# insight

**GLOWBALACT INFONEWS**
NOVEMBER 2026




- **ZAHNARZTBESUCH MIT HINDERNISSEN**
- **STIMMEN AUS DEM ERSTEN KURS IN JERUSALEM**
- **RÜCKBLICK MUSKATHLON NOTTWIL**

**www.glowbalact.org**

glowbalact
AKTIV GEGEN MENSCHENHANDEL

Vor einigen Jahren wollte Aviv* die Prostitution hinter sich lassen und ihrem Leben eine neue Richtung geben.

Im Hope Center Israel begegnete sie dann einem Welpen. Diese Begegnung weckte ihre Liebe zu Tieren neu und brachte sie auf eine Idee: Sie wollte sich zur therapeutischen Hundetrainerin ausbilden lassen.

Heute hat Aviv ihr eigenes Unternehmen für hundegestützte Therapie aufgebaut und arbeitet mit Kindern an Sonderschulen.

Auch privat ist ein Wunsch in Erfüllung gegangen: Als Aviv vor einigen Jahren bei einer Kinderaufführung eine Lehrerin mit einem Baby sah, dachte sie: ‹Das könnte eines Tages auch ich sein.› Inzwischen ist sie selbst Mutter und geniesst die Zeit mit ihrem Baby.



Bild: Stylistin Shirley Glick während einer Pause ihres Workshops zur passenden Kleidung für Vorstellungsgespräche.

*Name geändert

**Impressum insight**
Redaktion: Verein glowbalact,
Parkterrasse 10, 3012 Bern, Schweiz
+41 (0) 44 534 65 30
info@glowbalact.com
www.glowbalact.org

Bilder: glowbalact/KitePride,
Envato Elements (S. 5/13),
Adobe Stock (S. 12/15), Unsplash.com (S. 4/11)
Gestaltung: martingrafik.ch

EDITORIAL



# EIN NEUES LEBEN BEGINNT NICHT EINFACH MIT EINEM JA

Manchmal denken wir, wenn wir Menschen aus der Zwangsprostitution und dem Menschenhandel eine neue Perspektive anbieten, müssten sie doch Feuer und Flamme sein. Ein Leben ohne Ausbeutung, ohne Gewalt, ohne Abhängigkeit. Eine Chance, neu anzufangen. Eigentlich müsste die Entscheidung doch klar sein. Oder?

Unsere Erfahrung zeigt: So einfach ist es nicht.

Als ich damals begann, Frauen und Männer im Milieu zu massieren, fiel mir etwas auf, das ich bis heute nicht vergessen habe. Ihre Körper waren unglaublich hart. Wie Tischplatten. Sie konnten Berührungen kaum annehmen. Es fühlte sich an, als hätten sie nicht nur ihre Gefühle, sondern auch ihren Körper zum Schweigen gebracht.

Einmal, mitten während einer Massage, sagte eine Frau plötzlich zu mir: «Hör auf zu massieren. Ich spüre meinen Körper wieder.»

Dieser Satz ist mir geblieben. Eine für mich ganz normale Berührung brachte sie wieder in Kontakt mit ihrem Körper. Vielleicht auch mit dem Schmerz, vor dem sie sich so lange schützen musste.

Doch das Vertraute hinter sich zu lassen, ist schwer. Selbst zerstörerische Muster können eine gewisse Orientierung geben. Drogen oder Alkohol helfen manchmal, den Alltag irgendwie auszuhalten. Dazu kommen Schulden, Ängste und Abhängigkeiten, die so überwältigend sein können, dass ein Ausstieg kaum vorstellbar scheint.

Ein neues Leben zu beginnen, braucht deshalb weit mehr als den Wunsch, etwas zu verändern. Es braucht Kraft, Zeit, Unterstützung und Ressourcen. Es bedeutet, sich mit der eigenen Geschichte auseinanderzusetzen, neue Verhaltensweisen zu lernen und Schritt für Schritt Vertrauen aufzubauen – in andere Menschen und in sich selbst.

Manchmal bedeutet Fortschritt, einen ganzen Kurs abzuschliessen. Manchmal, trotz Angst, einen kleinen Schritt zu wagen. Und manchmal, an einem besonders schweren Tag durchzuhalten.

In dieser Insight-Ausgabe erzählen wir von Menschen, die diesen Weg gehen. Die trotz Rückschlägen weiterkämpfen, neue Entscheidungen treffen und sich Schritt für Schritt ein selbstbestimmtes Leben aufbauen. Ihre Geschichten zeigen: Ein Neuanfang geschieht nicht einfach mit einem Ja. Er braucht viele kleine Ja's, manchmal jeden Tag aufs Neue. Und Menschen, die auch dann noch an ihrer Seite bleiben, wenn es schwierig wird.

Genau das treibt uns bei glowbalact an: Menschen auf ihrem Weg in ein selbstbestimmtes Leben zu begleiten.



**Tabea Oppliger**

*Co-Gründerin / Vize-Präsidentin*
*Verein glowbalact & social label KitePride*



# WAS EIN ZAHNARZTBESUCH MIT SEXUELLER AUSBEUTUNG ZU TUN HAT

**Diana* müsste dringend zum Zahnarzt, geht aber nicht, weil die Angst zu gross ist.**

Über mehrere Jahre hinweg ging Diana nie zum Zahnarzt. Der tägliche Drogen- und Alkoholkonsum sowie die fehlende medizinische Versorgung haben grosse Spuren hinterlassen. Jetzt wären mehrere Behandlungen notwendig. Doch ein Zahnarztbesuch ist eine grosse Herausforderung für sie.

**Aber warum kann ein Zahnarztbesuch zu einer solchen Hürde werden?**
Eine Zahnbehandlung bedeutet, über längere Zeit auf einem Behandlungsstuhl in unmittelbarer Nähe zu einer anderen Person zu liegen. Die Patientin befindet sich dabei in einer Position, in der sie sich hilflos fühlen und die Kontrolle verlieren kann, während Instrumente in ihren Mund eingeführt werden.

Für Frauen, die sexuelle Ausbeutung erlebt haben, können solche Situationen belastende Erinnerungen und Erfahrungen aus der Vergangenheit hervorrufen.

Gerade weil die Zahngesundheit oft jahrelang vernachlässigt wurde, reicht häufig eine einzelne Behandlung nicht aus. Erfahrungsgemäss sind mehrere umfangreiche Eingriffe notwendig. Das heisst:

*Name zum Schutz geändert

Die Betroffenen müssen sich ihrer Angst nicht nur einmal stellen. Sie müssen es immer wieder aufs Neue tun. Einerseits während der einzelnen Termine, aber auch dazwischen.

Die Betroffenen müssen sich ihrer Angst nicht nur einmal stellen. Sie müssen es immer wieder aufs Neue tun.

Auch Betäubungen, selbst wenn sie nur lokal erfolgen, können grosse Besorgnis und Angst auslösen. Deshalb braucht es während der gesamten Behandlung viel Sensibilität und Erklärung. Vor jedem Behandlungsschritt ist entscheidend, dass erklärt wird, was als Nächstes geschieht und welche Empfindungen dabei auftreten können. Das kann den Betroffenen helfen, sich auf die Situation einzustellen und ein Gefühl von Sicherheit und Kontrolle zu behalten.

## Warten, bis es nicht mehr geht

Aufgrund dieser Faktoren vermeiden viele der Frauen Zahnarztbesuche vollständig. So kommt es manchmal erst dann zu einer Behandlung, wenn aufgrund eines akuten medizinischen Problems keine andere Möglichkeit mehr besteht.

Dann entsteht eine besonders schwierige Situation: Die Behandlung muss stattfinden, obwohl die Betroffene emotional möglicherweise noch gar nicht bereit dafür ist.

Unser Team versucht deshalb, die Frauen mit Zahnärztinnen und Zahnärzten zusammenzubringen, die Erfahrung mit traumasensibler Behandlung haben. So soll es ihnen leichter fallen, sich auf eine Behandlung einzulassen, bevor eine akute Situation entsteht.

## Und Diana?

Inzwischen war Diana schon zweimal beim Zahnarzt.

Obwohl jeder Besuch für sie eine grosse Herausforderung darstellt, hat sie sich ihrer Angst gestellt. Noch sind einige Behandlungen notwendig, und die Termine werden für sie nicht einfach sein. Wir freuen uns über das, was Diana bereits geschafft hat, und sind zuversichtlich, dass sie auch die nächsten Behandlungen meistern wird.



# DREI STIMMEN AUS JERUSALEM

## WAS TEILNEHMENDE AUS DREI MONATEN KURS MITNEHMEN

**Mehr als zwei Jahre hat unser Team darauf hingearbeitet. Im Mai war es endlich so weit: Der erste Kurs in Jerusalem konnte starten.**

Gerade in Jerusalem ist der Ausstieg für Menschen in der Prostitution besonders schwierig. In der religiös geprägten Stadt ist das Thema stark tabuisiert. So stehen die Betroffenen vor noch grösseren Hürden, Hilfsangebote in Anspruch zu nehmen.

Umso mehr freut es uns, dass sich acht Personen auf den Kurs eingelassen und regelmässig daran teilgenommen haben. Während unsere Kurse normalerweise hauptsächlich von Frauen besucht werden, waren diesmal etwa gleich viele Männer wie Frauen dabei.

Drei Monate später ist der erste Kurs abgeschlossen. Was nehmen die Teilnehmenden aus dieser Zeit mit?

Mehr zum Thema ***Prostitution in Jerusalem*** erzählen wir auf unserem Blog.

«Die Überarbeitung meines Lebenslaufs und die Vorbereitung auf Bewerbungsgespräche waren unglaublich hilfreich. Ich habe gelernt, wie wichtig es ist, mich gut vorzubereiten, mich über eine Stelle zu informieren und mögliche Fragen vorauszudenken.»

TATIANA*

Menschen, die sexuelle Ausbeutung erlebt haben, waren häufig Situationen ausgesetzt, in denen andere über sie bestimmt haben und die eigenen Bedürfnisse und Grenzen wenig oder gar nicht zählten. In einem Bewerbungsgespräch gilt es, für sich selbst zu sprechen und die eigenen Fähigkeiten zu benennen. Einige müssen das erst wieder lernen. Eine gute Vorbereitung kann dabei Sicherheit geben.

*Namen zum Schutz geändert

Eine Arbeitsstelle zu finden, ist nur ein Teil der beruflichen Integration. Ebenso entscheidend ist es, eine Arbeitsstelle langfristig halten zu können: regelmässig zur Arbeit zu gehen, mit Anforderungen und schwierigen Situationen umzugehen und auch dann dranzubleiben, wenn es herausfordernd wird.

SHIRA*

«Eine meiner grössten Herausforderungen war es schon immer, Dinge zu Ende zu bringen. Während dieses Kurses bin ich drangeblieben – und das gelingt mir auch an meiner jetzigen Arbeitsstelle. Das ist für mich über einen längeren Zeitraum sehr ungewöhnlich.»




«Der Umgang mit meinen Finanzen war für mich immer sehr schwierig. Mich dem zu stellen, war nicht einfach. Aber schliesslich habe ich es geschafft, mich auf einen strukturierten Prozess einzulassen, um meine Schulden in den Griff zu bekommen.»

AMIR*

Viele der Menschen, die wir begleiten, haben Schulden. Wir erleben zudem immer wieder, dass der Umgang mit Geld neu gelernt werden muss. Geld einzuteilen, Rechnungen zu bezahlen, Schulden abzubauen und vorauszuplanen ist eine wesentliche Grundlage für finanzielle Stabilität.

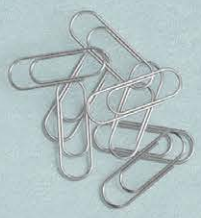
# MEHR ALS EIN JOB

**370+**

Menschen haben seit Beginn unserer Arbeit Unterstützung durch glowbalact und Hope Center erhalten.

**60 %**

der Teilnehmenden fanden im Fünfjahresdurchschnitt den Einstieg in den ersten Arbeitsmarkt.



Diese Beschäftigungsquote ist fast doppelt so hoch wie die Vergleichswerte des israelischen Gesundheitsministeriums für Menschen mit traumabedingten psychischen Belastungen.

Heute arbeiten Menschen, die wir begleitet haben unter anderem in Büros, Supermärkten, Bäckereien, Betreuungseinrichtungen und vielen weiteren Bereichen.

Das langfristige Ziel unserer Arbeit ist nicht einfach, den Betroffenen dabei zu helfen, einen Job zu finden. Wir möchten sie dazu befähigen, langfristig ein Leben jenseits von Menschenhandel, sexueller Ausbeutung und Sucht führen zu können. Eine feste Anstellung in Verbindung mit einer verlässlichen professionellen Begleitung bietet den Menschen Struktur, Würde, ein erneuertes Selbstwertgefühl und einen realistischen Weg hin zu einem unabhängigen Leben.

**ADI OZ** | Geschäftsleiterin Hope Center Israel



Hilf mit, dass diese Menschen ihren Weg in ein unabhängiges Leben weitergehen können.

Jetzt spenden

glowbalact.org/spenden

# GUTES TUN DARF SPASS MACHEN!

## 723,5 KM ZURÜCKGELEGT AM MUSKATHLON IN NOTTWIL

**Was für ein Tag! Wir denken noch immer gerne an den Muskathlon vom 29. August in Nottwil zurück. 42 Menschen sind für glowbalact gelaufen oder gewandert, haben zusammen 723,5 Kilometer zurückgelegt und in ihrem Umfeld unglaubliche CHF 54 877 gesammelt. Dank ihres Einsatzes können wir rund 15 Frauen während ungefähr zwei Jahren begleiten.**

**«Der Muskathlon war durch und durch einfach super. Vor allem die Stimmung und die gegenseitige Wertschätzung haben mich sehr berührt.»**

Karin, 10,5-km-Wanderung mit ihrer Familie


















**«Zu meinem 30. Geburtstag wünschte ich mir Unterstützung für den Muskathlon. Eine Woche vor dem Lauf hatte ich mein Spendenziel bereits erreicht. Das hat mich zusätzlich motiviert.»**

Josia, 31-km-Lauf

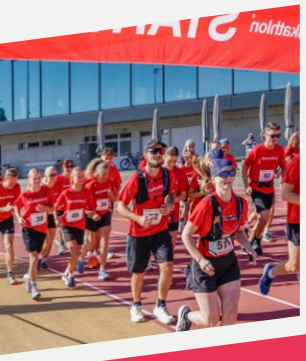



**2028 geht der Muskathlon Schweiz in die nächste Runde!**

Kannst du dir vorstellen, beim nächsten Mal mitzulaufen oder mitzuwandern? Trag dich jetzt unverbindlich ein. Wir informieren dich, sobald Datum, Ort und Anmeldung feststehen.

4MCH 4

MUSK EVENT ATHLON NOTTWIL







**«Es war die schönste Erfahrung meines Lebens.»**

Tymaël, 6 Jahre alt,
21-km-Wanderung
mit seiner Familie





**Infos zum Muskathlon 2028 erhalten:**

**glowbalact.org/muskathlon**



## SPENDEN STATT GEBURTSTAGSGESCHENKE?

Einer unserer Unterstützer lud Familie und Freunde zu seinem Geburtstag ein. Statt Geschenken wünschte er sich von seinen Gästen Spenden für Menschen, die von Ausbeutung und Menschenhandel betroffen sind.

Sein Gedanke dahinter: Er ist dankbar, dass er alles hat, was er braucht, und sich persönliche Wünsche erfüllen kann. An seinem Geburtstag wollte er Zeit mit Freunden und seiner Familie verbringen und die Freude über diesen Tag mit Menschen teilen, die sich das Notwendige nicht leisten können und Unterstützung für ihr Leben und den Alltag brauchen.

Für seine Gäste hatte das Ganze einen praktischen Nebeneffekt: Sie konnten sich die Gedanken über ein passendes Geschenk sparen.

**Vielleicht auch etwas für deinen Geburtstag?**
Dann verrate uns, wann du Geburtstag hast. Wir erinnern dich rechtzeitig und ganz unverbindlich per E-Mail an diese Idee.

**Erinnere mich an diese Idee:**
**glowbalact.org/geburtstag**

# SCHWEIZER NETZWERKARBEIT: AUS ZWEI WIRD EINS

Das Glowbalnetwork, das Organisationen mit Schwerpunkt auf der Ausstiegsbegleitung und entsprechenden Angeboten für Menschen, die die Prostitution verlassen möchten, verbindet, schliesst sich mit einem zweiten bestehenden Schweizer Netzwerk zusammen. Dieses vernetzt Organisationen und Gruppen, die in der aufsuchenden Arbeit tätig sind. Bei der aufsuchenden Arbeit besuchen die beteiligten Organisationen Menschen direkt im Rotlichtmilieu, bauen Beziehungen auf, bieten niederschwellige Unterstützung an und vermitteln bei Bedarf an weiterführende Fachstellen.

**Warum zwei Netzwerke zusammenführen?**

Viele Organisationen, die Menschen beim Übergang in ein Leben ausserhalb der Prostitution begleiten, sind gleichzeitig auch in der aufsuchenden Arbeit tätig. Die beiden Arbeitsbereiche überschneiden sich somit bereits heute. Zudem begleiten die Organisationen Menschen in ähnlichen Lebenssituationen und stehen dadurch häufig vor vergleichbaren Herausforderungen.



Durch den Zusammenschluss können Organisationen mit unterschiedlichen Schwerpunkten gegenseitig von ihren Erfahrungen und gemeinsamen Angeboten profitieren. Auch Freiwillige erhalten durch den Austausch mit ausgebildeten Fachpersonen wertvolles Wissen für ihr Engagement.

Besonders wichtig ist die Vernetzung zwischen der aufsuchenden Arbeit und den Angeboten, die Menschen beim Aufbau neuer Perspektiven ausserhalb der Prostitution unterstützen. Organisationen, die Menschen direkt im Rotlichtmilieu begegnen, sollen wissen, welche Unterstützungsmöglichkeiten bestehen und an welche Fachstellen sie Personen vermitteln können, die die Prostitution verlassen möchten.

Besonders wichtig ist die Vernetzung zwischen der aufsuchenden Arbeit und den Angeboten, die Menschen beim Aufbau neuer Perspektiven ausserhalb der Prostitution unterstützen.

Davon sollen vor allem die Menschen im Prostitutionsmilieu profitieren. Durch die engere Zusammenarbeit und den Austausch von Fachwissen können die Organisationen besser auf ihre unterschiedlichen Bedürfnisse eingehen, sie gezielter unterstützen und bei Bedarf an passende weiterführende Angebote vermitteln.

**Wie geht es weiter?**

Seit März 2026 arbeitet glowbalact gemeinsam mit sechs weiteren Organisationen an der Zusammenführung der beiden Netzwerke. Das erste gemeinsame Treffen findet im März 2027 statt.

# SACHSPENDEN IM WERT VON ÜBER CHF 50 000

Durch die gezielte Anfrage bei Unternehmen konnten wir in diesem Jahr Sachspenden im Wert von über CHF 50 000 entgegennehmen und an Organisationen unseres Schweizer Netzwerks weitergeben. Darunter waren Pflege- und Hygieneprodukte, Nahrungsergänzungsmittel und weitere Alltagsartikel.




Viele Organisationen bereiten kleine **Geschenktaschen** mit unterschiedlichen Aufmerksamkeiten vor, die sie bei ihren Besuchen im Prostitutionsmilieu oder Beratungsgesprächen abgeben.



Auch **Nahrungsergänzungsmittel** gehören zu den Sachspenden, die bei den unterstützten Menschen sehr geschätzt werden – besonders jetzt in der kälteren Jahreszeit.

## 5 LAPTOPS DANK UNSERES NETZWERKFONDS

Ein Bedarf, der uns im Netzwerk regelmässig begegnet, sind digitale Geräte. Menschen, die beim Ausstieg aus der Prostitution begleitet werden, benötigen sie beispielsweise für Bewerbungen, Aus- und Weiterbildungen oder Sprachlernangebote.

Dank Spenden für unseren Netzwerkfonds konnten wir fünf dringend benötigte, generalüberholte Laptops kaufen und an Organisationen weitergeben, die Frauen beim Ausstieg aus der Prostitution begleiten.

Eine Sozialarbeiterin erzählte uns, wie viel diese Unterstützung für die Frauen bedeutete:

***«Für die Frauen war es so schön, dass sie selbst einen Laptop im Onlineshop aussuchen durften. Das hat ihnen so viel Wert gegeben. Sie fühlten sich so gesehen und geliebt.»***



# EINST FLOG ER ÜBER DIE SCHWEIZ…

**Doch als die Zeit des Heissluftballons in der Luft schliesslich zu Ende ging, war für die Loosli AG in Wyssachen klar: Die ca. 1200 Quadrat-Meter Stoff sollen nicht einfach entsorgt werden. Stattdessen sollten daraus Geschenke für Mitarbeitende und Kunden entstehen, mit dem Motto «Abghobe und doch am Bode blibe».**




Aus dem Ballonstoff entstehen auch einige klassische Shopper-Taschen. Diese werden bald in unserem Onlineshop unter kitepride.com erhältlich sein.











So entstanden diese grünen KitePride-Shopper-Taschen. Das aussergewöhnliche daran: Zum ersten Mal wurden KitePride-Taschen in Zusammenarbeit mit einem kleinen sozialen Nähprojekt hier in der Schweiz gefertigt.





Der Auftrag freut uns aber nicht nur wegen dieser Premiere. Er ist für uns auch aus einem anderen Grund besonders wertvoll: Mit dem Verkauf der KitePride-Produkte wird die Arbeit von glowbalact mitfinanziert. Neben Spenden sind deshalb gerade auch grössere Bestellungen von Unternehmen für uns bedeutend.

So wird aus einem Heissluftballon eine praktische Tasche für den täglichen Gebrauch und aus einem nicht alltäglichen Auftrag gleichzeitig ein Beitrag dazu, dass wir unsere Arbeit für Menschen nach Ausbeutung und Menschenhandel weiterführen können.

kitepride




# KITEPRIDE & WEIHNACHTEN? PASST!

## LAPTOP-RUCKSACK



CHF 131.00

## LAPTOP-HÜLLE



CHF 63.00

## NECESSAIRE



CHF 49.00

## Jetzt bestellen & Freude schenken

Mit dem Code **WEIHNACHTEN26**
erhältst du **10 % Rabatt** auf deine Bestellung

**kitepride.com**

› Versand direkt aus der Schweiz

# JOIN THE MOVEMENT
# VERÄNDERE LEBEN

glowbalact
AKTIV GEGEN MENSCHENHANDEL

**www.glowbalact.org**



## Helfen Sie Betroffenen, sich ein selbstbestimmtes Leben aufzubauen!

Mit Ihrer Spende ermöglichen Sie Menschen nach sexueller Ausbeutung eine langfristige Begleitung auf ihrem Weg in die Arbeitswelt und in ein unabhängiges Leben.

Jetzt online spenden

QR-Code mit der Handykamera scannen.

*Danke♡*

**Jetzt mit TWINT spenden!**

QR-Code mit der TWINT App scannen

Betrag und Spende bestätigen

**Banküberweisung (CHF)**
Verein glowbalact, 3012 Bern, Schweiz
IBAN: CH86 0021 5215 3118 4001 M

**Banküberweisung (EUR)**
Spendenschein in Deutschland (steuermindernd)
IBAN: DE08 7605 0101 0015 3535 35
BIC/SWIFT: SSKNDE77
**Vermerk «glowbalact»**
Nehemiah Gateway gGmbh, Hubmersberg 2,
91224 Pommelsbrunn, Deutschland