

ABLAUF in Köln

- Etappenziele sind die 18 Städte, in denen wir von den Frauenberatungsstellen unterstützt werden.
- Wir werden sichtbar: Die letzten Kilometer vor jedem Etappenziel wollen wir gemeinsam mit möglichst vielen solidarischen oder betroffenen Menschen zurücklegen.
- Jede/r ist eingeladen mitzulaufen, mitzuradeln und mitzugehen.
- **Wer mag:** bitte türkis oder hellblaues T-Shirt anziehen – als Zeichen der Solidarität mit der Läuferin

Unterstützerinnen in Köln

ARBEITSKREIS

gegen Gewalt an Frauen und Kindern

www.stadt-koeln.de/arbeitskreis-gegen-gewalt

LAUFSTRECKE in Köln

Aachener Straße – Richard-Wagner-Straße –
Pilgrimstraße – Hahnenstraße – Neumarkt –
Cäcilienstraße – Hohe Straße – Gürzenichstraße
– Heumarkt – Unter Käster – Alter Markt –
Bechergasse – Kurt-Hackenberg-Platz –
Am Domhof – Trankgasse – Bahnhofsvorplatz

LAUFSTRECKE

AKTION in Köln

ab 16.30 Uhr: Treffen aller, die mitlaufen und mitradeln wollen (Inliner möglich!), vor dem Rhein-Energie-Stadion am Marathontor (Stadionvorwiese, Mittelweg/Oskar-Rehfeldt-Weg, Ecke Fritz-Schröder-Weg).

ca. 17 Uhr: die Läuferin Katja Hornfeck kommt an, wird begrüßt und wir laufen gemeinsam weiter.

ab 17.15 Uhr: Treffen aller, die die letzte Teilstrecke mitlaufen wollen, am Rudolfplatz vor der Sparkasse KölnBonn (Ecke Pilgrimstraße bzw. Hahnenstraße/Habsburgerring).

ca. 17.45 Uhr: Ankunft der Lauf-/Fahrradgruppe, ab hier wird gemeinsam weiter gegangen.

ca. 18.30 Uhr: Ankunft am Dom/Bahnhofsvorplatz
Begrüßung – Ausstellung "Angst trifft Mut" –
Redebeiträge

Kontakt in Köln

NOTRUF für vergewaltigte Frauen e.V.

Tel.: 0221-562035
E-Mail: mailbox@notruf-koeln.de

www.notruf-koeln.de
www.facebook.com/NotrufKoeln

Lauf
mit!

SPENDENLAUF gegen sexualisierte Gewalt

von Frankfurt nach Hamburg
23.8.–16.9.2016

Lauf
mit!



„nebenan ist überall“

in Köln am
30.8.2016

Gestaltung: KREATIVKONTOR Köln

DAS PROJEKT

WER ICH BIN

RENATE RENNEBACH-STIFTUNG

Ziele:

- Wir bitten Sie um Spenden zugunsten der „Renate Rennebach-Stiftung für Opfer von ritueller Gewalt“. Helfen Sie mit, Betroffene zu unterstützen!
- Wir möchten öffentlich ein Zeichen setzen: Ja, überall in Deutschland gibt es sexualisierte Gewalt – auch nebenan. Aber deshalb gibt es auch uns Betroffene überall, und das macht Mut: **Gemeinsam sind wir stark!**

*Nach den anerkannten
flugmechanischen Gesetzen
kann die Hummel
wegen ihrer Gestalt
und ihres Gewichtes im
Vergleich zur Flügelfläche
nicht fliegen.
Aber die Hummel
weiß das nicht
und fliegt trotzdem.
Igor Iwanowitsch Sikorsky*



Selbst Betroffene von sexualisierter Gewalt in der Kindheit, habe ich einen langen und oft schweren Weg hinter mir. Auf ihm durfte ich selbst viel Unterstützung erfahren. Dafür bin ich sehr dankbar. Mittlerweile konnte – auch dank der Hilfe meiner Assistentzhündin Fianna – eine gewisse Stabilität in meinem Leben entstehen. Es ist mir heute ein großes Anliegen, anderen Betroffenen Mut zu machen: **Es lohnt sich, für das Leben zu kämpfen!**



Aktuelle Informationen:

<http://laufstarkfuersleben.de/>

[f https://www.facebook.com/laufstarkfuersleben/](https://www.facebook.com/laufstarkfuersleben/)

Kontakt: Katja Hornfeck
katja@laufstarkfuersleben.de

Herzlichen Dank für die Unterstützung:



Bertas
Wollscheune

Ziel der Renate Rennebach-Stiftung ist es, Überlebende sexueller und ritueller Gewalt zu unterstützen, damit sie ein selbstbestimmtes Leben führen können. Wenn Betroffene beginnen, sich aus Sekten, Kulturen, kriminellen Gruppen oder destruktiven Familiensystemen zu befreien, fallen viele ins Bodenlose, denn unser Gesundheitssystem bietet ihnen wenig Halt: Abwehr und Ablehnung statt Unterstützung und Verständnis; unerträglich lange Wartezeiten auf Therapieplätze.

Seit 15 Jahren kämpft die Renate Rennebach-Stiftung für Veränderung: durch Aufklärung der Öffentlichkeit, durch Unterstützung Betroffener und ihrer Hilfsorganisationen, durch Finanzierung von Projekten, die Überlebenden ritueller Gewalt alternative Zukunftsperspektiven bieten.

Besonders gerne fördern wir innovative Ideen, wie bei dem „Modellprojekt Assistentzhund“, durch das wir Katja Hornfeck 2012 kennenlernten. Wir, der Vorstand der Renate Rennebach-Stiftung, bewundern den Mut von Katja Hornfeck und respektieren ihre Entscheidung, jetzt mit „lauf-stark fürs leben“ den Schritt in die Öffentlichkeit zu wagen und damit anderen Betroffenen Mut zu machen. Wir wünschen ihr viel Erfolg.

www.renate-rennebach-stiftung.de

Konto: Renate Rennebach-Stiftung
Bank: Bank für Sozialwirtschaft, Hamburg
IBAN: DE 2725 1205 1000 0946 5600
BIC: BFS WDE3 3HAN
Verwendungszweck: lauf-stark fürs leben

SPENDENKONTO