



**Kölner Aktionsplan zu  
Reproduktiven Rechten  
und Gesundheit**

3. Gleichstellungsaktionsplan



# Inhalt

<b>Vorwort .....</b>	<b>3</b>
<b>Reproduktive Rechte sind Menschenrechte .....</b>	<b>5</b>
<b>Überblick aller Maßnahmendes 3. Gleichstellungsaktionsplans.....</b>	<b>8</b>
<b>Geburtshilfe für geflüchtete Menschen .....</b>	<b>9</b>
<b>Sexuelle Bildung für Jungen* .....</b>	<b>12</b>
<b>Bezahlbare Verhütung.....</b>	<b>14</b>
<b>Ausstellung „Echt mein Recht“ .....</b>	<b>16</b>
<b>Informationskampagne zur Initiative „Roter Stöckelschuh“.....</b>	<b>18</b>
<b>Bessere Versorgungslage bei Schwangerschaftsabbrüchen .....</b>	<b>20</b>
<b>Reproduktive Gesundheit von trans* Personen .....</b>	<b>22</b>
<b>Barriearme gynäkologische Versorgung .....</b>	<b>24</b>
<b>„Mut zum Blut“ in Kölner Jugendeinrichtungen .....</b>	<b>27</b>
<b>Beckenbodensprechstunde.....</b>	<b>29</b>
<b>Rahmenbedingungen.....</b>	<b>31</b>
<b>Controlling und Berichtwesen .....</b>	<b>31</b>
<b>Glossar .....</b>	<b>32</b>
<b>Quellen und Weiterführende Literatur .....</b>	<b>33</b>

\* Das Sternchen soll Raum für verschiedene geschlechtliche Identitäten lassen wie beispielsweise trans\* oder nicht binäre Menschen.

# Vorwort

## Liebe Kölner\*innen,



**Henrette Reker**  
Oberbürgermeisterin

mit der Unterzeichnung der Europäischen Charta der Gleichstellung von Frauen und Männern im Jahr 2011 treibt die Stadt Köln durch Aktionspläne das Anliegen der Gleichstellung zwischen den Geschlechtern auf kommunaler Ebene aktiv voran. Der Schwerpunkt auf dem Ihnen hiermit vorliegendem 3. Gleichstellungsaktionsplan für die Jahre 2025 – 2026 liegt in dem Bereich der Reproduktiven Rechte.

---

**„Reproduktive Rechte beschreiben die Rechte jedes Menschen, selbstbestimmt und frei über den eigenen Körper und die eigene Sexualität zu entscheiden.“**



**Julia Pedersen**  
Gleichstellungs-  
beauftragte der  
Stadt Köln

Diese gelten für alle Menschen – unabhängig von ihrer geschlechtlichen Identität, ihrem Familienstand, dem Vermögen, der Nationalität, der Religion, der sexuellen Orientierung oder ob sie mit einer Behinderung leben.

Dabei stehen besonders vier Aspekte im Vordergrund:

- Das Recht auf Gesundheit und Zugang zu medizinischer Versorgung
- Das Recht, Kinder zu bekommen und die Umstände zu bestimmen
- Das Recht auf Zugang zu Verhütungsmitteln und Möglichkeiten des Schwangerschaftsabbruchs
- Das Recht, Kinder unter guten Bedingungen und ohne Gewalt großzuziehen und die Umstände der Elternschaft selbst zu bestimmen

Dieser Plan markiert einen weiteren entscheidenden Schritt auf unserem Weg zu einer gerechten und inklusiven Gesellschaft in der alle Menschen, unabhängig von ihrem Geschlecht, die gleichen Chancen und Rechte haben sollen.

Lassen Sie uns daher alle gemeinsam in diesem Kontext die Gender Mainstreaming Strategie für die Stadt Köln weiterverfolgen und intensivieren, um eine bedarfsgerechte Gesundheitsversorgung und einen gleichberechtigen Zugang zu medizinischer Versorgung sowie Aufklärung und Prävention für alle Geschlechter zu gewährleisten.

Wir danken allen, die sich aktiv an der Erstellung und Umsetzung dieses Aktionsplans beteiligen, und laden Sie ein, gemeinsam mit uns an der Verwirklichung dieses wichtigen Ziels zu arbeiten. Lassen Sie uns zusammen eine Zukunft gestalten, in der Gleichstellung nicht nur ein Ideal, sondern gelebte Realität ist!

Henriette Reker

Henriette Reker  
Oberbürgermeisterin  
der Stadt Köln

J. Pedersen

Julia Pedersen  
Gleichstellungsbeauftragte  
der Stadt Köln

**Reproduktive Rechte  
sind Menschenrechte**

**Reproduktive Rechte beschreiben die Rechte jedes Menschen, selbstbestimmt und frei über den eigenen Körper und die eigene Sexualität zu entscheiden.**

Diese Rechte gelten für alle Menschen – unabhängig von ihrem Geschlecht, ihrem Familienstand, dem Vermögen, der Nationalität, der Religion, der sexuellen Orientierung oder davon, ob sie mit einer Behinderung leben.

Folgende Rechte stehen dabei im Fokus:



**Das Recht auf Gesundheit und Zugang zu medizinischer Versorgung**

- Sexuelle Bildung
- Aufklärung zu sexuell übertragbaren Krankheiten
- Zugang zu Menstruationsprodukten
- Barriearmer Zugang zu gynäkologischen Untersuchungen für alle
- Zugang zu medizinischer Versorgung für Menschen mit Endometriose
- Zugang zu medizinischer Versorgung für Personen, die von FGM/Genitalbeschneidung betroffen sind
- Zugang zu Information über die Wechseljahre



**Das Recht auf Zugang zu Verhütungsmitteln und Möglichkeiten des Schwangerschaftsabbruchs**

- Zugang zu Verhütungsmethoden für alle
- Zugang zu Informationen zu Schwangerschaftsabbrüchen
- Zugang zu sicheren Schwangerschaftsabbrüchen
- Wahlfreiheit in Bezug auf die Methode des Schwangerschaftsabbruchs
- Zugang zu selbstbestimmter Sterilisation



### **Das Recht, Kinder zu bekommen und die Umstände selbst zu bestimmen**

- Zugang zu Betreuung durch Hebammen und Geburtspfleger\*innen für alle
- Selbstständige Bestimmung der Geburtsumstände
- Gewährleistung sicherer und gewaltfreier Geburten für alle Menschen
- Selbstbestimmte Familienplanung für Menschen mit internationaler Familiengeschichte
- Elternwunsch (auch von Menschen mit Behinderung sowie homosexuellen Paaren und Singles, Anerkennung von trans\*-Elternschaft und Solo-/Co-Elternschaft)
- Adoption
- Sensibilisierung von Gesundheitspersonal für diskriminierungssensibles Arbeiten
- Umgang mit Sprachbarrieren zwischen Patient\*innen und Gesundheitspersonal

### **Das Recht, Kinder unter guten Bedingungen und ohne Gewalt aufzuziehen und die Umstände der Elternschaft selbst zu bestimmen**

- Unterstützung selbstbestimmter Elternschaft für Alle
- Unterstützung insbesondere von Alleinerziehenden, Eltern mit Behinderung, Eltern mit internationaler Familiengeschichte, nicht-heterosexuellen oder cis-geschlechtlichen Eltern oder armen Eltern
- Kinderrechte
- Inklusion

### **Körperliche Selbstbestimmung im Rahmen der UN-Nachhaltigkeitsziele**

Das Recht auf Selbstbestimmung in Bezug auf den eigenen Körper, Sexualität und Familienplanung ist ein fundamentales Menschenrecht, dem sich die Vereinten Nationen in ihren Zielen zur nachhaltigen Entwicklung verpflichtet haben. In Ziel 5 zur Geschlechtergerechtigkeit wird der ungehinderte Zugang zu sexueller und reproduktiver Gesundheit für alle Menschen sichergestellt.

→ Sustainable Development Goal 5

# Überblick aller Maßnahmen des 3. Gleichstellungs-aktionsplans

- 1** Geburtshilfe für geflüchtete Menschen
- 2** Sexuelle Bildung für Jungs\*
- 3** Bezahlbare Verhütung
- 4** Ausstellung „Echt mein Recht“
- 5** Informationskampagne zur Initiative „Roter Stöckelschuh“
- 6** Bessere Versorgungslage bei Schwangerschaftsabbrüchen
- 7** Reproduktive Gesundheit von trans\* Personen
- 8** Barriearme gynäkologische Versorgung
- 9** „Mut zum Blut“ in Kölner Jugendeinrichtungen
- 10** Beckenbodensprechstunde

# **Geburtshilfe für geflüchtete Menschen**

Ziel: Schwangere Personen in Kölner Unterkünften für geflüchtete Menschen haben Zugang zu Betreuungs- und Beratungsangeboten während ihrer Schwangerschaft und nach der Geburt.

## **Maßnahme: Weiterfinanzierung einer Stelle im Bereich Geburtshilfe in Geflüchtetenunterkünften**

Umsetzung: Amt für Wohnungswesen

In Kooperation mit: Integrationsagentur Gesundheit des DRK

Geflüchtete Frauen\* haben oft traumatische Erlebnisse hinter sich und befinden sich in einer unsicheren Lebenssituation. Eine Hebamme kann schwangere Personen in dieser Zeit positiv stabilisieren und eine vertrauensvolle Beziehung aufbauen, die über die rein medizinische Versorgung hinausgeht. Neben der Vor- und Nachsorge, unterstützt die Hebamme auch bei der Weitervermittlung zu gynäkologischen Praxen und/oder Kliniken und hilft bei der Orientierung im Gesundheitssystem.

## **Maßnahme: Notfall-Starterpakete im Wochenbett**

Umsetzung: Gesundheitsamt

In Kooperation mit: Amt für Gleichstellung von Frauen und Männern

Die Starterpakete werden an schwangere Personen in den Kölner Unterkünften für geflüchtete Menschen ausgegeben, die unmittelbar nach der Geburt versorgt werden müssen und noch nicht an die Hilfen beim Sozialamt oder anderen Beratungsstellen (zum Beispiel Migrationsberatung, Schwangerenberatung) angebunden sind. Die Notfallpakete dienen der Erstausstattung und sind zur kurzfristigen Überbrückung der ersten 3 – 4 Lebenswochen des Neugeborenen und des gebärenden Elternteils gedacht.

## **Hintergrund:**

Jeder Mensch hat vor, während und nach der Geburt das Recht auf Hebammenhilfe. Dies gilt insbesondere auch für schwangere Personen mit Fluchterfahrung. Ihnen steht eine geburts-hilfliche Versorgung laut § 4 Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) zu, was explizit die Betreuung durch eine Hebammme miteinschließt. Auch die vom Bundesfamilienministerium und UNICEF herausgegebenen „Mindeststandards zum Schutz von geflüchteten Menschen in Flüchtlingsunterkünften“<sup>1</sup> setzen leicht zugängliche Betreuungs- und Beratungsangebote für Schwangere voraus.

Dennoch ist der Zugang zur geburtshilflichen Versorgung gerade für schwangere Personen in Unterkünften für geflüchtete Menschen deutlich erschwert. Eine flächendeckende Versorgung durch freiberufliche Hebammen ist wegen des immer noch akuten Hebammenmangels oft nicht möglich. Darüber hinaus stellen Sprachbarrieren beziehungsweise die häufig fehlenden Möglichkeiten des Dolmetschens ein Problem in der Versorgung dar. Aber auch der erschwerte Zugang zum Gesundheitssystem (Geflüchtete haben laut § 4 AsylbLG in den ersten 36 Monaten nur einen eingeschränkten Anspruch auf Gesundheitsleistungen) sowie die beengte Wohnsituation in den Gemeinschaftsunterkünften und fehlende Rückzugsorte erschweren die adäquate Versorgung der schwangeren Personen zusätzlich. Durch die Geburtshilfe für geflüchtete Menschen wird zumindest eine medizinische Grundversorgung sichergestellt und der Übergang ins Regelsystem erleichtert.

Die Stadt Köln finanziert derzeit 2 Hebammenstellen, die die medizinische Versorgung von Geflüchteten in Unterkünften sicherstellen (siehe Beschluss 2893/2023). Während eine Stelle direkt an das Gesundheitsamt angebunden ist, wird die andere Stelle über das Amt für Wohnungswesen beim Betreuungsträger DRK finanziert. Die Erfahrung zeigt, dass das niederschwellige Angebot sehr gut angenommen wird. Im Jahr 2023 konnte die Hebammme beim Betreuungsträger DRK 268 schwangere Personen in 6 Notaufnahmen und 18 Wohnheimen versorgen.

Zur Ermittlung des Hebammenbedarfs in Unterkünften für geflüchtete Menschen hat das Institut für Hebammenwissenschaft der Universität Köln in 2024 eine Bedarfsanalyse erstellt.<sup>2</sup>

- 
- 1 Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2021): Mindeststandards zum Schutz von geflüchteten Menschen in Flüchtlingsunterkünften. Online verfügbar: <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/mindeststandards-zum-schutz-von-gefluechteten-menschen-in-fluechtlingsunterkuenften-117474>
  - 2 Rocholl, A. & Bauer, N. H. (2024): Bedarfsanalyse zur Implementierung von Hebammenhilfe in die gesundheitliche Versorgung von geflüchteten Frauen während der Schwangerschaft und der postpartalen Zeit in den Unterkünften des Deutschen Roten Kreuzes in Köln. Institut für Hebammenwissenschaft, Medizinische Fakultät, Universität zu Köln und dem Universitätsklinikum Köln. Online verfügbar: [https://hebammenwissenschaft.uni-koeln.de/sites/hebammenwiss/Dokumente/Bedarfsanalyse\\_DRK.pdf](https://hebammenwissenschaft.uni-koeln.de/sites/hebammenwiss/Dokumente/Bedarfsanalyse_DRK.pdf)

# **Sexuelle Bildung für Jungen\***

Ziel: Die sexuelle Gesundheit von Jungen\* und jungen Männern\* wird gestärkt.

## **Maßnahme: Weiterfinanzierung einer Vollzeitstelle für Sexualpädagogik mit Fokus auf Stärkung der Arbeit mit Jungen\* und jungen Männern\***

Umsetzung: Gesundheitsamt  
In Kooperation mit: Profamilia Köln

Das sexualpädagogische Angebot richtet sich explizit an die Zielgruppe Jungen\* und junge Männer\* bis 27 Jahren. Durch Einzelfallberatungen sowie Workshops in Kindertageseinrichtungen, (Förder-)Schulen, stationären Jugendhilfeeinrichtungen oder Werkstätten, erhalten Jungen\* und junge Männer\* die Möglichkeit, sich Körper- und Sexualwissen anzueignen und erwerben eine Sprachfertigkeit zum Thema Sexualität. Darüber hinaus werden pädagogische Fachkräfte in Schulungen für aktuelle Thematiken wie zum Beispiel Sexting, toxisches Mannsein oder Body-shaming sensibilisiert und können männliche Jugendliche so in ihrer psychosexuellen Entwicklung qualifiziert begleiten.

### **Hintergrund:**

Der Bedarf an Sexualpädagogik wird in Köln immer größer, gleichzeitig gibt es stadtweit nur wenige sexualpädagogische Angebote, die sich explizit an männlich gelesene Jugendliche richten (siehe Mitteilung 1247/2021). Während Mädchen\* und heranwachsende junge Frauen\* in der Regel während der Pubertät das erste Mal eine\*n Gynäkolog\*in aufsuchen, fehlt es Jungen\* oft an vertrauten Ansprechpersonen, um über Sexualität und Unsicherheiten mit ihrem Körper zu sprechen. Dies gilt insbesondere für Jungen\* mit internationaler Familiengeschichte – wie eine Befragung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung aufzeigt<sup>3</sup>. Auch Jungen\* mit Behinderung haben häufig Informationsdefizite was ihre eigene Sexualität angeht. Aufgrund unzureichender Kenntnisse über Körper und Sexualität ist das Risiko für beide Gruppen deshalb besonders hoch, sich mit sexuell übertragbaren Krankheiten zu infizieren und/oder Opfer sexualisierter Gewalt zu werden. Das sexualpädagogische Angebot von pro familia mit Fokus Jungen\* ist deshalb ein wichtiger Baustein im Bereich sexuelle Bildung in Köln.

---

3 Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2020): Jugendsexualitätsstudie.  
Online verfügbar: BZgA: Erste Ergebnisse der neuen Befragungswelle BZgA-Studie „Jugendsexualität“

# **Bezahlbare Verhütung**

**Ziel:** Menschen mit geringfügigem Einkommen haben Zugang zu sicheren Verhütungsmitteln und können ihre Familienplanung selbstbestimmt gestalten.

## Maßnahme: Weiterfinanzierung des Verhütungsmittelfonds

Umsetzung: Gesundheitsamt

In Kooperation mit: pro familia Köln, donum vitae, Evangelische Beratungsstelle

Die Stadt Köln ermöglicht Menschen mit Uterus und mit geringem Einkommen eine Kostenübernahme von Verhütungsmitteln. Anspruchsberechtigt sind Menschen mit Köln Pass oder Menschen die Leistungen nach SGBII, SGB XII, AsylbL, BAföG, BAB, Wohngeld oder Kinderzuschlag beziehen.

### Hintergrund:

Menschen, die sich in Deutschland vor sexuell übertragbaren Krankheiten (STI) schützen wollen, oder keinen Elternwunsch haben, müssen die Kosten für Verhütungsmittel selber tragen. Die gesetzliche Krankenversicherung übernimmt die Kosten für ärztlich verordnete Verhütungsmittel nur für Versicherte bis zum vollendeten 22. Lebensjahr. Regelmäßige Ausgaben wie die der Pille, oder aber hohe einmalige Kosten (zum Beispiel Spirale, Sterilisation) können das Budget von Menschen mit geringem Einkommen jedoch deutlich überschreiten. Das hat Folgen für das Verhütungsverhalten wie die Evaluation des „biko“ Modellprojekts im Auftrag des Bundesfamilienministeriums zeigt. Ohne eine Kostenübernahme der Verhütungsmittel gaben die befragten Frauen an, unregelmäßiger zu verhüten, auf preiswerte oder weniger zuverlässige Methoden zu wechseln oder ganz auf Verhütung zu verzichten<sup>4</sup>.

In Köln können Bürgergeldempfänger\*innen seit 2013 eine Kostenübernahme für Verhütungsmittel beantragen. Seit 2024 haben neuerdings auch Empfänger\*innen von Wohngeld und BAföG sowie Inhaber\*innen des Köln-Passes die Möglichkeit der Kostenübernahme (siehe Beschluss 2576/2023). Die Leistungen sind Teil der gesundheitlichen Vorsorgeleistungen, die die Stadt Köln gemäß § 2 Absatz 1 Gesetz über den öffentlichen Gesundheitsdienst des Landes Nordrhein-Westfalen leistet (ÖGDG). Die Abwicklung erfolgt über die Schwangerschaftskonfliktberatungsstellen in Köln. Männer sind auf Grund des begrenzten finanziellen Volumens bisher von der Kostenerstattung ausgenommen, was auch in der Ausgabestruktur über die Schwangerenberatungsstellen begründet ist, da hier vor allem Menschen mit Uterus erreicht werden.

---

4 Pro familia (2019): Modellprojekt biko – Beratung, Information und Kostenübernahme. Online verfügbar: [https://www.profamilia.de/fileadmin/profamilia/biko/biko\\_Abschlussbericht\\_barr.pdf](https://www.profamilia.de/fileadmin/profamilia/biko/biko_Abschlussbericht_barr.pdf)

# **Ausstellung**

# **„Echt mein Recht“**

**Ziel:** Menschen mit Lernschwierigkeiten können informierte und selbstbestimmte Entscheidungen über ihre Sexualität treffen.

## Maßnahme: Ausstellung „Echt mein Recht“

Umsetzung: Amt für Integration und Vielfalt

In Kooperation mit: Netzwerk „Sexualität und Behinderung Köln“

Das Büro der Behindertenbeauftragten der Stadt Köln holt in Zusammenarbeit mit dem Netzwerk „Sexualität und Behinderung Köln“ für vier Wochen die interaktive Bildungs- und Präventionsausstellung „Echt mein Recht“ nach Köln und begleitet diese inhaltlich. Die Ausstellung vom Petze-Institut ist für Menschen mit Lernschwierigkeiten konzipiert und informiert über das Recht auf Selbstbestimmung, Sexualität, Körperwissen, Gefühle und Partnerschaft. Durch Workshops werden Menschen mit Behinderung zu Expert\*innen in eigener Sache und begleiten durch die Ausstellung. Außerdem werden Mitarbeitende der Eingliederungshilfe, Schulbegleiter\*innen und Fachkräfte in begleitenden Fortbildungen über die Erscheinungsformen und Auswirkungen sexualisierter Gewalt und sexuellen Missbrauchs sensibilisiert.

### Hintergrund:

Laut der UN-Behindertenrechtskonvention haben Menschen mit Behinderung das Recht auf einen gleichen Zugang zu Gesundheitsversorgung, auf barrierefreie Aufklärung über ihre eigene Sexualität sowie die Möglichkeit, Eltern zu werden. Tatsächlich sind Menschen mit Behinderung in ihrem Alltag jedoch häufig Eingriffen in ihre körperliche und sexuelle Selbstbestimmung ausgesetzt. Dies trifft insbesondere Mädchen\* und Frauen\* unverhältnismäßig stark. Eine im Auftrag des Bundesfamilienministeriums durchgeführte Befragung von 1.561 Frauen\* mit unterschiedlichen Behinderungen im Alter zwischen 16 – 65 Jahren ergab, dass 20 – 34 % der Frauen\* mit Behinderungen in ihrer Kindheit und Jugend sexualisierte Gewalt erlebt haben. Sie sind damit etwa zwei- bis dreimal häufiger betroffen als Frauen im Bevölkerungsdurchschnitt<sup>5</sup>.

Sexuelle Bildungsarbeit spielt deshalb eine zentrale Rolle in der Prävention und Verhütung von Gewalt. Durch die Bereitstellung von verständlichen sexualpädagogischen Materialien kann grenzverletzendes Verhalten besser erkannt und benannt werden. Außerdem gilt es Schutzkonzepte zu entwickeln.

---

5 Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2012): Lebenssituation und Belastungen von Frauen mit Beeinträchtigungen und Behinderungen in Deutschland. Online verfügbar: <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/lebenssituation-und-belastungen-von-frauen-mit-beeintraechtigungen-und-behinderungen-in-deutschland-80576>

# **Informationskampagne zur Initiative „Roter Stöckelschuh“**

Ziel: Sexarbeitende haben einen besseren Überblick über gesundheitliche Angebote und werden vor Diskriminierung und Stigmatisierung im Gesundheitssystem geschützt.

## **Maßnahme: Informationskampagne zur Initiative „Roter Stöckelschuh“**

Umsetzung: Gesundheitsamt

In Kooperation mit: Amt für Gleichstellung von Frauen und Männern

Mit einer Informationskampagne sollen in Köln sowohl Fachkräfte aus dem Gesundheitsbereich sowie Sexarbeitende über die bundesweite Initiative „Roter Stöckelschuh“ informiert werden. Ärztliche und therapeutische Einrichtungen können durch den Eintrag ihrer Einrichtung beziehungsweise ihres Angebots in die Datenbank der Initiative signalisieren, dass sie akzeptierend mit dem Thema Sexarbeit umgehen. Ein Aufkleber an der Praxistür sowie eine digitale Datenbank zeigen Sexarbeitenden, bei welchen Praxen sie willkommen sind und keine Diskriminierung fürchten müssen. Teilnehmende Einrichtungen können sich außerdem in Schulungen weiterbilden.

### **Hintergrund:**

Immer wieder erleben Sexarbeitende in ihrem Alltag stigmatisierendes und diskriminierendes Verhalten im Gesundheitssystem. Die bundesweite Initiative „Roter Stöckelschuh“ hat sich zum Ziel gesetzt, Barrieren in der Versorgungslandschaft für Sexarbeiter\*innen abzubauen und sexarbeitsfreundliche Beratungsangebote sichtbarer zu machen. Das Projekt wurde 2017 von einer Hamburger Gynäkologin initiiert, die in der Beratungsstelle „Ragazza“ für drogenkonsumierenden Sexarbeitende tätig war, und wird heute federführend vom Projektträger BesD e.V. betreut.

In Köln sind bislang neben dem Gesundheitsamt nur wenige Einrichtungen in der digitalen Datenbank vermerkt. Die Informationskampagne soll daher weitere Akteur\*innen dazu ermutigen, die Initiative zu unterstützen und sich als sexarbeitsfreundliche Adresse in die Datenbank aufnehmen zu lassen, um so die körperliche, psychosoziale und mentale Gesundheit von Sexarbeitenden in Köln nachhaltig zu stärken.

# **Bessere Versorgungslage bei Schwangerschafts- abbrüchen**

Ziel: Der zeitnahe Zugang zu Schwangerschaftsabbrüchen ist in Köln flächendeckend sichergestellt.

## **Maßnahme: Konzept zur Stärkung der Versorgungssituation bei Schwangerschaftsabbrüchen**

Umsetzung: Gesundheitsamt

In Kooperation mit: Runder Tisch zur Versorgungssituation bei Schwangerschaftsabbrüchen

Das Gesundheitsamt erarbeitet gemeinsam mit dem „Runden Tisch zur Versorgungssituation bei Schwangerschaftsabbrüchen“ Vorschläge, wie der Zugang insbesondere zu operativen Schwangerschaftsabbrüchen ab der 10. Schwangerschaftswoche in Köln verbessert werden kann. Durch die Zusammenarbeit von Gesundheitsdienstleister\*innen, Beratungsstellen und Verwaltung sollen lokale Versorgungslücken identifiziert und gemeinsam mögliche Lösungsvorschläge erarbeitet werden.

### **Hintergrund:**

Ein Schwangerschaftsabbruch ist in Deutschland laut § 218a Strafgesetzbuch nicht strafbar, sofern eine Beratung durch eine anerkannte Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle stattfindet und der Abbruch innerhalb der ersten 12 Wochen stattfindet. Eine Schwangerschaft kann sowohl operativ, als auch mit Medikamenten abgebrochen werden. Aus medizinischer Sicht ist ab der 10. Schwangerschaftswoche nur noch ein operativer Abbruch möglich.

In Köln hat sich das Angebot für operative Schwangerschaftsabbrüche in den letzten 10 Jahren fast halbiert. Mittlerweile bieten nur 10 gynäkologische Praxen die Möglichkeit eines operativen Schwangerschaftsabbruchs an (siehe Mitteilung 1904/2023). Dies liegt beispielsweise am Fachkräftemangel im Gesundheitswesen, aber auch an unzureichenden Möglichkeiten für operative Eingriffe in gynäkologischen Praxen sowie einer fehlenden Behandlung des Themas im Medizinstudium. Gleichzeitig ist auch das bestehende Angebot eingeschränkt, da einige Praxen monatlich nur wenige Operationstage anbieten und auch die überregionale Versorgung für angrenzende Kölner Landkreise übernehmen. Auch von den Kliniken mit gynäkologischen Abteilungen bietet nur ein Teil operative Schwangerschaftsabbrüche an. Für ungewollt schwangere Personen ist eine zeitnahe und adäquate Versorgung innerhalb der rechtlichen Fristen jedoch essentiell.

# **Reproduktive Gesundheit von trans\* Personen**

Ziel: Trans\* Personen erhalten eine bessere Versorgung im Bereich der sexuellen Gesundheit.

# Maßnahme: Infoposter zu reproduktiven Rechten von trans\* Menschen

Umsetzung: rubicon e.V.

In Kooperation mit: Amt für Integration und Vielfalt, Amt für Gleichstellung von Frauen und Männern

Rubicon e.V. entwickelt in einem partizipativen Prozess zwei Infoposter, die Sichtbarkeit von trans\* Personen und ihren Bedürfnissen im Bereich reproduktive Gesundheit und reproduktive Rechte herstellen. Während sich das erste Poster gezielt an trans\* Personen richtet und Veränderungen des Körpers und Sexualität, Verhütung, Safer Sex und trans\* Elternschaft thematisiert, ist das zweite Poster als Information für Fachkräfte gedacht und vermittelt sowohl relevante medizinische Grundbegriffe, als auch rechtliche Aspekte, um medizinisches Personal für die Gesundheitsbedürfnisse von trans\* Personen zu sensibilisieren. Die Poster werden in Papierform und digital kostenlos für Beratungsstellen und Gesundheitsdienste zur Verfügung gestellt.

## Hintergrund:

Die repräsentative Studie der EU-Agentur für Grundrechte (FRA) zur Lage von LGBTIQ in Europa und Deutschland aus dem Jahr 2024 verdeutlicht das Ausmaß der Diskriminierung, der trans\* Personen unter anderem hinsichtlich reproduktiver und sexueller Gesundheit ausgesetzt sind. Auf die Frage in welchen Fachgebieten der Gesundheitsversorgung queere Menschen bereits negative Erfahrungen machten, nannten 36 % aller befragten trans\* Frauen die sexuelle Gesundheitsfürsorge<sup>6</sup>. Unter trans\* Männern erlebten sogar 44 % der Befragten Diskriminierung in Bezug auf ihre reproduktiven Rechte.

Egal ob zu Vorsorgeuntersuchungen, HIV/STI-Beratung sowie trans\* Elternschaft – die Infoposter können trans\* Personen über ihre Rechte informieren und sie ermächtigen Gesundheitsangebote in Anspruch zu nehmen. Gleichzeitig fördern sie die medizinische Kompetenz von Ärzt\*innen für trans\*sensible Behandlungen und können als Gesprächsgrundlage dienen, um den Dialog zwischen trans\*Patient\*innen und medizinischen Fachkräften zu erleichtern.

6 European Union Agency for Fundamental Rights (2024): LGBTIQ at a crossroads: progress and challenges. Online verfügbar: <https://fra.europa.eu/en/publication/2024/lgbtqi-crossroads-progress-and-challenges#publication-tab-1>.

# **Barrierearme gynäkologische Versorgung**

**Ziel:** Gynäkologische Angebote sind barrierefrei und stehen allen Menschen uneingeschränkt zur Verfügung.

## **Maßnahme: Initiierung eines Runden Tisches „Barrierearme gynäkologische Versorgung“**

Umsetzung: Amt für Gleichstellung von Frauen und Männern  
In Kooperation mit: Amt für Integration und Vielfalt

Zur Verbesserung der gynäkologischen Versorgung wird ein Runder Tisch mit Kölner Akteur\*innen aus dem Bereich Gesundheit, Verwaltung sowie Organisationen von und für Menschen mit Behinderungen initiiert. Ziel des Runden Tisches ist es, bestehende Barrieren in der gynäkologischen Versorgung in Köln zu identifizieren und praxisnahe Lösungen zu erarbeiten, um die Zugänglichkeit gynäkologischer Praxen und Kliniken in Köln zu erhöhen.

### **Hintergrund:**

Der Zugang zu gynäkologischen Angeboten ist für Menschen mit Uterus und einer Behinderung, häufig erschwert und nicht gleichberechtigt möglich. Gründe hierfür sind Barrieren in verschiedenen Bereichen, wie beispielsweise der Zugang zu Gebäuden, barrierefreien Toiletten in der Praxis, Ausstattung im Behandlungsraum, die nicht auf mobilitätseingeschränkte Personen ausgerichtet ist oder fehlende barrierefreie Informationen für Patient\*innen (Leichte Sprache, Brailleschrift, Deutsche Gebärdensprache). Die Suche nach einem geeigneten Angebot gestaltet sich kompliziert, ist aufwändig und schambehaftet. Einige Menschen verzichten daher teilweise gänzlich auf gynäkologische Vorsorge und Versorgung. Im nationalen Aktionsplan zur Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention ist der barrierefreie Ausbau der gynäkologischen Versorgung daher als Handlungsschwerpunkt definiert<sup>7</sup>.

---

<sup>7</sup> Bundesministerium für Arbeit und Soziales (2016): Nationaler Aktionsplan 2.0, Seite 64. Online verfügbar: [inklusion-nationaler-aktionsplan-2.pdf](http://inklusion-nationaler-aktionsplan-2.pdf) (bmas.de).

Allerdings sind barrierefreie, gynäkologische Praxen schwer zu finden. Angaben über die Barrierefreiheit basieren lediglich auf den Selbstauskünften der Ärzt\*innen und werden nicht extern überprüft. So zeigt eine im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit vorgelegte Studie von 2019 auf, dass 93 % der vermeintlich barrierefreien gynäkologischen Praxen auf der Website der Kassenärztlichen Vereinigung Nordrhein nicht zweifelsfrei als barrierefrei identifiziert werden konnten<sup>8</sup>. Von den deutschlandweit fünf gynäkologischen Spezialambulanzen befindet sich außerdem keine in NRW.

Es muss also davon ausgegangen werden, dass es auch in Köln Versorgungslücken in Bezug auf barriearme gynäkologische Angebote gibt, insbesondere hinsichtlich Angebote, die die umfassende Barrierefreiheit in den Blick nehmen. Hier kann ein Runder Tisch ansetzen und den derzeitigen Status Quo analysieren und mögliche Maßnahmen zur Verbesserung erarbeiten.

---

8 Bundesgesundheitsministerium (2019): Evaluation von Spezialambulanzen und gynäkologischen Sprechstundenangeboten zur gynäkologischen und geburtshilflichen Versorgung von Frauen mit Behinderung, S.20. Online verfügbar: [https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5\\_Publikationen/Praevention/Berichte/Abschlussbericht\\_E-GYN-FMB.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Praevention/Berichte/Abschlussbericht_E-GYN-FMB.pdf)

# **„Mut zum Blut“ in Kölner Jugendeinrichtungen**

Ziel: Menstruation wird in den Kölner Jugendzentren offen, kompetent und inklusiv thematisiert.

## **Maßnahme: Workshop für Fachkräfte in der Jugendarbeit zum Thema Menstruation**

Umsetzung: Amt für Gleichstellung von Frauen und Männern

In Kooperation mit: Amt für Kinder, Jugend und Familie und Akteur\*innen geschlechtsspezifischer Jugendarbeit im Bezirk

Ein Workshop vermittelt pädagogischen Fachkräften in der offenen Jugendarbeit Grundlagenwissen rund um den Zyklus, Menstruationsprodukte sowie Schmerzmanagement, sodass diese Menstruierende kompetent und inklusiv über die Menstruation informieren und sie darin unterstützen können, ein positives Körperbewusstsein zu entwickeln.

### **Hintergrund:**

Die Menstruation ist noch immer ein gesellschaftliches Tabuthema, welches mit vielen Berührungsängsten besetzt ist. Umso wichtiger ist ein offener und sachlicher Umgang mit der Blutung in der Schule, der Sozialarbeit und in der außerschulischen Jugendarbeit. Vor allem vor dem Hintergrund, dass die erste Menstruation heutzutage bei vielen Jugendlichen immer früher einsetzt, wie eine Studie der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung aufzeigt. So hat jedes zweite Mädchen\* zwischen 14 und 17 Jahren mit spätestens 12 Jahren die erste Regelblutung erlebt (52 %)<sup>9</sup>.

Ein Fachworkshop zum Umgang mit der Menstruation in Kölner Jugendzentren kann daher wesentlich zur Enttabuisierung und rechtzeitigen Aufklärung rund um das Thema Menstruation beitragen. Fachkräfte lernen, wie sie fachlich korrekt und inklusiv über die Periode sprechen. Durch einen Workshop sollen insbesondere auch nicht menstruierende Fachkräfte Handlungssicherheit erlangen, schamfrei und altersgerecht mit Jugendlichen über die Regelblutung sprechen zu können.

---

9 Scharmanski, S. & Hessling, A. (2022): Sexualaufklärung, die erste Regelblutung und der erste Samenerguss. Jugendsexualität 9. Welle. BZgA-Faktenblatt. Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Online verfügbar: <https://www.sexualaufklaerung.de/publikation/sexualaufklaerung-die-erste-regelblutung-und-der-erste-samenerguss/>

# **Beckenbodensprechstunde**

**Ziel:** Die Beckenbodengesundheit von Gebärenden in Köln wird nachhaltig gefördert.

## Maßnahme: Beckenbodensprechstunde

Umsetzung: Uniklinik Köln

In Kooperation mit: Amt für Gleichstellung von Frauen und Männern

Häufig treten Beckenbodendysfunktionen insbesondere nach Schwangerschaften und Geburten auf. Die Uniklinik Köln bietet deshalb eine postnatale Beckenboden-sprechstunde an, die Betroffenen bei anhaltender Beckenbodenschwäche durch frühzeitige Diagnose und Therapie helfen kann und bei Einschränkungen wie Inkontinenz präventiv entgegenwirkt. Die Beckenbodensprechstunde wird begleitet durch eine wissenschaftliche Studie, deren Erkenntnisse die Beckenbodengesundheit von Schwangeren langfristig verbessern sollen.

### Hintergrund:

Schwangerschaften und vaginale Geburten gehören zu den Hauptrisikofaktoren für die Beckenbodengesundheit. Gleichzeitig werden im Mutterpass für die Zeit nach der Geburt Themen wie Blasenschwäche, Senkungen, Inkontinenz und Störungen des sexuellen Empfindens nicht erwähnt. Die Nachsorge endet oft mit der abschließenden Untersuchung in der gynäkologischen Praxis sechs Wochen nach der Geburt.

Dabei zeigen erste Zwischenergebnisse der Studie der Uniklinik Köln zur Beckenboden-gesundheit, dass 57 % aller Gebärenden auch 6 Monate nach der Geburt über Drang- und Belastungskontinenz berichten und 43 % über eine Zunahme sexueller Beschwerden<sup>10</sup>. Von allen Teilnehmenden sprach allerdings nur jede dritte Person mit ihrer Gynäkolog\*in über die Beschwerden, obwohl doppelt so viele Betroffene den Wunsch äußerten dies zu tun.

---

10 Ludwig, Sebastian (2023): Risiko peri- und postpartaler Beckenbodenfunktionsstörungen. Deutsches Ärzteblatt, 120 (24), A 1076- A 1078. Online verfügbar: Geburtshilfestudien E-PAD und Mum-Health: Risiko peri- und postpartaler Beckenbodenfunktionsstörungen (aerzteblatt.de)

# Rahmenbedingungen

Alle aufgezeigten Maßnahmen zur Zielerreichung stehen unter dem Vorbehalt der Genehmigung der Haushaltssatzung 2025/2026. Die Umsetzung des Aktionsplans erfolgt im Rahmen der dann vorhandenen finanziellen und personellen Ressourcen.

## Controlling und Berichtwesen

Die Zielerreichung des 3. Gleichstellungsaktionsplans wird spätestens nach zwei Jahren überprüft und die politischen Gremien werden über die Umsetzung der einzelnen Maßnahmen unterrichtet. Wird in der Zwischenzeit erkennbar, dass Ziele nicht erreicht werden können, sind Maßnahmen im Gleichstellungsplan entsprechend anzupassen beziehungsweise zu ergänzen.

# Glossar

## **LGBTQ+**

LGBTQ+ ist ein international gebräuchliches Akronym, das für Lesbisch, Gay (schwul), Bisexuell, Transgender, Queer steht. Das Pluszeichen (+) schließt weitere sexuelle Orientierungen und Geschlechtsidentitäten ein, wie z. B. intersexuell, asexuell oder pansexuell. Im deutschsprachigen Raum wird oft auch das Akronym LSBTIQ\* verwendet.

## **Mensch mit Uterus**

Der Begriff „Mensch mit Uterus“ wird verwendet, um Personen zu beschreiben, die über eine Gebärmutter (Uterus) verfügen, ohne dabei auf Geschlechtszuweisungen wie „Frau“ oder „weiblich“ zurückzugreifen. Dies ist besonders relevant in Diskussionen über reproduktive Rechte und Gesundheit, da sich nicht alle Personen mit Gebärmutter als Frauen identifizieren. Der Begriff fördert eine inklusive Sprache, die Geschlechtsidentität und biologische Merkmale voneinander trennt.

## **Reproduktive Rechte**

Reproduktive Rechte umfassen das Recht jedes Menschen, selbstbestimmt über den eigenen Körper, die eigene Sexualität und Fortpflanzung zu entscheiden. Reproduktive Rechte sind Menschenrechte.

## **trans\***

trans\* ist ein Überbegriff für Menschen, die sich nicht mit dem Geschlecht identifizieren, welches ihnen bei der Geburt zugewiesen wurde. Das Gegenteil von trans\* ist cis. Beide Wörter werden wie Adjektive verwendet, das heißt vor das Substantiv gestellt und klein geschrieben, also: trans\* Person oder cis Frau.

# Quellen und Weiterführende Literatur

Agena, Gesine; Hecht, Patricia; Riese, Dinah (2022): Selbstbestimmt.  
Für reproduktive Rechte. Wagenbach Verlag.

Bhattacharya, Tithi (2017): Social Reproduction Theory.  
Remapping Class, Recentering Oppression. Pluto Press.

Gunda-Werner-Institut (2023): Reproduktive Gerechtigkeit. Eine Einführung.  
Heinrich-Böll-Stiftung.

Kitchen Politics (2021): Mehr als Selbstbestimmung! Kämpfe für reproduktive Gerechtigkeit.  
Edition assemblage.

Ross, Loretta J.; Solinger, Rickie (2017): Reproductive Justice: An Introduction.  
University of California Press.

## Kontakt

Kira Schürmann  
gleichstellungsamt@stadt-koeln.de  
T: 0221 221-26472



**Stadt Köln**

Die Oberbürgermeisterin

Amt für Gleichstellung von Frauen und Männern  
Amt für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Gestaltung  
Zentrale Dienste der Stadt Köln

Bildnachweis

S.6, links: ©SDI Productions, iStock

S.6, rechts: ©PeopleImages, iStock

S.7, links: ©FatCamera, iStock

S.7, rechts: ©KAMPUS, iStock

Titel: ©Amparo Garcia, iStock