

## TIPPS UND TERMINE

## Mittwoch, 15.3.

**AiA – Aktiv in Auheim:** 17 Uhr Stammtisch, Sportlerheim, Spitzweg.

**Congress Park Hanau:** 20 Uhr Bodo Wartke – „Wandelmut“, Schlossplatz 1.

## Donnerstag, 16.3.

**AiA – Aktiv in Auheim:** 14.30 Uhr Plauderstündchen, Haggasse 1.

**Café Amadeo:** 20.30 Uhr Aurora DeMeehl – „Frühlingserwachen“, Nürnberger Straße 35.

## Freitag, 17.3.

**Kulturforum Hanau:** 17.30 bis 20 Uhr Bingo-Spiele-Abend für Alle, Am Freiheitsplatz 18 a.

**Jazzkeller:** 21 Uhr Van den Valentyn Trio – Swing, Blues und Boogie Woogie, Philippsruher Allee 22.

## Samstag, 18.3.

**Wallonisch-Niederländische Kirche:** 17 Uhr „I Remember“, Horbacher Chöre, Benefizkonzert zugunsten des Hospizes Louise de Marillac, Gärtnerstraße 14.

**Kulturforum Hanau:** 11.15 Uhr Samstagsgeschichten im Kulturforum im Familiennest, im Märchennest oder im Kinderatelier im 2. OG, Am Freiheitsplatz 18 a.

**Ajoki:** 12 bis 18 Uhr „HANAU handelt nachhaltig“ – Nachhaltigkeitssmesse, Johanneskirchplatz 1.

**Remisengalerie Schloss Philippsruhe:** 18 Uhr Vernissage der Ausstellung „Twenty-Two – Claus Delvaux“, Malerei. Zu sehen bis 2. April jeweils samstags und sonntags von 14 bis 17 Uhr, Philippsruher Allee 45.

**Olof-Palme-Haus:** 19 Uhr Premiere des Theaterstücks „Kunst“ von Yasmina Reza, Theatergruppe Lampenfieber, Pfarrer-Hufnagel-Straße 2.

**Jazzkeller:** 21 Uhr ZinJoy, Philippsruher Allee 22.

## Sonntag, 19.3.

**Ajoki:** 12 bis 17 Uhr „HANAU handelt nachhaltig“ – Nachhaltigkeitssmesse, Johanneskirchplatz 1.

**Mehrgenerationenhaus Fallbach:** 14 bis 17 Uhr Spiele-Nachmittag, Reichenberger Straße 59.

**Olof-Palme-Haus:** 19 Uhr Theaterstück „Kunst“ von Yasmina Reza, Theatergruppe Lampenfieber, Pfarrer-Hufnagel-Straße 2.

**Bildungsinitiative Ferhat Unvar:** 18 Uhr „Hanau eine Nacht und ihre Folgen“, Filmvorführung im Laden der Initiative mit anschließender Gelegenheit zur Diskussion, Am Freiheitsplatz 6.

## Montag, 20.3.

**Jazzkeller:** 21 Uhr Moni's Jazz Jam, Philippsruher Allee 22.

## Dienstag, 21.3.

**Comodienhaus Wilhelmsbad:** 19.30 Uhr „Brauchen Sie ne Quittung“, musikalische Komödie, Parkpromenade 1.

## KINO

## HANAU

## KINOPOLIS

Am Steinheimer Tor 17  
„Shazam! Fury Of“ Atmos Preview D-Box 19.50 Uhr

„Scream 6“ 3D Atmos D-Box 17.20, 20.20 Uhr

„Scream 6“ 3D 22.40 Uhr

„Creed 3“ Atmos D-Box 17 Uhr

„Creed 3“ Digital 14.30, 20, 22.40 Uhr

„Avatar: The Way of Water“ 3D D-Box 16.30, 20.30 Uhr

„Avatar: The Way of Water“ Digital 14 Uhr

„65“ Digital 20.50, 22.30 Uhr

„Ant-Man and the Wasp 3“ 3D 16.40 Uhr

„Ant-Man and the Wasp 3“ Digital 19.40 Uhr

„Sonne und Beton“ Digital 15.40, 18, 19.30 Uhr

„Ein Mann namens Otto“ Digital 18.30 Uhr

„Die Drei ??? – Erbe des Drachen“ Digital 14.20, 17.30 Uhr

„Der gestiefelte Kater 2“ Digital 14.40 Uhr

„Mumien“ Digital 14.10, 16.50 Uhr

„Maurice, der Kater“ Digital 14.15 Uhr

„Schule der magischen Tiere 2“ Digital 14 Uhr

# Sich das Leben zurückholen

## Lawine bietet geschützten Raum für Betroffene sexueller Gewalt

VON JULIUS FASTNACHT

Hanau – Wenn die Frauen mit Heidi Graves zusammen sind, müssen sie sich nicht verstellen. „Ich muss hier keine Maske aufsetzen. Ich kann einfach sein, wie ich wirklich bin, auch mit meinen Verletzungen“, erzählte ihr einmal eine Teilnehmerin. Das Gefühl, einem Menschen aus der Ohnmacht geholfen zu haben, befreit dann auch die Therapeuten. „Ich merke einfach: Das Beisammensein gibt den Frauen ganz viel Energie“, sagt Graves und lächelt.

Einmal im Monat betreut die 67-jährige eine zehnköpfige Gruppe – nur mit Frauen, die sexuelle Gewalt erfahren haben. Die zwar ein eigenes Leben führen, aber mitunter von der Vergangenheit eingeholt werden. Graves sitzt in einem Zimmer der Hanauer Beratungsstelle Lawine, die sich für Betroffene von sexualisierter Gewalt starkmacht.

Graves trägt einen Kurzhaarschnitt, Kugelohrringe und eine Brille. Den Teilnehmerinnen bietet sie in ihrem Kurs Strategien an, die helfen sollen, den eigenen Alltag zu bewältigen – auch wenn die Erinnerung mal wieder überhandnimmt. Aber auch einfach einen Raum für offenen, geschützten Austausch bie-

### Stabilisieren und eigene Grenzen erkennen

ten die Sitzungen. Das Besondere am Angebot: „Ihre Geschichte lasse ich die Frauen gar nicht erzählen“, sagt Graves. Schmerzhaft Gedanken aufleben zu lassen, das soll vermieden werden. Vielmehr geht es darum, zu stabilisieren, Grenzen zu erkennen, sich der eigenen Fähigkeiten bewusst zu werden. Dafür setzt Graves auf einfache Atemübungen, verschiedene Achtsamkeits- und Entspannungstechniken. Ein neuer Turnus startet ab April. Dass ein Bedarf für diese Art des Austausches besteht, bestätigt Nadine Chaudhuri,

### Richtig reagieren in Krisensituationen

Für Frauen, die in ihrem Leben von sexueller Gewalt betroffen waren, bietet die Beratungsstelle Lawine e.V. ab Samstag, 1. April, eine Frauengruppe an. Begleitet werden die Treffen von Pädagogin und Familientherapeutin Heidi Graves. Die Sitzungen finden jeden ersten Samstag eines Monats von 11 bis 13 Uhr statt. Es sind zehn Termine geplant, für den die Teilnehmerinnen jeweils einen Unkostenbeitrag von zehn Euro zahlen. Treffpunkt sind die Räume der AWO, Eugen-Kaiser-Straße 17a, in Hanau. Vor Beginn findet mit jeder Teilnehmerin ein Vorgespräch statt. Wer sich angesprochen fühlt, kann sich per Mail an [mail@lawine-ev.de](mailto:mail@lawine-ev.de) wenden. juf



Fast jede siebte Frau ist in ihrem Leben einmal von sexualisierter Gewalt betroffen, schätzt der Verein Terre des Femmes. Therapieplätze gibt es zu wenige, sagt Nadine Chaudhuri von der Beratungsstelle Lawine. FOTO: DPA

Psychotherapeutin und seit 22 Jahren Mitarbeiterin des Vereins Lawine in der Chemnitzstraße. Dem Verein Terre des Femmes zufolge ist in Deutschland fast jede siebte Frau mindestens einmal in ihrem Leben von sexualisierter Gewalt betroffen. In den allermeisten Fällen geht die von Männern aus. Das Problem: Therapieangebote sind stark begrenzt. Teilweise zeigen sogar Therapeuten Zurückhaltung, wenn es um das Thema geht.

„Die Frauen, die zu uns in die Beratungsstelle kommen, haben oft schon lange versucht, mit ihren Erlebnissen ein normales Leben zu führen, alleine klarzukommen.“ In Stresssituationen könne es passieren, dass verdrängte Gefühle und Gedanken plötzlich akut werden. „Uns ist es sehr wichtig, die Frauen in diesen Situationen zu unterstützen.“ Die Frauengruppe bietet einen niedrigschwelligeren Zugang.

Hanauer kennen Heidi Graves vielleicht aus dem Fa-



Machen das Angebot möglich: Michael Bierwerth und Benjamin Peter (von links, Heinrich Sauer & Josef Schmidt Stiftung), Heidi Graves (Gruppentherapeutin) und Nadine Chaudhuri (Beratungsstelle Lawine). FOTO: JULIUS FASTNACHT

milien- und Spielhaus Marienkirchgasse, wo sie 32 Jahre lang als Pädagogin gearbeitet hat. In den Mädchen- und Frauengruppen, die sie über die Jahre betreut, lernt sie immer wieder Menschen kennen, die sexuelle Traumata erlebt haben. Der Gedanke reift: Graves will weiterhelfen, Betroffene unterstützen. Peu à peu bildet sie sich zur systemischen Familientherapeutin weiter, mit Fokus auf das Thema Trauma. Jetzt, als Rentnerin, sagt Graves: „Ich habe so viel Erfahrung gesammelt, es wäre schade, wenn ich mein Wissen nicht mehr nutze.“ Eine Herausforderung war es allerdings, das

Kursangebot zu finanzieren. Denn die Arbeit der Lawine läuft zu 50 Prozent über öffentliche Mittel, vom Land etwa oder der Stadt Hanau. Die andere Hälfte muss der Verein, den es seit 1999 gibt, selbst erwirtschaften.

### Gelnhäuser Stiftung unterstützt Lawine finanziell

Abhängig bleibt er deshalb von Spenden. Raummiete, Materialien und den Lohn von Graves übernimmt die Heinrich Sauer & Josef Schmidt Stiftung aus Gelnhäuser. Sie unterstützt nicht

nur seit vielen Jahren die Lawine, sondern auch die Frauenhäuser in Hanau und Wächtersbach.

Graves blickt schon mit Spannung auf die Gruppensitzungen, die im kommenden Monat starten. Sie sagt: „Der traumatisierte Teil der Frauen, der hat in ihrem Alltag nirgendwo einen Platz. Den müssen sie immer runterdrücken.“ Oft berichten Betroffene davon, sich selbst nicht mehr zu spüren, entwickeln sogar körperliche Krankheiten. Graves geht es darum: „Die Frauen sollen sich endlich wieder bei sich selbst zu Hause fühlen können.“

# Kein Scherz und befreiend nicht nur für Lachmuskeln

Dieter Nuhr steht am 25. März auf der Bühne der August-Schärttner-Halle



„Kein Scherz!“, Dieter Nuhr gastiert mit seinem neuen Programm in der August-Schärttner-Halle. FOTO: PM

Hanau – In seinem neuen Programm „Kein Scherz“ beweist einer der bekanntesten Kabarettisten Deutschlands erneut, dass das Leben kein Witz ist, aber trotzdem Spaß machen kann. Mit neuen und alten Erkenntnissen unterhält Dieter Nuhr am Samstag, 25. März, um 20 Uhr die Zuschauer in der August-Schärttner-Halle, Martin-Luther-King-Straße 48. Unsere Zeitung verlost Tickets für diese Show.

In der Ankündigung heißt es: „Dieter Nuhr ist der Meister der entspannten Comedy und der König der befreienden Pointe. Er widersetzt sich dem Zeitgeist dauernder Erregung, nimmt unser mediengestörtes Weltbild auseinander und hält dagegen mit

seiner entwerfenden Unaufgeregtheit. Der Kabarettist kontiert die ritualisierte Empörung in unserem Land mit abwägenden Gedanken und gelassener Heiterkeit. Er seziert mit seinen entlarvenden Pointen die Verkrampftheit der Ideologen und befreit sein Publikum vom Zwangsgedanken der Besserwisser. So löst er Verspannungen mit Argumenten und heilt die Weltangst der Zuschauer durch die überwältigende Kraft seiner extrem lustigen Gedanken! Nuhr beweist, dass die Wirklichkeit oft lustiger ist als jeder Witz.“

Eintrittskarten für den Auftritt von Dieter Nuhr gibt es zum Preis von 37,35 Euro bei den bekannten Vorverkaufsstellen. hal

### Gewinnspiel

Unsere Zeitung verlost fünfmal zwei Karten für Dieter Nuhr am Samstag, 25. März, um 20 Uhr in der August-Schärttner-Halle, Martin-Luther-King-Straße 48. Wer gewinnen will, schreibt eine E-Mail mit Betreff „Nuhr“ an [redaktion@hanauer.de](mailto:redaktion@hanauer.de). Einsendeschluss ist Montag, 20. März, um 10 Uhr. Der Verlag beachtet bei der Speicherung und Verwendung der Daten die einschlägigen datenschutzrechtlichen Bestimmungen. Die Daten werden nur für die Zwecke des Gewinnspiels erhoben und verarbeitet und nicht an Dritte weitergegeben.

## Warnstreik: HIS rechnet nicht mit Einschränkungen

Hanau – Im Tarifstreit im Öffentlichen Dienst hat die Gewerkschaft Verdi für morgigen Donnerstag, 16. März, erneut zu einem Warnstreik aufgerufen. Dieser betreffe nicht gezielt die Stadt Hanau oder ihr angeschlossene Unternehmungen, könnte aber Auswirkungen auf den Betriebsablauf des Eigenbetriebs Hanau Infrastruktur Service (HIS) haben, heißt es aus dem Rathaus. „Viele unserer Mitarbeiter sind gewerkschaftlich organisiert. Daher sind zum jetzigen Zeitpunkt die genauen Auswirkungen noch nicht vollständig absehbar“, wird HIS-Betriebsleiter Markus Henrich zitiert. Unklar sei beispielsweise, ob die abfallwirtschaftlichen Sammeltouren betroffen sein könnten.

HIS sei in jedem Fall darum bemüht, streikbedingte Ausfälle der Müllabfuhr an diesem Tag zu vermeiden. Trotz akribischer Vorbereitungen aller Verantwortlichen könne dennoch nicht in Gänze ausgeschlossen werden, dass die eine oder andere Mülltonne am Donnerstag stehen bleibt. Sollte es zu bereichsweisen Ausfällen bei bestimmten Abfallsammeltouren kommen, seien diese streikbedingt und unausweichlich. Die Stadt werde in diesem Fall informieren und dabei auch mögliche Lösungen nennen. das

## IN KÜRZE

### Workshop für Schmuck schmieden

Hanau – Erwachsene können am Donnerstag, 16. März, von 18 bis 20 Uhr in einem speziellen Kurs im Deutschen Goldschmiedehaus, Altstädter Markt 6, ihr eigenes Schmuckstück herstellen. Informationen und Anmeldung unter ☎ 06181 256556 oder per E-Mail an [gfg-hanau@t-online.de](mailto:gfg-hanau@t-online.de). das

### „Ratatouille“ heute im Martin-Luther-Stift

Hanau – Mitglieder der Literaturgruppe „Ratatouille“ rezitieren und musizieren am heutigen Mittwoch, 15. März, um 15.30 Uhr im Martin-Luther-Stift, Martin-Luther-Anlage 8, heitere und besinnliche Gedichte und Lieder. Der Eintritt ist frei, um Spenden zugunsten der Welthungerhilfe wird gebeten. das

### „Die Fraktion“ bietet Sprechstunde an

Hanau – Die nächste Sprechstunde von „Die Fraktion“ findet heute ab 15 Uhr im Fraktionsbüro im Neustädter Rathaus, Am Markt 14-18, Zimmer 2.06 (Zugang über den Hintereingang) statt. Ein Fachanwalt steht für Fragen rund um Pflegedienstleistungen zur Verfügung. Voranmeldung unter ☎ 0151 55757337 oder per Mail an [fraktion@die-linke-hanau.de](mailto:fraktion@die-linke-hanau.de). das

### Heute: Vortrag fällt wegen Krankheit aus

Hanau – Der von der Wetterauischen Gesellschaft für die gesamte Naturkunde zu Hanau für heutigen Mittwoch angekündigte Vortrag „Die Ordnung der Lebewesen: Linné und die Antike“ von Prof. Dr. Andreas Mehl fällt laut Mitteilung krankheitsbedingt aus. das