



## Mein Selbst-Bewusstsein wird stärker. Jetzt komme ich!

Der Frauen-Notruf Hannover organisiert eine Gruppe.  
Die Gruppe ist nur für Frauen mit Beeinträchtigungen.

### Warum gibt es die Gruppe?

Viele Frauen mit Beeinträchtigungen machen ähnliche Erfahrungen. Und haben ähnliche Probleme.

Sie dürfen oft nicht selbst entscheiden. Oder andere Menschen sind unfreundlich zu ihnen. Die Frauen können bei Vielem nicht mitmachen.

Viele Frauen glauben, das liegt an ihnen. Sie fühlen sich nicht wohl, wie sie sind. Das macht sie unglücklich. Sie glauben, sie müssen anders sein.

Das stimmt nicht. Sie müssen sich nicht ändern. Die Gesellschaft muss sich ändern.

### Was wollen wir in der Gruppe machen?

*Wir wollen alle zusammen überlegen:*

- Wie können wir unser Selbst-Bewusstsein stärken?
- Was können wir besonders gut?
- Wie können wir selbstbestimmter leben?

*Wir wollen über einige Dinge sprechen*

- Wie ist das Leben mit einer Beeinträchtigung?
- Haben andere Menschen uns schon mal schlecht behandelt, weil wir eine Beeinträchtigung haben?
- Wie ist das Leben mit Unterstützung?

*Wir wollen viel Spaß haben.*

Wir wollen nicht nur miteinander reden.

Wir wollen auch zusammen lachen, spielen, basteln, malen und Theater spielen.

### Wer leitet die Gruppe?

Die Gruppe leiten Claudia Chodzinski und Jenni Vogt. Claudia Chodzinski und Jenni Vogt arbeiten beim Frauen-Notruf Hannover.

### Wie erfahren Sie mehr über die Gruppe?

Sie können Jenni Vogt anrufen. Die Telefon-Nummer ist: 0511 169 59 41

*Haben Sie einen E-Rolli?  
Brauchen Sie andere Hilfsmittel?*

Dann sagen Sie uns das bitte, wenn Sie sich anmelden. Damit wir einen guten Raum finden.

*Die Teilnahme kostet kein Geld.*

