17.03.2026
Julie Saacke

# Die Bedeutung von Begegnungsräumen für Frauen mit Fluchterfahrung



Im Quartier Flühlmühle/Lindenstrasse in Luzern wurde 2014 der interkulturelle Treff «Frauencafé Lindenstrasse» geschaffen. Eine Studie hatte aufgezeigt, dass der Stadtteil von den Bewohnenden als Durchgangsort mit hoher Anonymität wahrgenommen wird, kaum Begegnungs-und Aufenthaltsorten vorhanden sind und speziell Frauen* mit Flucht- und Migrationserfahrung häufig isoliert leben. Ihre Handlungsmöglichkeiten sind oftmals durch Mangel an sozialen, kulturellen und ökonomischen Ressourcen eingeschränkt.

Im folgenden Artikel erzähle ich von meinen Erfahrungen in der Arbeit mit Frauen[1] mit Migrations- und Fluchterfahrung. Ich gehe der Frage nach, wie durch Förderung der Partizipation ein gemeinsames «Wir» entstehen kann und welche Bedeutung dabei frauenspezifische Räume haben. Hierbei beziehe ich mich auf ein Projekt, das ich während meines Praktikums als Soziokulturelle Animatorin in der Quartierarbeit der Stadt Luzern im «Frauencafé Lindenstrasse» durchgeführt habe, sowie auf meine aktuelle Tätigkeit im «Women Space» beim Bundesasylzentrums (BAZ) in Zürich, den ich im Rahmen meiner Anstellung als Quartierarbeiterin beim GZ Wipkingen initiiert habe.

**Das Frauencafé Lindenstrasse**

Mein Ziel im Projekt Frauencafé war es die Angebotsstrukturen so zu erweitern, dass mehr Partizipation für die Frauen mit Migrations- und Fluchterfahrung möglich wird. Partizipation sollte hier als Mittel genutzt werden, um die Möglichkeiten und Kompetenzen der Teilnehmenden zur gesellschaftlichen Teilhabe zu fördern: beispielsweise sollte durch die Möglichkeit eigene Ideen und Bedürfnisse einzubringen, das Gefühl von Selbstwirksamkeit gestärkt werden. Die entstehenden Aushandlungsprozesse sollten die Kommunikationsfähigkeiten fördern und durch das gemeinsame Planen und Umsetzen ihrer Ideen sollten die Teilnehmenden Selbstorganisation erlernen.

Als erster Schritt war es mir wichtig, die Lebensumstände der Teilnehmerinnen kennenzulernen. Das Frauencafé hatte sich während 5 Jahren bereits als wichtiger Begegnungsort etabliert: Rund 15 Frauen treffen sich jeweils am Donnerstagnachmittag mit ihren Kindern für zwei Stunden im Frauencafé, einem Raum im Quartier. Dabei werden Alltagsfragen diskutiert, es wird geplaudert und Kaffee, Tee und Snacks genossen. Wichtiger Bestandteil des Frauentreffs ist die Kinderbetreuung, so dass die anwesenden Frauen Raum für sich haben und über selbstgewählte Themen sprechen können. Im Treff konnte ich beobachten, wie sehr Beteiligung und Engagement mit Deutschkenntnissen zusammenhängen und dass es für viele der Frauen nicht selbstverständlich ist, einfach so ihre Meinung zu äussern und Ideen einzubringen. Wir hatten den Eindruck, dass dies oftmals eine Erwartung von uns Fachpersonen ist und weniger ein Bedürfnis der Besucherinnen.

Mittels spielerischer Methoden, wie beispielsweise ein Foto einer «Aktivität die Freude macht» mitzubringen oder gemeinsam ein Plakat zum Thema «Meine Wünsche fürs neue Jahr» zu gestalten, haben wir die Anliegen der Teilnehmenden und Aktivitäten, die sie gerne machen gesammelt. Mit Unterstützung einer interkulturellen Dolmetscherin habe ich mit einer Gruppe eritreischer Frauen gesprochen, um besser zu verstehen, wie sie das Quartier wahrnehmen, was ihre täglichen Herausforderungen sind und was sie sich für das Quartier wünschen. Aber auch um ihnen zu erklären, was die Quartierarbeit ist und anbietet und welchen Einfluss sie auf die Gestaltung des Angebots haben.

Den Einsatz einer interkulturellen Dolmetscherin empfand ich sehr aufschlussreich. Bei den kleinen spielerischen Aufgaben, haben nur diejenigen funktioniert, die wir gemeinsam mit den Teilnehmerinnen durchgeführt haben. Hilfreich waren hier auch Frauen, die schon länger dabei sind und gut Deutsch sprechen. Sie konnten Übersetzungsarbeit leisten und mit ihrem Mitmachen auch die anderen Frauen zu einer Teilnahme ermutigen.

Die viele kleinen Puzzleteile an Informationen und der Austausch mit anderen Fachpersonen, haben schliesslich ein klares Bild ergeben: Ein Grossteil der Frauen hat wenig Zeit, um eigene Interessen zu pflegen. Sie sind mit der Kinderbetreuung beschäftigt, was den Zugang zu Bildungsangeboten erschwert und ihre Kapazität ist stressbedingt oft eingeschränkt. Die Frauen sehen ihre mangelnden Deutschkenntnisse als grösste Hindernis für ihre gesellschaftliche Teilhabe. Sie äusserten den Wunsch, einen Deutschlernnachmittag mit Kinderbetreuung durchzuführen. Ausserdem waren gesundheitliche Probleme ein Thema und das Bedürfnis gemeinsam Gymnastik zu machen, während die Kinder betreut werden. In der näheren Umgebung gab es bereits («Integrations»-)Angebote die einen Teil dieser Bedürfnisse abgedeckt hätten. Die meisten Frauen schienen diese Angebote jedoch nicht zu nutzen, weil es sprachlich und organisatorisch für sie eine zu grosse Hürde war. Zudem wurde deutlich, dass viele mit der Koordination von Terminen und mit den amtlichen Briefen überfordert sind, Schwierigkeiten haben eine Erwerbstätigkeit zu finden und teilweise auch Angst haben, sich allein in der Stadt zu bewegen.

Mit diesem besseren Verständnis für die verschiedenen Herausforderungen haben wir die Informationen vereinfacht. Wir haben eine grosse Tafel mit einem Wochenüberblick über alle Angebote gestaltet, in Form von Bildern für diejenigen Frauen, die Deutsch nicht lesen konnten. Zudem haben wir gemeinsam Angebote besucht, um ihnen so den Zugang zu erleichtern. Zusammen mit einer Frauencafébesucherin, die sehr engagiert war und einer weiteren Freiwilligen, ist eine Gruppe entstanden, die regelmässig Deutschlernnachmittage organisiert. Die Frauen konnten dadurch erfahren, dass ihre Bedürfnisse ernstgenommen werden und ihre Mitsprache etwas bewirkt. Es wurde für sie auch sichtbar, dass andere Frauen aus dem Quartier ähnliche Themen beschäftigen.

**Der Women Space beim BAZ**

Im Unterschied zur Lebenssituation der Frauen im Frauencafé sind die Menschen, die im BAZ wohnen nur für kurze Zeit dort. Sie sind vor kurzem in der Schweiz angekommen und es ist unklar, ob sie einen positiven Asylentscheid erhalten und bleiben können. Aus Untersuchungen ist bekannt, dass viele Frauen* in ihrem Herkunftsland oder auf der Flucht Opfer von geschlechterspezifischer Gewalt und Diskriminierung geworden sind. Aufgrund fehlender Unterstützungsangebote und Schutzkonzepte, sowie Sprachbarrieren und fehlendes Wissen über ihre Rechte, besteht für Frauen* auch in Unterkünften wie dem BAZ ein erhöhtes Risiko, Opfer von Gewalterfahrungen zu werden. In meiner Arbeit mache ich die Erfahrung, dass diese Erlebnisse auch während ihres Aufenthalts im BAZ präsent bleiben. So können beispielsweise bestimmte Themen nur im Umfeld von Frauen angesprochen werden. Ich erlebe, wie sich Frauen im Women Space schminken, aber alles wieder entfernen, bevor sie zurück ins Asylzentrum gehen und viele Frauen tanzen nur, wenn sie unter Frauen sind. Manche besuchen erst gar nicht unseren Raum, wenn wir einen gemischten Treff anbieten, wo die Männer dann meist in der Überzahl sind. Es gibt ein grosser Bedarf an frauenspezifischen Räumen.

Im Women Space, der einmal in der Woche für 3 Stunden geöffnet ist, werden

Tätigkeiten und Gespräche möglich, die im gemischten Treff seltener stattfinden. Es wird getanzt, sich gegenseitig die Augenbrauen gezupft, füreinander gekocht und neue Bekanntschaften geschlossen. Anfangs wollte ich diese stereotypischen «Frauenaktivitäten» nicht fördern, doch ich habe mit der Zeit erkannt, dass ein «Beauty Salon» beispielsweise viele Frauen über Sprachbarrieren hinweg verbindet und dass diese Bedürfnisse auf der Flucht und auch im BAZ zu kurz kommen. Für mich ist es schön zu beobachten, dass diejenigen Frauen, die sich im Women Space kennenlernen, auch vermehrt gemeinsam in den gemischten Treff kommen. Mittlerweile arbeiten wir mit einer interkulturellen Vermittlerin zusammen, was einen persönlicheren Austausch mit den Frauen ermöglicht. Manchmal machen wir einfach einen «offenen Treff» und schauen was entsteht und manchmal haben wir ein spezifisches Programm. Wenn Frauen aus dem Quartier kommen, die nicht im BAZ wohnen, ist es hilfreich eine gemeinsame Aktivität zu haben, um die Sprachbarrieren zu überwinden. Die Frauen können jedoch immer selbst entscheiden, was sie machen möchten. Es gibt Nachmittage, da passiert ganz viel — hier wird gekocht, dort wird mit Ton gearbeitet, es gibt Beratungsgespräche oder wir plaudern einfach bei einer Tasse Kaffee. Manchmal sind rund vierzig Frauen da, viele Kinder, dann ist es lebendig, laut und chaotisch. An anderen Nachmittagen kommen nur wenige und wir geniessen die ruhige Stimmung. Durch den vielen Wechsel im BAZ und durch die belastende, ungewisse Situation, in der die Menschen sind, muss der Treff sehr flexibel sein: Die Frauen können kommen und gehen, wie sie möchten und müssen sich für Aktivitäten nie anmelden.

Bei beiden Projekten ist eine einfache und möglichst direkte Kommunikation wichtig. So arbeite ich mit einem WhatsApp Chat und einfachen Flyern. Der Chat vereinfacht die Organisation: Wenn Treff ist, schreibe ich dies am jeweiligen Tag in den Chat. Aber auch die Mitgestaltung der Nachmittage und die Teilhabe kann so gefördert werden. Manchmal führe ich eine Umfrage mit einer Auswahl an möglichen Tätigkeiten durch. Ein anders mal verschicke Fotos von den Tätigkeiten, um neu dazugekommenen Frauen zu zeigen, was alles im Treff möglich ist.

Wichtig ist unsere Haltung als Treffleitung. Wir bemühen uns stets den Frauen das Gefühl zu geben, dass sie willkommen sind und begegnen uns in der Kommunikation auf Augenhöhe. Wir überlassen den Teilnehmenden zu entscheiden, was und wie sie etwas machen möchten. Gleichzeitig bringen wir auch Ideen ein, um aufzuzeigen, dass in diesem Raum vieles möglich ist. So können wir beobachten, wie auch anfangs zurückhaltende Frauen, mit der Zeit Mut gewinnen, in Kontakt treten und ihre Bedürfnisse äussern. Auch Frauen, die heute nicht mehr im BAZ leben, kommen uns besuchen, da sie die Beziehung zu uns Mitarbeitenden schätzen und wissen, dass sie jederzeit willkommen sind.

## Fazit

Bei beiden Projekten wird die Bedeutung von frauenspezifische Begegnungsräumen sichtbar. Ein «Wir» und ein Gemeinschaftsgefühl entsteht, wenn die Herausforderungen und Anliegen der Frauen gehört werden und aus ihrer Betroffenheit Beteiligung entsteht. Beziehungen und Vernetzung sind wichtige Ressourcen. Die Vernetzung zu anderen Angeboten und Organisationen ist wichtig aber noch wichtiger ist die Vernetzung der Frauen untereinander. Begegnungsräume bieten die Möglichkeiten und erhöhen die Chance, positive Erfahrungen zu machen, die sich positiv auf andere Lebensbereiche auswirken können.Damit dies gelingt empfehle ich, einen Begegnungsort möglichst niederschwellig zu gestalten (räumlich gut gelegen, ohne Anmeldung und kostenlos). Es lohnt sich immer wieder aufs Neue verschiedene Methoden auszuprobieren, um die

Bedürfnisse und täglichen Herausforderungen der Besuchenden besser kennenzulernen und die Angebote anzupassen. In jeder Gruppe gibt es Personen, die helfen, übersetzten, motivieren und unterstützen können und falls möglich empfehle ich, mit interkulturellen Vermittlungspersonen zusammenzuarbeiten. Beide Projekte haben mir gezeigt, dass Begegnungsräume nicht nur Orte fürs gemeinsame Kaffeetrinken sind, sondern die Chance bieten, an viele relevante Themen anzuknüpfen und somit einen Teil zur persönlichen und gemeinschaftlichen Entwicklung beizutragen. Auch wenn diese Arbeit - insbesondere wegen der Sprachbarrieren - immer wieder Geduld braucht, erlebe ich immer wieder berührende Momente, die vom Füreinander und Miteinander erzählen. Momente des Wachstums und voneinander Lernens, so dass ich immer wieder viel Freude und Sinnhaftigkeit darin erlebe.

**Julie Saacke ist Soziokulturelle Animatorin mit mehrjähriger Erfahrung in der Gestaltung und Leitung von Frauen*treffpunkten für Frauen* mit und ohne Fluchterfahrung. Ihr Arbeitsschwerpunkt liegt auf der Förderung von Teilhabe und Empowerment in sozialen Begegnungsräumen.*

**Autor*in:**
Julie Saacke ist Soziokulturelle Animatorin mit mehrjähriger Erfahrung in der Gestaltung und Leitung von Frauen*treffpunkten für Frauen* mit und ohne Fluchterfahrung. Ihr Arbeitsschwerpunkt liegt auf der Förderung von Teilhabe und Empowerment in sozialen Begegnungsräumen.

Zitiervorschlag: Julie Saacke — Die Bedeutung von Begegnungsräumen für Frauen mit Fluchterfahrung, 17.03.2026, URL: https://rechtaufwir.ch/die-bedeutung-von-begegnungsraeumen-fuer-frauen-mit-fluchterfahrung/. This contribution is licensed under the CC4r * COLLECTIVE CONDITIONS FOR RE-USE — Copyleft Attitude with a difference - version 1.0. The reuse of material from other sources may require further authorizations for use by the respective copyright holders.