



aranat

Frauenkommunikationszentrum
seit 2017 mit Tara-Migrationsberatung
öffentlich geförderte Frauenfachberatungsstelle

gefördert durch:

- Land Schleswig-Holstein
- Hansestadt Lübeck
- Posschl-Stiftung

*Wir sagen Danke, auch im
Namen unserer Nutzerinnen.*



*Die Qualität unserer Beratung
ist geprüft und testiert.*

Tätigkeitsbericht 2024

Stand Mai 2025



Das neue Programm erscheint als aktuelles Faltblatt viermal im Jahr.

Frauenkommunikationszentrum
 Aranat e. V.
 Steinrader Weg 1
 23558 Lübeck
 Tel: 0451 / 40 828 50
 Fax: 0451 / 40 828 70
 e-Mail: info@aranat.de
 Internet: www.aranat.de
www.aranat.de/buecherei

Seit Januar 2017 gibt es nach einer Fusion den Fachbereich
 Tara-Migrationsberatung im Frauenkommunikationszentrum Aranat.
 Tel: 0451 / 70 55 76
 e-Mail: Tara.Migrationsberatung@aranat.de

Die Räumlichkeiten sind für Besuchende mit dem Rollstuhl erreichbar.

Vom Land Schleswig-Holstein,
 von der Hansestadt Lübeck
 und von der Possehl-Stiftung geförderte Frauenfachberatungsstelle.

im PARITÄTISCHEN Schleswig-Holstein
 im Landesverband „Frauenberatung Schleswig-Holstein“ (LFSH)
 im Bundesverband der Frauengesundheitszentren (BV FGZ)
 im Bundesverband der Frauenfachberatungsstellen (bff)





aranat

Frauenkommunikationszentrum
seit 2017 mit Tara-Migrationsberatung
öffentlich geförderte Frauenfachberatungsstelle

Frauenkommunikationszentrum Aranat e. V.
Beratung, Veranstaltungen, Treffpunkte

Jahresbericht 2024

Inhalt:

Übersicht der Angebotsbereiche	4
Trägerverein	4
Aktuelle Entwicklungen in Zahlen	5
Angebotsbereich Beratung.....	6
Niedrigschwellige Zugänge.....	7
Besondere Tätigkeiten des Jahres.....	8
Bildungs-, Präventions- und Öffentlichkeitsarbeit	9
Mitarbeiterinnen.....	10
Räumliche Situation und IT-Infrastruktur	11
Finanzen.....	11
Mitgliedschaften, Kooperationen und Netzwerke.....	12
Pressespiegel.....	13
Ausblick 2025	14

Das Lübecker Frauenkommunikationszentrum Aranat ...

... ist eine leicht zugängliche, Kompetenzen und Ressourcen fördernde Frauenfachberatungsstelle. Sie richtet sich **besonders an Frauen in belastenden Lebenssituationen und Notlagen**, auch in Folge von (häuslichen) Gewalterfahrungen und explizit auch an Frauen mit Migrationshintergrund und Fluchterfahrung.

Ein struktureller Schwerpunkt von Aranat e. V. besteht darin, dass **viele niedrigschwellige Zugänge** in Beratung, Stabilisierung, Selbsthilfe, interkulturelle Begegnung, Weiterentwicklung sowie in das Lübecker Hilfenetz geboten werden. Dies geschieht durch eine leichte Erreichbarkeit einer Beraterin, durch fachlich angeleitete Treffpunkte und Gruppenangebote, einen großen Informationspool und die kostenlose Ausleih-Bücherei.

Für die Angebote und Beratungen im Migrationsbereich werden bei Bedarf Sprachmittlerinnen hinzugezogen. Für die Beratung im Migrationsbereich sind zusätzliches asyl- und sozialrechtliches Fachwissen sowie interkulturelle Kompetenzen und Rassismus- und Diversitätssensibilität besonders erforderlich.

Übersicht der Angebotsbereiche

Beratung (telefonisch, persönlich, im Videogespräch, über „text us“) kostenlos, in Einzelgesprächen

- in einer schwierigen Lebenssituation
- bei Folgen von Gewalterfahrungen
- bei Fragen zu Migration und Flucht
- bei Gesundheitsfragen und Essstörungen
- zu gleichgeschlechtlicher/queerer Lebensweise

außerdem:

- in Treffpunkten mit Beraterin
- in Gruppen z. B. zu „Gewaltfreier Kommunikation“

Veranstaltungen

Gruppenangebote, Vorträge oder Infotage überwiegend in den Bereichen:

- Selbstregulation und Selbstsicherheit
- interkulturelle Begegnung
- Gesundheit und Körpererleben

Treffpunkte

Das Frauenkommunikationszentrum Aranat bietet Treffpunkte an, unterstützt bei der Gründung von Selbsthilfegruppen und stellt hierfür Räume zur Verfügung.

Zurzeit gibt es folgende Angebote:

- Interkulturelles Frühstück
- Treffpunkt Bücherei
- Themenabende und Gartentage

Trägerverein

Träger der Einrichtung ist der gemeinnützige Verein „Frauenkommunikationszentrum Aranat e. V.“. Seit 1989 gestalten und unterstützen die Vereinsfrauen eine Frauenfacheinrichtung, die Frauen und Mädchen Raum und Orientierung für gewünschte bzw. notwendige persönliche Veränderungen bietet und die sich in der Öffentlichkeit für Frauen*rechte und deren Umsetzung einsetzt. Nach der Fusion in 2017 haben Vorstand und Verein sich erweitert. Für die Ziele des Vereins haben sich in 2024 **37 Mitfrauen** und **12 Ehrenamtliche** engagiert.



Impulskarten im Kurs Selbstfürsorge mit GFK



aranat

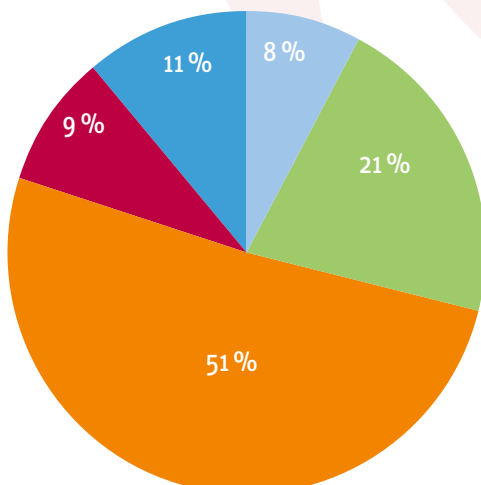
Frauenkommunikationszentrum
seit 2017 mit Tara-Migrationsberatung
öffentlich geförderte Frauenfachberatungsstelle

Aktuelle Entwicklungen in Zahlen

Das Jahr 2024 war geprägt von Verunsicherungen durch weltweite Kriege und Konflikte, wie den Ukrainekrieg oder den Nahostkonflikt, aber auch durch die Regierungskrise in Deutschland, dem Erstarken rassistischer Tendenzen und dem Rechtsruck in der Gesellschaft. Diese als bedrohlich empfundenen Entwicklungen trugen zu Verunsicherungen und Ängsten bei. Dies spiegelte sich für unsere Frauenfachberatungsstelle an den nahezu **1000 Gesamtnutzerinnen mit rund 4000 Kontakten** wieder.

- Die **Gesamtzahl aller Nutzerinnen**, in Einzelberatung, Gruppen, Treffpunkt-Angeboten und Veranstaltungen betrug **954 mit 3923 Kontakten**.
- Der persönliche Kontakt ist für viele Ratsuchende in akuten Krisensituationen von besonderer Bedeutung. Die Anzahl der persönlich beratenden Frauen lag bei 678 und hat im Vergleich zu den Vorjahren leicht zugenommen (2023: 649, 2022: 667).
- Die Beratungskontakte im **Eins-zu-Eins-Kontakt, auch telefonisch und schriftlich**, sind mit **3133** gegenüber **2023 mit 3137** auf dem gleichen Stand geblieben.
- Die Anzahl der Frauen in beratenden **Einzel- oder Gruppengesprächen** weist in den letzten vier Jahren eine steigende Tendenz auf. Im letzten Jahr wurden diese Angebote von insgesamt **775 Frauen** nachgefragt (2023: 765, 2022: 747, 2021: 728).
- **Rund die Hälfte der Frauen (51 %)** nutzten die **Einzelberatung** auf Grund einer vorliegenden **Gewaltthematik**. Diese Zahl ist im Vergleich zum Vorjahr konstant geblieben, aber im Verhältnis zu den Vor-Corona-Jahren signifikant angestiegen.
- **Migrations- oder Fluchterfahrungen** hatten in der Einzelberatung ebenfalls **gut die Hälfte der Frauen**. Die vier häufigsten Länder waren Türkei, Syrien, Afghanistan und Irak.
- Im Rahmen des **neu eingeführten Hochrisikomanagements in der Hansestadt Lübeck** hatte unsere Frauenfachberatungsstelle mehrere Hochrisikofälle zu betreuen und konnte von der bereits jetzt sehr guten Vernetzung mit der Polizei und den beteiligten Einrichtungen profitieren.

Thematisch verteilen sich alle Kontakte wie folgt:



- Gesundheit / Essstörungen 8 %
- weitere psychosoziale Themen 21 %
- Gewaltthematiken 51 %
- Gleichgeschlechtliche / Queere Lebensweise 9 %
- sonstige Themen 11 %

Beratung

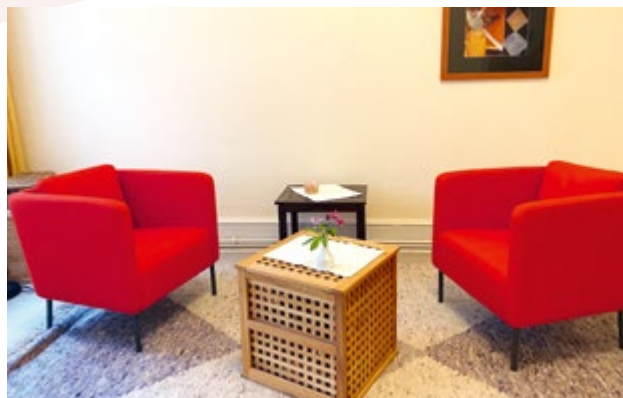
Beratungen im Aranat finden im **persönlichen Gespräch vor Ort oder per Telefon, Video oder online über text us** statt.

Ein **direkter Kontakt zu einer Beraterin ohne Termin, zum Beispiel in einer akuten Krisensituation**, war während der Öffnungszeiten telefonisch oder persönlich vor Ort möglich. Dieses Angebot gibt es verlässlich von Montag bis Freitag von 11 bis 13 Uhr sowie donnerstags von 17 bis 18 Uhr. So ist eine niedrigschwellige Erreichbarkeit gegeben. Der Fachbereich Tara-Migrationsberatung hat darüber hinaus unter einer eigenen Telefonnummer Öffnungszeiten am Montag, Dienstag und Donnerstag von 11 bis 13 Uhr.

Außerhalb der Sprechzeiten ist das **bundesweite kostenlose Frauen-Hilfetelefon bei Gewalterfahrungen** rund um die Uhr in 15 Sprachen erreichbar. Im **Jahr 2024** wurden in unserer Frauenfachberatungsstelle **678 Frauen persönlich im Einzelsetting** beraten. Die Anzahl der **Beratungskontakte** belief sich auf insgesamt **3133**. Priorität war ein Erstgespräch immer zeitnah zu ermöglichen.

Die Hälfte aller Beratungskontakte bezog sich auf **Gewalthematiken, eingeschlossen sind auch die Folgen von Gewalt**. Aktuelle Statistiken des Bundeskriminalamtes belegen, wie gravierend das Thema Gewalt gegen Frauen auch im Jahr 2024 war und dass die steigende Zahl auf das wachsende gesellschaftliche Problem hinweist. Bei der Umsetzung der Istanbul-Konvention und der Entwicklung eines Aktionsplanes zur Umsetzung dieser in der Hansestadt Lübeck ist Aranat e.V. mit den anderen Akteuren im Lübecker Hilfesystem sehr gut verzahnt.

Das neu und bereits jetzt gut etablierte **Hochrisikomanagement** innerhalb der Hansestadt Lübeck für Frauen, die akut von Gewalt betroffen sind, hat sich als sehr hilfreich erwiesen und bedeutet für die jeweiligen Frauen ein gut koordiniertes Vorgehen der beteiligten Akteure (z. B. Jugendamt, Polizei, Frauenfachberatungsstelle/Frauenhaus) im **Hilfenetz**.



Durch die gute Vernetzung der Beraterinnen und der Einrichtung beträgt der Anteil der **Frauen mit Migrationshintergrund** die den Weg in unsere Beratung gefunden haben **gut die Hälfte**.

403 Termine fanden mit Sprachmittlung über KommMit (Sprungtuch e. V.) bzw. fremd- (Englisch) oder muttersprachlich (auf Türkisch oder Polnisch) statt. Die Beratungen zu dritt gehen mit einem deutlich erhöhten Organisationsaufwand und häufig mit längeren Beratungsgesprächen – und Beratungssequenzen einher.

Die weiterhin angespannte beziehungsweise sich zuspitzende Lage auf dem Wohnungsmarkt und in den Unterkünften machte es den Frauen insbesondere mit, aber auch ohne Migrationshintergrund bei Trennung aus Partner-Gewalt häufig unmöglich, eigenen Wohnraum zu finden. Die vermehrt prekäre Lage in den Flüchtlingsunterkünften, in denen viele Familien auf sehr engem Raum leben müssen, trägt zu der Not der Frauen und ihren Kindern bei.





aranat

Frauenkommunikationszentrum
seit 2017 mit Tara-Migrationsberatung
öffentlich geförderte Frauenfachberatungsstelle

Niedrigschwellige Zugänge

In 2024 hat sich der **Zugang** zur Beratung ins Aranat e. V., sei es persönlich, telefonisch oder per E-Mail/online durch **Empfehlung von einer Fachkraft** weiter erhöht. Die **Hälfte der Frauen (49,5 %)** kamen durch Empfehlung von Fachkräften (2023: 43 %). Dies lässt sich durch die zunehmend gute Vernetzung, auch mit den Behörden und Organisationen in der Hansestadt Lübeck erklären. Häufiger werden Frauen auch von Fachkräften (z. B. Arbeitsagentur, Jobcenter, UKSH (insbes. ZIP), Jugendämtern und Schulsozialarbeiter:innen) an uns vermittelt.

Die steigende Anzahl von komplexen und akuten Fällen erfordert für die Beraterinnen im Aranat e. V. ein sehr schnelles Agieren und einen großen zeitlichen Mehraufwand, so dass es manchmal bei neuen Anfragen nach einem Erstgespräch zu Wartezeiten kam, bis eine Weiterführung der Beratung möglich war. Ein Erstgespräch konnte jedoch immer zeitnah realisiert werden.

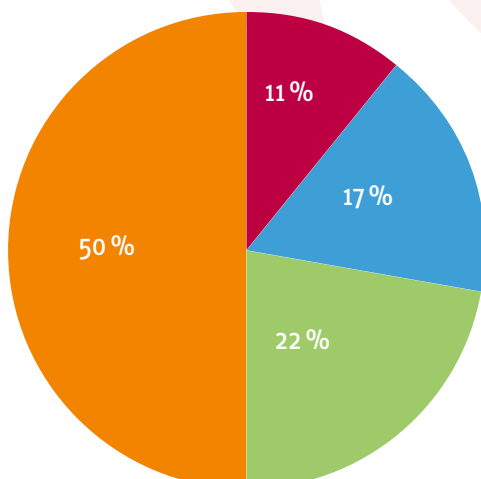
Trotz dieser Rahmenbedingungen und obwohl 2024 eine erfahrene Kollegin in den Ruhestand ging, drei neue Kolleginnen im Aranat e. V. gestartet sind und

die Einarbeitung selbstverständlich Zeit erforderte, ist es den Beraterinnen gut gelungen, der großen Zahl der Anfragen gerecht zu werden. Das bedeutet auch, dass einzelne Anfragen in Hinblick auf die begrenzten personellen Ressourcen an andere Beratungsstellen vermittelt werden mussten.

Im sicheren **Online-Beratungsangebot Text-us** gingen **44** Nachrichten von Frauen ein, für deren **Beantwortung 2 Beraterinnen** zur Verfügung standen. Dieser Bereich hat sich nach Ende der Corona-Pandemie deutlich verringert, wird aber für die Nutzerinnen als ein wichtiger und sich sicher anführender Zugang zu einem Beratungskontakt empfunden. Häufig ist dieser Zugang zur Beratungsstelle ein Türöffner für Gespräche in Präsenz.

Der sichere Zugang in einen textbasierten Beratungsaustausch (text us) bietet eine für die Ratsuchende von der Tageszeit unabhängige Möglichkeit für Kontaktaufnahme und Entlastung. Die Ratsuchenden erhalten verlässlich innerhalb von 48 Stunden (wenn ein Wochenende dazwischenliegt, verlängert sich diese Zeit) eine Antwort von einer hierfür geschulten Mitarbeiterin.

Wie finden Nutzerinnen ins Aranat?



- Internet / Presse 11 %
- Programm, Öffnungszeit 17 %
- Empfehlung z. B. Freundin 22 %
- Empfehlung Fachkraft 50 %

Besondere Tätigkeiten des Jahres

Im März 2024 erfolgte nach intensiver Zusammenarbeit im Team und mit der Gutachterin die Re-Testierung nach KQS (Kundenorientierte Qualitätstestierung für Soziale Dienstleistungsorganisationen).

In dem Gutachten steht und darüber freuen wir uns sehr:

„Insgesamt präsentiert sich Aranat e. V. als Organisation, die schon lange auf dem Weg ist, die Qualität ihrer Arbeit im Interesse der Kundinnen immer weiter zu entwickeln mit dem Ziel, selbststärkende und gesundheitsfördernde Angebote für Frauen zu bieten. Angesichts der momentanen Situation sind auch aus Sicht der Gutachterin, die Arbeit und die Angebote von Aranat e. V. sinnvoll, notwendig und zukunftsfähig. Die Gutachterin wünscht weiterhin gutes Gelingen und freut sich, dazu beitragen zu dürfen.“

In 2024 gab es 24 gut genutzte Gruppenangebote, Treffpunkte (wie das interkulturelle Frühstück) und Veranstaltungen, die unter fachlicher Leitung stattgefunden haben.

Darunter fielen 16 Angebote im Bereich „Beratung in Gruppen“ z. B. zu folgenden Themen:

- Selbstregulation/Innehalten
- Kommunikation-Lauschen auf 4 Ebenen
- Von Scham zu Stolz: Frauen und Würde
- Ressourcen-Wurzeln der Resilienz
- Gewaltfreie Kommunikation (GfK) – Einführung und Übungsgruppe
- Queere Frauengruppe
- Frau-sein – Ich-sein – Wir-sein
- Selbstfürsorge mit GfK

Insgesamt haben 122 Teilnehmerinnen diese Angebote für sich genutzt. Alle geplanten Veranstaltungen haben stattgefunden und waren mit Blick auf die räumlichen Möglichkeiten sehr gut besucht. Regelmäßige Pressemitteilungen haben dazu beigetragen auf unser Angebot aufmerksam zu machen. Alle Gruppen wurden von qualifizierten Referentinnen angeleitet, die Erfahrungen und Kenntnisse in traumsensibler Arbeit haben.

Es gibt viele positive Rückmeldungen von unseren Nutzerinnen, wie z. B.:

- „Spannendes Thema – wertschätzender Umgang“
- „tolles Angebot und ein Ort für einen Austausch auf Augenhöhe“
- „eine positive, zugewandte und kompetente Referentin, deren Herz für Frauen schlägt“.
- „ohne das Aranat wäre ich gar nicht mehr da“
- „Liebe aranat wegen eurer Hilfe ich bin eine starke Frau geworden – vielen Dank“

Die **Treffpunktangebote** sind in der Regel kostenfrei. Für die Veranstaltungen bezahlen die Teilnehmerinnen einen Betrag nach ihren finanziellen Möglichkeiten, da die Teilnahme am (fehlenden) Geld nicht scheitern soll.

Die wöchentliche Öffnungszeit der Bücherei und der mit ihr verbundene Treffpunkt, der von einer Beratungs-Mitarbeiterin geleitet wird, wurde im Jahr 2024 gleichbleibend nachgefragt.

Das mit zusätzlichen MaTZ-Mitteln des Sozialministeriums Schleswig-Holstein geförderte interkulturelle **Theater-Projekt *Lebensbaum*** unter der Leitung von Leman Stehn (Theater- und Gesangspädagogin mit transkultureller Verwurzelung) bot den teilnehmenden Frauen die Möglichkeit spielerisch und mit immer wieder großem Spaß eigenes Erleben von Ungerechtigkeit und Konfliktsituationen, durch Rollenwechsel und non-verbale Verkörperung in neuen Blickwinkeln zu erleben. So konnten neue Handlungskompetenzen und Kommunikationsideen erprobt und entwickelt werden. Dabei wurden thematisch unter anderem Aspekte von Sehnsucht und Freude, Mut und Unabhängigkeit ebenso wie der Umgang mit rassistischen Erfahrungen und Geschlechterrollen aufgegriffen. Es wurde aber auch deutlich, dass ein intensives wöchentliches Engagement für einige interessierte Frauen aus verschiedenen Gründen nicht kontinuierlich möglich war.



aranat

Frauenkommunikationszentrum

seit 2017 mit Tara-Migrationsberatung

öffentlich geförderte Frauenfachberatungsstelle

Bildungs-, Präventions- und Öffentlichkeitsarbeit

In 2024 gab es verschiedene Präventionsangebote im Gesundheitsbereich und zum Thema „*Schutz vor Gewalt*“. Aranat e. V. mit Tara Migrationsberatung beteiligte sich am Aktionsbündnis „*Lübeck wird orange*“ zum **Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen**. Gemeinsam haben wir am 25.11.2024 Informationen und orange *Mut-Macher*in-Regenschirme* auf dem Lübecker Weihnachtsmarkt verteilt und im Vorfeld in Lübecker Geschäften und Schaufenstern die Sticker: „*Kein Platz für Gewalt gegen Frauen*“ ausgehängt.

Eine Beraterin führte beim Deutschen Frauenring eine **Fortbildung** durch mit dem Thema „*Mein Körper und ich*“.

Eine besonders schöne Veranstaltung war unser **Fest zum 35. Jubiläum von Aranat e. V.** mit einem Tag der offenen Tür am 11.10.2024.

Eine Vielfalt an Besucher:innen, exotische Essendüfte und melodische Musik zeichneten unser **35-jähriges Jubiläum** aus. Mit unseren Netzwerkpartner:innen aus Lübeck, mit Vertretern aus der Politik, mit unseren Referentinnen und auch mit unseren Klientinnen haben wir gemeinsam spannende Vorträge gehört und Raum für Austausch und Miteinander geschaffen.

Insbesondere ein Kurzvortrag von der Hamburger Frauenärztin und Beraterin für Gesundheitsförderung, Frau Sabine Anna Klüpfel, mit dem Thema „*Frau-sein – Ich-sein – Wir-sein*“, berührte und inspirierte unsere Gäste.



Jubiläum – Aranat wird 35 Jahre – Das neue Beratungs-Team und der Vorstand stellen sich vor.



Grußworte vom Frauenbüro (Petra Schmittner) und Stabsstelle Migration und Ehrenamt (Daniela Rummert) der Hansestadt Lübeck

Auditive Sinne sind auch von unserem Theater-Projekt *Lebensbaum*, unter der Leitung von Leman Stehn, aktiviert und angeregt worden.

Die Vielfalt, die wir im Aranat in der Beratung erleben, wurde in der Atmosphäre und der spürbaren positiven Energie an dem Tag sehr gut widergespiegelt und hat uns bestätigt, dass wir bereits seit 35 Jahren eine wertvolle feministische Arbeit leisten.



Theater-Projekt *Lebensbaum* auf dem Jubiläumsfest

Mitarbeiterinnen

In 2024 haben in der Frauenfachberatungsstelle Aranat e.V. sieben Kolleginnen in Teilzeit auf insgesamt 4,2 Vollzeitstellen gearbeitet. Hier ist es gelungen, den Generationswechsel aktiv zu gestalten und neue, fachlich sehr kompetente und erfahrene Kolleginnen zur Bereicherung des Teams hinzu zu gewinnen. Alle Team-Kolleginnen haben geschäftsführende Aufgaben übernommen.

Die Kolleginnen im Beratungsbereich haben eine sozialpädagogische oder vergleichbare Qualifikation und spezialisierte Weiterbildungen, z. B. als Sozial- und Gesundheitsmanagerin, traumazentrierte Fachberaterin und systemische Beraterin. Die Mitarbeiterinnen nahmen regelmäßig an fachlichen Fortbildungen (bes. in den Bereichen Hilfe und Beratung bei akuter häuslicher Gewalt, Beratung bei Trauma-Folgen, sowie zu sozial- und ausländerrechtlichen Fragen und zu Methodenkompetenz) sowie an Super- und Interventionen teil. Die Kollegin im Verwaltungsbereich ist Dipl. Bankbetriebswirtin. Sie ist u.a. zuständig für die Finanzen, den Veranstaltungsbe- reich und die Qualitäts-Zertifizierung.

Die Vergütung erfolgte in Anlehnung an den TVÖD. Der Vorstand ist ehrenamtlich tätig. In 2024 hat die langjährige erste Vorsitzende ihre Tätigkeit beendet und es ist gelungen, eine der Gründungsfrauen und langjährige Kollegin (im Ruhestand) als erste Vorsit- zende für den Verein zu gewinnen.

Wir bedanken uns bei den Kolleginnen, die ausge- sprochen sind für ihr großes Engagement und bei den neuen Kolleginnen und der neuen ersten Vorsitzenden, dass sie sich für das Aranat (wieder) entschieden haben.

Räumliche Situation und IT-Infrastruktur

Die Frauenfachberatungsstelle Aranat e. V. hat ihre Räume in einem Altbauhaus in St. Lorenz, zentral gelegen in Bahnhofsnähe und ist barrierearm. Die Einrichtung verfügt über Multifunktions-Räume für Beratung, fachlich angeleitete Gruppen, Treffpunkte und Veranstaltungen sowie eine Bücherei. Im Obergeschoss befinden sich Büros und ein Beratungsraum.

Die Räume im Erdgeschoss sind mit einem Rollstuhl erreichbar.

Da die meisten PCs die Mindestsystemanforderungen für die Ausführung von Windows 11 nicht erfüllten, haben wir in 2024 einen Austausch mit refurbished Geräten vorgenommen. Das hat im Vergleich zu neuen PCs erhebliche Kosten eingespart.

Finanzen

Aranat e. V. wird gefördert durch Zuwendungen der Hansestadt Lübeck sowie des Landes Schleswig-Holstein. Die Possehl Stiftung beteiligte sich auch in 2024 an der Finanzierung des Fachbereiches Tara-Migrationsberatung. Nur durch diese Förderungen konnten die Angebote in dieser Form durchgeführt werden.

Die städtischen Budgetverträge sind für den Zeitraum 2022 – 2026 verhandelt und vereinbart, die Landesmittel werden jährlich neu beantragt.

Mit zusätzlichen MaTZ-Mitteln des Landes Schleswig-Holstein konnte von Juni 2024 – Mai 2025 ein interkulturelles Theaterprojekt „Lebensbaum“ verwirklicht werden. (MaTZ = Maßnahme für Teilhabe und Zusammenhalt.)

2024 wurde finanziell ausgeglichen abgeschlossen.



Mitgliedschaften, Kooperationen und Netzwerke

Aranat e. V. ist **Mitglied** im Landesverband der Frau-
enfachberatungsstellen des Landes Schleswig-
Holstein (LFSH), im Bundesverband der Frauen-
beratungsstellen und Frauennotrufe (bff) und im
Paritätischen Schleswig-Holstein. Auch in unserem
neuen Gewaltschutz-Konzept haben wir uns dazu
verpflichtet, durch enge Kooperationen sowie die
Teilnahme an Fortbildungen und Informationsver-
anstaltungen der Dachverbände unsere Arbeit zu reflek-
tieren und weiter zu entwickeln.

Über den Bundesverband der Frauengesundheitszen-
tren e. V. gibt es eine Vernetzung und Fachaustausch
zu dem Thema Frauen und Gesundheit.

Vom Landesnetzwerk Migrant*innenorganisationen
Schleswig-Holstein wurde in Lübeck eine Netzwerk-
konferenz veranstaltet, an der wir teilgenommen
haben.

Besonders wichtig ist die Zusammenarbeit mit Lübe-
cker Institutionen, um durch gemeinsame Projekte
und Aktionen in der Öffentlichkeit auf verschiedene
Themen aufmerksam zu machen.

So waren wir am **Internationalen Tag „Nein zu
Gewalt an Frauen“** am 25. November mit dem **Akti-
onsbündnis Lübeck wird orange**, dem elf Lübecker
(Beratungs-) Institutionen und das Frauenbüro ange-
hören, mit einer großen Aktion auf dem **Lübecker
Weihnachtsmarkt** vertreten. In vielen anregenden,
teils sehr persönlichen Gesprächen, konnten wir
unterschiedliche Menschen für dieses Thema sensi-
bilisieren.

Bei der jährlichen weltweiten Aktion **„One Billion
Rising (OBR) – Gegen Gewalt an Frauen und
Mädchen“**, die am 14. Februar stattfindet, waren wir
vertreten sowie am 19. Juni, dem **Tag zur Beseitigung
von sexueller Gewalt in Konflikt- und Kriegsge-
bieten**. Mit lauter Musik machten die Tänzer:innen auf
das Thema aufmerksam, Menschen blieben spontan
stehen und beteiligten sich aktiv oder durch Beifall,



um das Thema einer breiteren Öffentlichkeit zugäng-
lich zu machen. Das Feedback für diese Aktion war
durchweg positiv.

Zum **Weltfrauentag am 8. März** gab es viele inte-
ressante Veranstaltungen von den verschiedenen
Kooperationspartner:innen, die vom Frauenbüro
der Hansestadt Lübeck koordiniert wurden. Im
Aranat e. V. fand in diesem Zusammenhang ein **Inter-
kulturelles Frühstück** sowie einen **Workshop zu dem
Thema „Von Scham zu Stolz: Frauen und Würde“**
statt.

Unsere Mitarbeiterinnen nehmen regelmäßig an
verschiedenen **Lübecker Fachnetzungen** teil, wie
z. B. dem KIK-Netzwerk bei Häuslicher Gewalt, dem
Arbeitskreis Migration unter der Leitung der Stabs-
stelle Migration der Hansestadt Lübeck und auch dem
Arbeitskreis Frauen und Psychiatrie. Auf Landesebene
kooperiert die Einrichtung mit den anderen Frauen-
fachberatungsstellen und Frauennotrufen im gemein-
samen Landesverband LFSH. Hier ging es insbeson-
dere um die Umsetzung des Hochrisikomanagements
zur Verhinderung von Femiziden und die Umsetzung
der Istanbul-Konvention.

Presse-Veröffentlichungen 2024

Klang-Meditation bei Aranat

LÜBECK. Am Freitag, 12. Januar, findet von 18 bis 19.30 Uhr in der Frauenfachberatungsstelle Aranat, Steinrader Weg 1, für Frauen eine Meditation statt. Die Klänge der Schalen ermöglichen es, sich wieder ganz auf sich selbst zu besinnen und Erwartungen loszulassen. Die Kosten liegen je nach Einkommen zwischen drei und 14 Euro. Anmeldungen unter Telefon 0451/ 4 08 28 50 oder www.aranat.de.

Lauschen auf vier Ebenen

ST. LORENZ NORD. Am Freitag, 23. Februar, geht es in der Frauenfachberatungsstelle Aranat, Steinrader Weg 1, von 17 bis 20 Uhr um die Schönheit der Kommunikation und die unterschiedlichen Ebenen des Zuhörens. Die Veranstaltung für interessierte Frauen wird geleitet von Sabine Anna Klüpfel, zertifizierte Trainee für Stressregulation, und kostet je nach Einkommen zwischen 7,50 und 30 Euro. Anmeldung unter Telefon 0451/ 4 08 28 50 oder www.aranat.de.

Gewaltfreie Kommunikation

ST. LORENZ NORD. Am Montag, 22. April, startet in der Frauenfachberatungsstelle Aranat, Steinrader Weg 1, von 17.30 bis 19.30 Uhr ein Kurs für Frauen, in dem es darum geht, in konfliktvollen Situationen einen wertschätzenden Umgang miteinander zu finden. Der Kurs umfasst vier Termine und kostet je nach Einkommen zwischen 20 und 80 Euro. Anmeldungen unter Telefon 0451/ 4 08 28 50 oder www.aranat.de.

Aranat bietet Beratung und Gespräche

LÜBECK. In Zeiten, in denen queere Menschen zunehmend nach sicheren Räumen für Austausch und Unterstützung suchen, bietet die Frauenfachberatungsstelle Aranat e.V. im Steinrader Weg 1 in Lübeck ein Gruppenangebot an. Ab Donnerstag 24. Oktober, werden Teilnehmerinnen von 19 – 20.30 Uhr eingeladen, sich zu vernetzen und über ihre Erfahrungen auszutauschen. Die Gruppe trifft sich an vier Abenden und die Teilnahme kostet je nach Einkommen zwischen 15 und 60 Euro. Weitere Infos über info@aranat.de oder 0451-40 828 50.

Yin Yoga bei Aranat

ST. LORENZ NORD. Am Montag 14. Oktober, startet in der Frauenfachberatungsstelle Aranat, Steinrader Weg 1, von 18 bis 19.30 Uhr ein Yoga-Kurs für Frauen. Im Fokus steht das Yin, das Loslassen, das Leben im Jetzt

und das Annehmen aller im Moment erlebten Empfindungen. Der Kurs umfasst vier Termine und kostet 60 Euro, Ermäßigungen sind möglich. Anmeldung unter Telefon 0451/ 4082850 oder www.aranat.de.

*Wodausp.
4.10.24*

Qigong-Kurs für Frauen

LÜBECK. Am Mittwoch, 12. Juni, startet in der Frauenfachberatungsstelle Aranat, Steinrader Weg 1, in Lübeck von 9.45 bis 11 Uhr ein Qigong-Kurs für Frauen.

Leicht zu lernende, langsame fließende Bewegungen wirken ausgleichend und erfrischend. Der Kurs umfasst drei Termine und kostet 35 Euro. Ermäßigun-

gen sind möglich. Weitere Informationen und Anmeldung unter der Telefonnummer 0451/ 4082850 oder im Internet unter www.aranat.de.

Ausblick zu Entwicklungen 2025

Das Jahr 2025 wird für uns mit erfreulichen Entwicklungen und positiven Veränderungen, auch in den Unterstützungsmöglichkeiten, die wir den Frauen im Beratungskontext zur Verfügung stellen können, beginnen.

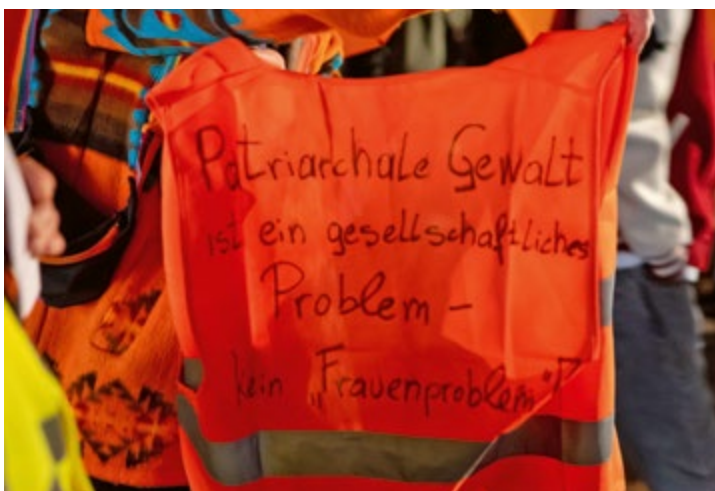
Die **Volksbank Lübeck eG** hat uns mit einer **Spende**, die aus dem Gewinnsparsparen der Volksbanken und Raiffeisenbanken in Norddeutschland stammt, bedacht und damit ihre Wertschätzung für unsere Arbeit zum Ausdruck gebracht. Diese Mittel sollen zusätzliche Angebote für Frauen ermöglichen.

Für **Frauen in Notsituationen** aufgrund von Gewalt haben wir zudem über den **Tildafonds** für das Jahr 2025 finanzielle Mittel für eine schnelle und unkomplizierte Unterstützung beantragt und freuen uns sehr, dass wir im Vergabeverfahren berücksichtigt werden konnten.

Darüber hinaus hat uns die neu gegründete Feministic Law Clinic für eine Kooperation angefragt. In diesem Rahmen werden Frauen, die unser Beratungsangebot in Anspruch nehmen, die Chance haben, kostenlose Rechtsberatung in den Themenfeldern sexualisierte Gewalt, Selbstbestimmungsrecht und Unterhaltsrecht erhalten zu können.

Das neu aufgebaute **Netzwerk** im Bereich **Hochrisikomanagement** zur Vermeidung von Femiziden in der Hansestadt Lübeck erweist sich ebenfalls als sehr positiv. Wir erleben das gegenseitige Miteinander mit allen Beteiligten und den Austausch als wertschätzend und bereichernd. Ansprechpartner:innen und Vorgehensweisen sind bereits jetzt gut ausgearbeitet und bekannt. Sie führen zu mehr Sicherheit und Souveränität im Umgang mit den betroffenen Frauen.

Mit großer Spannung verfolgen und beteiligen wir uns zudem an den Entwicklungen und Prozessen zur Verabschiedung des **Gewalthilfegesetzes**, welches die Länder verpflichten würde, verlässliche Beratungs- und Hilfsangebote für Betroffene von häuslicher Gewalt zu schaffen. Der damit verbundene Rechtsanspruch von Gewaltbetroffenen auf Schutz und Beratung, wäre ein Meilenstein in deren Versorgung.





aranat

Frauenkommunikationszentrum
seit 2017 mit Tara-Migrationsberatung
öffentlich geförderte Frauenfachberatungsstelle

Innerhalb des Aranat e. V. wird weiterhin der **Generationenwechsel** lebendig und tatkräftig vollzogen. Neue Mitarbeiterinnen arbeiten sich in beratende und geschäftsführende Bereiche ein und profitieren von den Erfahrungen der langjährigen Kolleginnen. Die Teamkonstellation ordnet sich, strukturelle beziehungsweise inhaltliche Prozesse werden punktuell reflektiert, teils neu gedacht und durch eine erfahrene Organisationsentwicklerin begleitet.

In der Programm- und Veranstaltungsplanung wollen wir im kommenden Jahr den Fachbereich Gesundheit stärker in den Blick nehmen, in dem wir **Frauengesundheitsgespräche** zu unterschiedlichen Themen und erneut eine angeleitete Selbsthilfegruppe zum Thema Essstörungen anbieten werden.

In diesem Zusammenhang wollen wir Ideen zur räumlichen und inhaltlichen Um- und Neugestaltung der **Bücherei** auf den Weg bringen.

Mit viel Tatendrang, Engagement und Kreativität sind wir auch im Prozess der Gestaltung unserer **neuen Homepage** unterwegs.

In diesem Sinne wird das Jahr 2025 für das Aranat e. V. von viel äußerlicher und innerlicher Bewegung geprägt sein.

Eine gemeinsame Reise, auf die wir uns freuen.





Vielfalt

Das Frauenkommunikationszentrum Aranat setzt sich für eine bunte, demokratische und inklusive Gesellschaft ein.

Wir wenden uns entschieden gegen Rassismus, Sexismus und Ausgrenzung jeglicher Art.

Menschenrechte sind unteilbar!



25.11.2024 Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen – Fahnenaktion



gefördert durch:



POSSEHL
Stiftung