

One Billion Rising –

Gemeinsam gegen Gewalt an Frauen und für Respekt, auch an Fastnacht!

Jedes Jahr am 14. Februar erheben sich weltweit Millionen Menschen im Tanz – für ein Ende der Gewalt an Frauen und Mädchen.

Die internationale Bewegung One Billion Rising („Eine Milliarde erhebt sich“) steht für Solidarität, Selbstbestimmung und Gleichberechtigung. Eine Milliarde – das ist etwa die Zahl der Frauen, die weltweit in ihrem Leben körperliche oder sexuelle Gewalt erfahren. Mit Musik, Bewegung und Gemeinschaft wird an diesem Tag ein starkes Zeichen gesetzt: Wir stehen auf – für Gerechtigkeit und gegen Gewalt!

Fastnacht – eine Zeit voller Farben, Musik und Freude. Doch leider erleben viele Frauen und Mädchen während dieser Tage sexuelle Belästigung, Übergriffe und Grenzüberschreitungen.

Das darf nicht sein. Feiern darf Spaß machen – aber niemals auf Kosten anderer!

Nein heißt Nein – auch an Fastnacht!

Gemeinsam wollen wir Zeichen setzen, dass wir einander sehen, unterstützen und schützen. Alle können mitmachen – unabhängig von Alter oder Geschlecht.

Am Ende des One Billion Rising Songs „Break the Chain“ gibt es die symbolische Abschlusspose, die Stärke, Solidarität und Widerstand ausdrückt. Alle Tänzer:innen stehen stark, stolz und aufrecht. Ein Arm (meist der rechte) wird kraftvoll nach oben gestreckt, mit geballter Faust, oder ausgestrecktem Zeigefinger.



Beteilige dich mit deinem eigenen Post, egal ob als Einzelperson, als Verein oder Gruppe

Zeige dich aktiv:

Tanze zu „Break the Chain“ oder zeige dich in der Abschlusspose

Du kannst ein Video, Foto, Reel oder Story posten

Schreibe deine Botschaft:

Kurz und klar: „Ich stehe auf gegen Gewalt“, „Fastnacht ohne Übergriffe“,

Zeige, dass dir Sicherheit und Respekt beim Feiern wichtig sind. Teile deine Botschaft, dein Statement.

Nutze die Hashtags:

#onebillionrisingmainz

#OneBillionRising

#BreakTheChain

Verbreite die Botschaft:

Markiere Freund*innen, Vereine, Fastnachtsvereine oder lokale Initiativen, damit die Aktion noch sichtbarer wird. Animiert andere, ebenfalls aktiv zu werden

Warum es wichtig ist:

Du setzt ein öffentliches Zeichen gegen Gewalt One Billion Rising Du wirst Teil einer weltweiten Bewegung, die sichtbar macht, dass Gewalt keinen Platz hat

Alle die gemeinsam den Tanz üben und tanzen möchten sind eingeladen zum Tanz Event am Samstag den 7.2.2026 von 15 – 16 Uhr im Foyer des Staatstheater Mainz.

Veranstalterinnen:

Evangelisches Stadtjugendpfarramt, Evangelische Jugend Mainz, Staatstheater Mainz, Frauen*notruf Mainz, Frauenbüro und Mädchenarbeitskreis der Landeshauptstadt Mainz, Frauenzentrum Mainz e. V.,Arbeitskreis Gewalt an Frauen und Kindern