

אנחנו!

Let's  
talk!

Кел  
сүйлөшөлү!

PROJEKT „LASS UNS REDEN!“ –

zeigt

دعونا نتحدث

Давайте  
поговорим!

Wirkung!



## **WIRKUNGSBERICHT PROJEKT „LASS UNS REDEN!“ –**

### **Interkulturelle und sprachliche Austauschtreffen für Frauen**

**Maßnahmeträger: CampusAsyl e.V.**

|  |    |
|--|----|
| 1. Ausgangslage und Zielsetzung              | 5  |
| 2. Zentrale Aktivitäten und Formate          | 6  |
| 3. Ergänzende Maßnahmen im öffentlichen Raum | 10 |
| 4. Zielerreichung und Wirkungen              | 12 |
| 5. Herausforderungen                         | 14 |
| 6. Ausblick                                  | 15 |

## Vorwort

Mit dem vorliegenden Wirkungsbericht möchten wir einen Einblick in die Arbeit und die Ergebnisse des Projekts „Lass uns reden!“ im Zeitraum von 2023 bis 2025 geben.

Das Projekt wurde mit dem Ziel entwickelt, Teilnehmerinnen der Integrationskurse mit Fluchthintergrund gezielt im Integrationsprozess zu unterstützen. Im Mittelpunkt stand dabei die Schaffung eines geschützten Raums, in dem die Teilnehmerinnen ihre Deutschkenntnisse anwenden und vertiefen, soziale Kontakte aufbauen und sich mit zentralen Themen ihres Alltags in Deutschland auseinandersetzen konnten.

Was als Angebot zur sprachlichen Unterstützung begann, entwickelte sich im Laufe der Zeit zu weit mehr: zu einem Ort der Begegnung, des Austauschs und der gegenseitigen Stärkung. Viele Teilnehmerinnen kamen anfangs mit Unsicherheiten, sprachlichen Hürden und wenigen sozialen Kontakten. Schritt für Schritt entstand ein Raum, in dem Vertrauen wachsen, Freundschaften entstehen und neue Perspektiven möglich wurden.

Die vergangenen drei Jahre haben eindrucksvoll gezeigt, wie groß der Bedarf an niedrigschwelligen, frauenspezifischen Angeboten ist – insbesondere für Frauen, die durch familiäre Verpflichtungen und strukturelle Hürden nur eingeschränkten Zugang zu gesellschaftlicher Teilhabe haben. Gleichzeitig wurde das Potenzial der Teilnehmerinnen sichtbar: Mit wachsender sprachlicher Sicherheit entwickelten sie mehr Selbstvertrauen, übernahmen Verantwortung und gestalteten ihr Umfeld zunehmend aktiv mit.

Mein herzlicher Dank gilt dem **Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF)** für die Förderung dieses Projekts und das Vertrauen in unsere Arbeit. Ebenso danke ich unseren **ehrenamtlich Engagierten**, die mit großem Einsatz, Offenheit und Engagement maßgeblich zum Erfolg des Projekts beigetragen haben.

Darüber hinaus danke ich dem **Paritätischen Wohlfahrtsverband** als Projektträger und Spitzenverband von CampusAsyl e. V., der das Projekt auf vielfältige Weise unterstützt und begleitet hat.

Ein besonderer Dank gilt den **Teilnehmerinnen** selbst. Ihr Mut, ihre Offenheit und ihre Bereitschaft, sich auf Neues einzulassen, haben das Projekt maßgeblich geprägt. Sie haben das Projekt nicht nur besucht, sondern es aktiv mitgestaltet.

Auch wenn das Projekt planmäßig zum 31.12.2025 endete, werden die gewonnenen Erkenntnisse und Erfahrungen in die weitere Arbeit von CampusAsyl einfließen und dazu beitragen, die Unterstützung für geflüchtete Frauen nachhaltig weiterzuentwickeln.

Ich wünsche Ihnen eine anregende und inspirierende Lektüre.

**Mai Hamza**  
Projektleitung

## 1. Ausgangslage und Zielsetzung



SPRACHE



BEGEGNUNG



ALLTAGSORIENTIERUNG



GEMEINSCHAFT



EMPOWERMENT



ENGAGEMENT

Das Projekt „Lass uns reden!“ richtete sich an geflüchtete Frauen, die einen Integrationskurs besuchen und oft nur wenige Gelegenheiten haben, ihre neu erlernten Deutschkenntnisse außerhalb des Kursraums anzuwenden. Viele von ihnen verfügen nur über ein begrenztes soziales Netzwerk in Deutschland und sind in ihrem Alltag – auch durch familiäre Verpflichtungen, Betreuungsaufgaben und Unsicherheiten im Umgang mit Behörden und Institutionen – stark eingeschränkt.

Ziel des Projekts war es, die sprachliche und soziale Teilhabe dieser Frauen zu stärken. Dies umfasst zum einen die sichere Anwendung der deutschen Sprache im Alltag und in Kontakten mit Frauen aus der Aufnahmegesellschaft, zum anderen die Förderung von Selbstbewusstsein, Eigeninitiative und gesellschaftlicher Partizipation. Darüber hinaus verfolgte das Projekt das Ziel, Begegnungsräume zu schaffen, in denen Vertrauen, Verständnis und Respekt zwischen Frauen mit und ohne Flucht- bzw. Migrationsgeschichte wachsen können.

Der Sozialraum des Projekts war insbesondere der Regensburger Stadtosten. Dort leben überdurchschnittlich viele Personen mit Flucht- bzw. Migrationsgeschichte, häufig mit begrenzten finanziellen Ressourcen und eingeschränkten Zugängen zu regulären Bildungs-, Kultur- und Freizeitangeboten. „Lass uns reden!“ setzte hier an, indem es niedrigschwellige, gut erreichbare und alltagsnahe Lern- und Begegnungsräume anbot.

## 2. Zentrale Aktivitäten und Formate

Im Projektzeitraum wurden schwerpunktmäßig drei Formate umgesetzt: die wöchentlichen Netzwerktreffen, ergänzende Vertiefungstreffen sowie die Arbeit an einem Internet-Blog. Hinzu kamen weitere Maßnahmen im öffentlichen Raum, die dem Kennenlernen von Stadt, Region und Kultur dienen. Insgesamt nahmen in der Projektlaufzeit rund 190 unterschiedliche Frauen am Projekt teil, unterstützt von fünfzehn ehrenamtlich Engagierten, von denen acht im Zuge des Projekts neu gewonnen werden konnten.

### a) Netzwerktreffen

Kern des Projekts waren die wöchentlichen Netzwerktreffen, an denen üblicherweise 10–12 Integrationskursteilnehmerinnen sowie 4–5 ehrenamtlich engagierte Frauen aus der Aufnahmegesellschaft teilnahmen. Im Projektlaufzeit von Mai 2023 - Oktober 2025 fanden 90 Treffen statt. Die Treffen wurden von der Projektleitung fachlich vorbereitet und moderiert und waren als Begegnungsformat konzipiert.

In Blöcken von jeweils 5–6 Wochen wurden verschiedene Themen bearbeitet, die das Leben in Deutschland und das Zusammenleben in einer vielfältigen Gesellschaft unmittelbar betreffen. Dazu gehörten unter anderem:

- Frauen und Beruf
- Alltagsbewältigung und Orientierung im Alltag
- „Deutschland erleben“ (Kultur, Feste, Traditionen)
- Bildungssystem
- Ernährung und Gesundheit
- Umgang mit Diskriminierung und Rassismus

Zu den thematischen Einheiten gehörten regelmäßig Exkursionen und Aktionen im öffentlichen Raum, z.B. eine Stadtführung, der Besuch des Theaterstücks „Wunder gibt es immer wieder“ im Turmtheater, der Besuch des Hauses der Bayerischen Geschichte, ein Ausflug in die Ostbayerische Galerie sowie ein gemeinsamer Besuch des Christkindlmarkts in München. Diese Aktivitäten dienen dazu, Hemmschwellen abzubauen, Sprachpraxis in realen Situationen zu ermöglichen und den Frauen ihre neue Umgebung näherzubringen.

Die Treffen fanden vollständig in Präsenz statt, begleitet von einer Kinderbetreuung, sodass auch Frauen mit kleinen Kindern teilnehmen konnten. Der Anteil der Teilnehmerinnen mit Migrationshintergrund lag bei rund 85 %, alle Teilnehmenden waren Frauen im Erwachsenenalter.



*„Hier spreche ich  
Deutsch ohne Angst.“*

*„Die Treffen geben uns viel Kraft  
und gute Laune für die Woche.“*

(Salwa)

### b) Vertiefungstreffen

Parallel zu den Netzwerktreffen wurden wöchentliche Vertiefungstreffen in zwei Gruppen angeboten. Hier konnten die Teilnehmerinnen die Inhalte der Netzwerktreffen sprachlich und inhaltlich nachbereiten, gezielt Wortschatz und Ausdrucksfähigkeit erweitern und mehr Sicherheit im Sprechen gewinnen.

In der Projektlaufzeit fanden 174 Vertiefungstreffen statt (geplant waren 166). Pro Treffen nahmen durchschnittlich 12 Frauen teil, geplant waren ursprünglich sechs. Die Vertiefungstreffen wurden von einer Referentin begleitet. Es wurde viel in Kleingruppen und Peer-Learning-Formaten gearbeitet, ergänzt durch alltagsnahe Übungen. Im Mittelpunkt stand stets ein vertrauensvoller Rahmen, der es den Frauen erleichterte, auch persönliche Themen anzusprechen und Fragen zu stellen, für die im Integrationskurs oft wenig Zeit bleibt.

In den Vertiefungstreffen waren 100 % der Teilnehmenden erwachsene Frauen mit Migrationshintergrund. Eine Kinderbetreuung wurde ebenfalls angeboten, um die Teilnahme möglichst niedrigschwellig zu gestalten.



*„Im kleinen Kreis kann ich besser lernen und viel sprechen, ich kann auch fragen.“*

(Sara)



*„Es war beeindruckend mitzuerleben, wie die Teilnehmerinnen im Laufe des Projekts spürbar an Selbstbewusstsein gewonnen haben und sich zunehmend getraut haben, Deutsch zu sprechen.“*

(Christine)

### c) Internet-Blog

Ein drittes wichtiges Element des Projekts war die Arbeit an einem Internet-Blog. Am Ende der thematischen Einheiten wurden mediale Aufbereitungen der Inhalte in Form von Texten, Bildern und Kurzvideos erstellt und online gestellt. Die Blogarbeit diente mehreren Zielen:

- Anwendung der deutschen Sprache in schriftlicher Form
- Stärkung digitaler und medialer Kompetenzen
- Sichtbarmachung der Perspektiven der Frauen im öffentlichen Raum
- Motivation zur kontinuierlichen Auseinandersetzung mit den behandelten Themen

Die Ergebnisse der Vertiefungstreffen wurden so über den unmittelbaren Projektkontext hinaus zugänglich und konnten auch andere geflüchtete Personen sowie Haupt- und Ehrenamtliche in der Integrationsarbeit erreichen.

### 3. Ergänzende Maßnahmen im öffentlichen Raum



Wanderung und Picknick, 18.06.2026

Über die beschriebenen Formate hinaus wurden zahlreiche Aktivitäten im öffentlichen Raum umgesetzt: Ausflüge, Wanderungen, Picknicks, gemeinsame Mahlzeiten, der Besuch kultureller Einrichtungen sowie die Beteiligung an einer Tauschbörse in Kooperation mit einem Familienzentrum.



München, 18.12.2024

#### Diese Maßnahmen hatten mehrere Wirkungen:

- Stärkung des Gruppenzusammenhalts und des Gemeinschaftsgefühls
- Ausbau der kommunikativen Fähigkeiten im direkten Kontakt mit der Umgebung
- Abbau von Hemmschwellen, mit Menschen aus der Aufnahmegesellschaft ins Gespräch zu kommen
- positive Außenwirkung und Sichtbarkeit der Gruppe, was wiederum das Selbstbewusstsein der Teilnehmerinnen stärkte

*„Ich war das erste Mal im Theater.  
Jetzt kann ich auch allein gehen.“*

(Siwan)

Kreative Aktivitäten wie Handarbeiten, Kunstaktionen oder Kochangebote ermöglichten insbesondere Frauen mit geringen Sprachkenntnissen eine aktive Teilnahme und boten alternative Ausdrucksformen. Das inspirierende Bildungswochenende war ein voller Erfolg und bot den Teilnehmerinnen eine Mischung aus Lernen, Gemeinschaft und schönen Erinnerungen.



Familienbildungswochenende, 14. bis 16. Februar 2025, Abtschlag



*„Jetzt gehe ich mit  
meinen Kindern ins Museum.“*

(Doha)

## 4. Zielerreichung und Wirkungen

Mit 72 teilnehmenden Frauen, die parallel zu „Lass uns reden!“ einen Integrationskurs absolvierten, wurde die angestrebte Teilnehmerinnenzahl von 60 bis 90 erfolgreich erfüllt.

Als zentrale Wirkungen sind zu nennen:

### Verbesserte Sprachkompetenzen:

Durch die Kombination aus Netzwerktreffen, Vertiefungstreffen und Blogarbeit konnten die Frauen ihre mündlichen und schriftlichen Deutschkenntnisse sichtbar ausbauen. Viele Teilnehmerinnen schätzen ihre sprachlichen Kompetenzen mittlerweile als gesteigert ein und trauen sich, im Alltag mehr Deutsch zu sprechen.

„Ich kann jetzt Deutsch sprechen, ohne Angst vor Fehlern zu haben.“  
(Siwan)

„Wenn jemand mit mir redet, kann ich viel verstehen. Früher war das sehr schwierig.“ (Amal)

„Ich kann zum Arzt gehen und ein bisschen Deutsch sprechen – ohne Übersetzung.“ (Rajha)

### Gestärktes Selbstvertrauen:

Die regelmäßigen Treffen in einer geschützten, wertschätzenden Atmosphäre sowie die Übernahme kleinerer Aufgaben (z.B. bei der Tauschbörse oder in der Gruppenorganisation) haben zu einem Zuwachs an Selbstsicherheit geführt. Die Frauen treten selbstbewusster auf und bringen eigene Themen und Ideen aktiv ein.

„Ich konnte Frauen kennenlernen, die Deutsch sprechen. Wir lernen zusammen viel Neues über unser Leben in Deutschland.“  
(Khadija)

„Früher war ich ruhig, jetzt spreche ich vor allen. Ich habe Mut“ (Salwa)

„Hier habe ich gelernt, dass ich nicht allein bin und dass ich etwas kann.“ (Missy)



### Soziale Vernetzung und Teilhabe:

Es entstanden Freundschaften und tragfähige Netzwerke – sowohl zwischen geflüchteten Frauen als auch zwischen ihnen und Frauen aus der Aufnahmegesellschaft. Die Frauen kennen nun mehr Orte im Stadtgebiet, wissen besser über Unterstützungsangebote, kulturelle Einrichtungen und Freizeitmöglichkeiten Bescheid und nutzen diese zunehmend.

„Jetzt habe ich weniger Angst, mit anderen Menschen zu sprechen.“  
(Sara)

„Ich habe hier meine ersten Freundinnen in Deutschland gefunden.“ (Amal)

### Partizipation und Engagement:

Durch ihre Mitarbeit bei Veranstaltungen wie der Tauschbörse oder in anderen Projekten von CampusAsyl übernahmen die Teilnehmerinnen selbst Verantwortung und erlebten sich als handelnde Subjekte.

„Früher habe ich Hilfe gebraucht – jetzt helfe ich anderen. Ich möchte neuen Frauen helfen.“ (Missy)

## 5. Herausforderungen

Trotz der positiven Entwicklung traten einige Herausforderungen auf:

- **Unterschiedliche Sprachniveaus:**  
Die große Heterogenität der Deutschkenntnisse stellte sowohl in den Netzwerktreffen als auch im Blogformat eine Herausforderung dar. Es brauchte differenzierte, kreative Methoden, um alle Frauen mitzunehmen, ohne einzelne zu überfordern oder zu unterfordern.
- **Mobilisierung von Frauen aus der Aufnahmegesellschaft:**  
Ein zentraler Baustein des Projekts ist die Beteiligung ehrenamtlicher Frauen aus der Mehrheitsgesellschaft. Deren Gewinnung und nachhaltige Bindung bleibt arbeitsintensiv und erfordert kontinuierliche Ansprache und Begleitung.
- **Zeitliche Ressourcen der Teilnehmerinnen:**  
Viele Frauen stehen unter Mehrfachbelastungen (Kurs, Familie, Haushalt, teilweise Erwerbstätigkeit). Regelmäßige Teilnahme ist daher nicht immer möglich, was Planung und Kontinuität erschwert – insbesondere bei der Blogarbeit und bei längerfristig angelegten thematischen Einheiten.

*„Ich will immer kommen, aber manchmal schaffe ich es nicht wegen der Kinder.“*

(Sana)



## 6. Ausblick

Die bei „Lass uns reden!“ gewonnenen Erfahrungen, Erkenntnisse und bewährten Methoden nachhaltig in die weitere Arbeit von CampusAsyl integriert.

Die im Projekt entwickelten Ansätze zur zielgruppenspezifischen Sprachförderung, zur Stärkung von Selbstwirksamkeit und Selbstvertrauen sowie zur Förderung sozialer Vernetzung und gesellschaftlicher Teilhabe geflüchteter Frauen werden künftig in anderen Unterstützungsangeboten von CampusAsyl systematisch berücksichtigt und weitergeführt.

Auf diese Weise leistet das Projekt auch über seine Laufzeit hinaus einen nachhaltigen Beitrag zur Verbesserung der Unterstützungsstrukturen für geflüchtete Frauen.



## Impressum

Angaben gemäß § 5 TMG:

CampusAsyl e.V.  
Bajuwarenstraße 1a  
93053 Regensburg

### Vertreten durch:

Irmtrud Maria Brunner, Helen Kidan, Sarhad Hannan, Valeriia Mishkurova  
Geschäftsführung: Dr. Angelika Frey, Björn Reschke

### Kontakt:

Telefon: 0941/56803419  
E-Mail: [info@campus-asyl.de](mailto:info@campus-asyl.de)  
Web: [www.campus-asy.de](http://www.campus-asy.de)

### Spendenkonto:

Kontoinhaber: CampusAsyl e.V.  
IBAN: DE18 7509 0000 0000 4162 74  
BIC: GENODEF1R01, Volksbank Regensburg e.G.

Layout/Grafik: [designfrank.de](http://designfrank.de)  
Bildnachweise: CampusAsyl e.V.



*„Was gibt es schöneres als sich an das Gute und Schöne zu erinnern und darüber miteinander zu sprechen, spielerisch, meditativ, ernst und lächelnd.“*

(Melanie)

## Förderung

Das Projekt „Lass uns reden“, wird

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

---

# CAMPUSASYL

CampusAsyl e.V. | Bajuwarenstr. 1a | 93053 Regensburg | [campus-asyL.de](http://campus-asyL.de)

