



## Aktionen zum Equal Care Day

### Aktion „Wer leistet welche Sorgearbeit im Haushalt“

#### Ziel

Oftmals ist es nicht bewusst, wie viel oder wie wenig Sorgearbeit geleistet wird. Der Selbsttest des Equal Care Day ([Mental Load-Selbsttest](#)) ermöglicht, sich damit auseinanderzusetzen. Paare können mit dem Test überprüfen, ob die Einschätzung zur Verteilung ihrer Aufgaben wirklich stimmt.

#### Einsatzort

Die Aktion eignet sich besonders gut auf der Straße, beispielsweise als Erstkontakt mit Passant\*innen, um sie damit an den Stand zu lotsen und über das Thema Sorgearbeit und ihre Verteilung ins Gespräch zu kommen.

#### Durchführung

Sprechen Sie Passant\*innen an. Fragen Sie, wer in der Partnerschaft den Hauptteil der Haushaltsführung übernimmt. Bieten Sie an, an den Stand oder Stehtisch zu kommen und einen Fragebogen auszufüllen.

Der Fragebogen/Selbsttest eignet sich dazu, zu reflektieren, welche Aufgaben von wem im Alltag erledigt werden. Fragen Sie bei Paaren ab, was sie schätzen, wer welchen Anteil dieser Tätigkeiten übernimmt.



## Benötigtes Material

**Stand/ Stehtisch**, um die Möglichkeit zum Ausfüllen der Fragebögen zu geben und als Stellfläche für Informationsmaterial.

**Mental Load-Selbsttest**, dieser kann über [die Aktionsseite heruntergeladen](#) und sollte in ausreichender Menge ausgedruckt werden.

**Kugelschreiber** zum Ausfüllen der Fragebögen sowie **Klemmbretter oder ähnliches** als Schreibunterlage.



## Aktion: „Galerie der unsichtbaren Arbeit“

### Ziel

Jede Frau und jeder Mann hat eine Person, der sie/er den oder die ihr/ihm mit der Übernahme von Sorgearbeit den Rücken frei hält. Zeigen Sie, dass es diese wichtigen Personen gibt und was diese tun.

### Einsatzort

Diese Aktion eignet sich für Orte, die von Menschen besucht werden, beispielsweise der Marktplatz. Nutzen Sie die Bilder, um mit Passant\*innen ins Gespräch zum Thema „Sorgearbeit“ zu kommen.

### Durchführung

Fragen Sie sich, wer in Ihrem Umfeld (vielleicht auch Sie selbst) jemandem durch die Übernahme von Sorgearbeit den Rücken frei hält. Dies kann beispielsweise Hilfe bei der Kinderbetreuung sein oder die Pflege von Angehörigen. Machen Sie **Portraitfotos** von den Personen.

**Wichtig:** Holen Sie sich im Vorfeld die schriftliche Einverständniserklärung der Personen ein, die portraitiert werden.

Die Bilder können Sie **aneinandergereiht aushängen**, so dass deutlich wird, wie viele Personen unbezahlt Sorgearbeit leisten.

Sie können die Bilder auch zu einer **Fotocollage** zusammenfügen. In der Menge der Unterstützerinnen fallen einzelne Personen weniger auf, sie werden mehr und mehr unsichtbar – so wie es meist die Sorgearbeit ist.

Zusätzlich zu den Bildern können Sie **kleine Geschichten erzählen**: Wer sind die Personen auf den Bildern, wofür setzen sie sich ein, wen unterstützen sie wobei...



Kommen Sie mit Passant\*innen **ins Gespräch**. Fragen Sie, was wäre, wenn die ausgestellten Personen plötzlich ihre Unterstützung einstellen würden.

Als weiteren Schritt können Sie Passant\*innen fragen, wer im Paarhaushalt welche Tätigkeiten übernimmt. Nutzen Sie dazu [den Mental Load-Test](#). Diesen können Sie auf der Aktionsseite herunterladen.

## Benötigtes Material

**Bilder von Personen**, die Sorgearbeit leisten. Entweder wird jedes Porträt im DIN A3-Format auf dickem Papier gedruckt für eine Galerie oder in einem anderen Format für eine Fotocollage verwendet.

**Bindfaden**, der alle Bilder miteinander verbindet, um große Bilder aufzuhängen.

**Leinwand oder Holzplatte**, auf die kleine Bilder für eine Fotocollage geklebt werden.

Evtl. den [Mental Load-Selbsttest](#), als Grundlage, um weiter über die Verteilung von Sorgearbeit zu sprechen (siehe Aktion „Wer leistet welche Sorgearbeit im Haushalt“).