriffe pro Monat



Auch 2025 sind die Zugriffszahlen erneut gestiegen – ein Beleg dafür, dass unsere Homepage wahrgenommen wird.

23 neue Beiträge



Im Blogbereich unter „Aktuelles“ bewerben wir regelmäßig Veranstaltungen, Vorträge und unsere Selbstbehauptungskurse. 2025 kamen zahlreiche Stellungnahmen zu den Haushaltskürzungen und zur Einstellung des Fonds Sexueller Missbrauch hinzu.

Instagram

Seit 2020 wächst unser Instagram-Account stetig und ist ein bewährter Teil unserer Öffentlichkeitsarbeit. Im Jahr 2025 hatten wir einen Zuwachs von 289 Follower*innen. Mit steigender Reichweite und Engagement hat sich die Plattform als wirkungsvolles Instrument erwiesen, um unsere Arbeit und Anliegen sichtbar, zugänglich und zielgruppengerecht zu kommunizieren. 2025 haben wir 79 Beiträge erstellt.

Die Plattform dient der kontinuierlichen Sichtbarmachung unserer Arbeit sowie der zielgruppengerechten Vermittlung von Informationen zu sexualisierter Gewalt, Beratungsangeboten und Präventionsarbeit. Die Reichweite und Interaktionen zeigen eine stabile Nutzung als Kommunikationskanal im Rahmen unserer Öffentlichkeitsarbeit.



2.199 Follower*innen

Die Mehrheit stammt aus Heidelberg, was unsere lokale Reichweite und Zielgruppenansprache unterstreicht.



343 Beiträge

Darunter Informationskampagnen, Hinweise zu Veranstaltungen, aktuelle Entwicklungen rund um den Frauennotruf sowie weitere relevante Inhalte.

Follow us on Instagram & Website:
@frauennotrufheidelberg
www.frauennotruf-heidelberg.de

WIR SAGEN DANKE

An dieser Stelle möchten wir allen Kooperationspartner*innen, Behörden, Fördernden sowie Spender*innen und Ehrenamtlichen unseren herzlichen Dank aussprechen.

Ihre wertvolle Unterstützung und Ihre Zuwendungen ermöglichen es uns, unsere Beratungsangebote, Präventionsprojekte, Fortbildungen und Kampagnen weiterhin in gewohnt hoher Qualität anzubieten und weiterzuentwickeln. Damit leisten Sie nicht nur einen direkten Beitrag zur Unterstützung Betroffener, sondern setzen gleichzeitig ein Zeichen für eine Gesellschaft, in der Gewalt keinen Platz hat - heute und in Zukunft.

Für Ihr Engagement und Ihre Verbundenheit danken wir Ihnen von Herzen.

KONTAKT

**Frauennotruf gegen sexuelle Gewalt
an Frauen und Mädchen e.V. Heidelberg**

Bergheimer Straße 135
69115 Heidelberg

Beratungstelefon: 06221 - 18 36 43
Geschäftstelefon: 06221 - 18 16 22

www.frauennotruf-heidelberg.de
info@frauennotruf-heidelberg.de

