



## Mitmach-Ausstellung

### Meine Kraftquelle(n) – Was mir beim Überleben eines Traumas nach (sexualisierter) Gewalt geholfen hat

Der Kölner Notruf für vergewaltigte Frauen – Frauen gegen Gewalt e.V. begleitet seit 1978 Frauen, die Gewalt erfahren haben. 2018 feierte der Notruf sein 40-jähriges Jubiläum und ist damit der dienstälteste, bundesdeutsche Frauennotruf. In der Zeit seit 1978 konnten wir eine große Bandbreite an Kraftquellen beobachten, die Menschen, die Traumatisches überlebt haben, für sich als hilfreiche Ressourcen finden / entwickeln / zulassen können. Diese wollen wir durch die Mitmach-Ausstellung sichtbar machen: um Mut zu machen und Hoffnung zu geben. Und um zu zeigen, auf welcher vielfältigen und kreativen Weise aus Opfern Überlebende werden können. Die Ausstellung wurde am 28. Juni 2018 im Rahmen der Veranstaltung „Netzwerke(n) gegen Gewalt“ mit 22 Exponaten eröffnet.

- **Kosten:**

•Ausleihgebühr:

- Bis max. 1 Woche: 100 bis 200 € (je nach finanzieller Möglichkeit der Ausleihenden); bei längeren Ausleihzeiten: nach Vereinbarung

•Versandgebühren (versicherter Versand)

•In Köln oder Umgebung: Lieferung und Abholung durch eine Notrufmitarbeiterin incl. Auf- und Abbau für zzgl. je 50 € möglich

•Versicherung der Ausstellung vor Ort

- **Bestand**

•39 laminierte Bilder in A3 und 4 Bücher mit allen Exponaten in A4 (laminiert, Ringbindung)

•Aufbaumaterial (Pins, Schnur, Klammern)

•Leere Seiten, diverse Mal-Utensilien und eine Box für eigene Beiträge zum Ausfüllen vor Ort

•Aufbau-Anleitung (diverse Möglichkeiten, z.B. Stellwand oder Schnur)

- **Ansprechpartner für weitere Informationen und Terminanfragen**

Notruf und Beratung für vergewaltigte Frauen – Frauen gegen Gewalt e.V., Tel.: 0221/562035 oder [mailbox@notruf-koeln.de](mailto:mailbox@notruf-koeln.de) Webseite: [www.notruf-koeln.de/aktuelles/meine\\_kraftquelle/](http://www.notruf-koeln.de/aktuelles/meine_kraftquelle/)

Die Ausstellung „Meine Kraftquelle(n)“ ist eine aktive Mitmach-Ausstellung, die von neuen Beiträgen lebt, um anderen Mut zu machen und das Thema „sexualisierte Gewalt“ der breiten Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Wir möchten daher alle, die sich angesprochen fühlen, herzlich einladen, unsere Vorlage mit der/den eigenen Kraftquelle(n) zu gestalten. Schreiben, Malen, Fotos, Collagen... alles ist möglich! Wir sammeln die eingeschickten Seiten, laminieren sie und binden sie zu Ausstellungs-Büchern. Die Seiten werden auf DIN A3 vergrößert und als Poster ein Teil der Ausstellung. Sie soll immer weiter anwachsen und innerhalb von Köln und darüber hinaus verliehen werden.