

Selbstbewusst und aufmerksam

Autor(en): [s.n.]

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Die Staatsbürgerin : Zeitschrift für politische Frauenbestrebungen**

Band (Jahr): **53 (1997)**

Heft 4

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-844939>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

SELBSTBEWUSST UND AUFMERKSAM

EIN RATGEBER, NICHT NUR FÜR ÄLTERE FRAUEN



Das Sozialdepartement der Stadt Zürich hat einen Ratgeber zum Thema "Frauen, Alter Sicherheit" herausgegeben. Zielgruppe sind ältere Frauen, die sich nach dem Eindunkeln nicht mehr auf die Strasse wagen, Frauen, die ihr Leben trotz allem nach eigenen Vorstellungen gestalten möchten. Sie sind eingeladen, ihren Ängsten ins Auge zu schauen und ihr Recht auf Bewegungsfreiheit geltend zu machen.

Laut Kriminalstatistik sind ältere Frauen die am wenigsten gefährdete Bevölkerungsgruppe. Trotzdem äussern sie viel öfter Furcht vor Verbrechen als junge Männer, die am häufigsten Opfer von Gewalttaten werden. Die Broschüre unterscheidet sorgfältig, welche Angst berechtigt und in welchen Momenten Angst überflüssig ist.

URSACHEN DER ANGST

Angstmachen war früher ein weit verbreitetes Erziehungsmittel für Mädchen. Wer erinnert sich nicht an den "Böölimann", an den netten Herrn, vor dem wir gewarnt wurden, weil er zu Unzeit Süssigkeiten verteilte... Diese pädagogisch gut gemeinten Worte wirken lange nach. Wer aus Angst vor den Mitmenschen daheim bleibt, erhält über die Sensationsmedien ein niederschmetterndes Bild von unserer Welt. Frau igelt sich ein und wird zunehmend einsamer, vielleicht verbitterter. Hier will die Broschüre mit ihren einfachen, klaren Ratschlägen Gegensteuer geben.

SELBSTSICHERHEIT IST LERNBAR

"Selbstbewusst und aufmerksam" empfiehlt ihren Leserinnen, neue Kontakte zu knüpfen, denn auf die Dauer schützt das soziale Netz am besten vor Kriminalität. Frauen lernen, schrittweise selbstsicherer aufzutreten und zu unterscheiden, wer ihnen wohlgesinnt ist und wer nicht. Bei einem Ueberfall schreit die Angegriffene laut, "Feuer", gemäss Leitfaden ist dies ein

überzeugenderer Ruf als "Hilfe". Eine Frau, die sich wehrt, schreibt notfalls an eine Zeitung und unterstützt Politikerinnen und Politiker, die ihre Anliegen vertreten.

EINFACHE VORSICHTSMASSNAHMEN

Gegen einen Entreissdiebstahl kann sich Frau wehren, indem sie in ihre Kleider Innentaschen einnäht, wie sie bei Männerkleidern längst selbstverständlich sind. Im Zweifelsfall ist jedoch die Gesundheit wichtiger als die Handtasche, also keinen Beckenbruch riskieren, nur um den Hausschlüssel zu retten.. Unbekannte haben in einer fremden Wohnung nichts zu suchen, weder als Spendensammler noch als falsche Handwerker.

"SELBSTBEWUSST &
AUFMERKSAM.
FRAUEN; ALTER UND
SICHERHEIT"
GRATIS
ZU BEZIEHEN BEI:
SOZIALDEPARTEMENT
DER STADT ZÜRICH,
KONTAKTSTELLE
OPFERHILFE, AMTS-
HAUS HELVETIA-
PLATZ, POSTFACH,
8026 ZÜRICH.
TEL. 246 66 37/14

GEWALT IN DER FAMILIE UND IM HEIM

Die Broschüre spricht mutig das Tabu-Thema Gewalt in der Familie und im Heim an. Sie ermuntert die ältere Frau, über ihre Probleme zu sprechen und sich nicht alles gefallen zu lassen. Andererseits verschweigt sie nicht, wie schwierig es für Angehörige sein kann, wenn sie allzu lange mit Pflegeaufgaben belastet werden. Auch in diesem Bereich skizziert die Broschüre vorbeugende Massnahmen.

SELBSTVERTEIDIGUNGSKURSE

Selbst Grossmutter und Grosstante körperlichen und geistigen Reserven werden im Selbstverteidigungskurs geweckt. Allerdings gilt es, sorgfältig das Kursangebot zu prüfen, denn Frau soll keine falsche Heldin werden und sich beim Hinfallen nicht verletzen.

Die Broschüre speist ihre Leserinnen nicht mit pfannenfertigen Rezepten ab, doch zeigt sie konsequent Möglichkeiten auf, wie sich ältere Frauen zuhause und in der Öffentlichkeit selbstbewusster bewegen können. Eine Reihe nützlicher Adressen ergänzt die schön illustrierten Ausführungen.

"Selbstverteidigung können Sie täglich üben. Je öfter Sie sich Respekt verschaffen, desto leichter fällt es Ihnen. Oder umgekehrt: Je öfter Sie sich schlechte Behandlung gefallen lassen, desto mehr schrumpft Ihr Selbstbewusstsein, und das ist gefährlich. Sagen Sie höflich und bestimmt, was Sie stört."