

„Wegen dieses Völkermords vermisste ich jeden einzelnen Moment des Alltags. Ich vermisste das Wort „Mama“. Niemand nennt mich mehr Mama. Ich vermisste ihr Geschrei, ihre Stimmen, ihre Gesichter. Ich habe mein ganzes Leben verloren.“

Sa'eda Ahmad Abu Odeh, 42-jährige Englischlehrerin, in ihrem Bericht über die Auslöschung ihrer Familie, 25. Juni 2026

Zur Lage von palästinensischen Frauen und Mädchen in Gaza

Der genozidale Krieg im Gazastreifen hat eine humanitäre Krise von beispiellosem Ausmaß und Umfang ausgelöst. Mindestens 22.000 Frauen und 16.000 Mädchen wurden laut UN Women zwischen Oktober 2023 und Dezember 2025 in Gaza getötet; 11.000 Frauen und Mädchen erlitten Verletzungen, die zu lebenslangen Behinderungen führen. Diejenigen, die (bisher) überlebt haben, kämpfen täglich mit dem Verlust von Angehörigen, psychischem Trauma, Hunger, fehlendem (Trink-)Wasser, wiederholten Vertreibungen, Bombardierungen und dem Zusammenbruch des Gesundheitssystems. Das Familienleben in Gaza wurde grundlegend verändert, jeder vierte Haushalt wird mittlerweile von einer Frau angeführt. Wie überleben Frauen in Gaza heute und wie sieht ihre (Über-)Lebensrealität aus? Inwiefern erhöhen die vorherrschenden Bedingungen ihre Vulnerabilität als Frauen?

Vortragende: Martha Tonsen

Datum: 8. September 2026

Online via Zoom, Aufzeichnung: <https://youtu.be/TFCAZJ6eeBM>

Kurzer Überblick über Fakten und Zahlen

Bisher wurden in Gaza mehr als 74.600 Menschen getötet, wobei davon ausgegangen werden muss, dass diese Zahl angesichts des Zusammenbruchs der Gesundheits- und Berichtssysteme viel zu niedrig angesetzt ist.

In der Zahl von über 74.600 Toten sind nicht nur diejenigen nicht enthalten, die bis heute unter den Trümmern liegen, sondern auch diejenigen nicht, die starben, weil sie nicht die Behandlung erhalten konnten, die sie benötigten. Das durch Israel zerstörte Gesundheitswesen in Gaza hat dazu geführt, dass Krankheiten, die eigentlich mit passender Medikation oder kleinen medizinischen Eingriffen leicht behandelbar wären, heute ein Todesurteil in Gaza darstellen können; nicht zu sprechen von schweren Erkrankungen wie beispielsweise Krebs.

Diese Todesfälle fallen unter die Kategorie „indirekte Tote“. In einem im Juli 2024 erschienenen Bericht im renommierten medizinischen Fachjournal The Lancet mit dem Titel „Die Zählung der Toten in Gaza“ wird wissenschaftlich fundiert und auf Basis der Erfahrung aus vorangegangenen Kriegen und Genoziden davon ausgegangen, dass in Gaza auf *jeden* direkt durch eine Waffe verursachten Todesfall mindestens weitere 4 bis 7 „indirekte“ Todesfälle kommen werden.¹

Die Vereinten Nationen schätzen, dass bis Dezember 2025 mehr als 38.000 Zivilistinnen (22.000 Frauen und 16.000 Mädchen) von der israelischen Armee getötet wurden. Das entspricht einem Durchschnitt von mindestens 47 getöteten Frauen und Mädchen pro Tag. Fast 11.000 Frauen und Mädchen erlitten so schwere Verletzungen, dass sie lebenslang behindert sein werden.²

Die Analyse der zeitlichen Entwicklungen durch die Vereinten Nationen zeigt, dass die Zahl der Todesopfer unter Frauen und Kindern in Phasen intensiverer Bombardements am höchsten war, insbesondere in den ersten sechs Monaten ab Oktober 2023. Eine Studie des Hohen Kommissar der Vereinten Nationen für Menschenrechte ergab, dass 70 % der Menschen, die in Wohngebäuden oder ähnlichen Unterkünften getötet wurden, Frauen und Kinder waren.³

Die umfangreichen Zerstörungen von Wohngebieten, insbesondere im Norden des Gazastreifens, haben dazu geführt, dass fast die gesamte Bevölkerung Gazas vertrieben wurde.

¹ The Lancet: **Counting the dead in Gaza: difficult but essential**

Von Rasha Khatiba, Martin McKeec, Salim Yusuf; 10. Juli 2024

[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(24\)01169-3/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(24)01169-3/fulltext)

² **More than 38,000 women and girls were killed in Gaza between October 2023 and December 2025**
17 April 2026

UN Women, 17. April 2026

<https://www.unwomen.org/en/news-stories/press-release/2026/04/more-than-38000-women-and-girls-were-killed-in-gaza-between-october-2023-and-december-2025-un-women>

³ **UN: Unter Toten im Gazastreifen viele Kinder unter 14 Jahren**

DW, 8. November 2024

<https://www.dw.com/de/un-unter-toten-im-gazastreifen-viele-kinder-unter-14-jahren/a-70735323>

Viele suchten Zuflucht in ausgewiesenen Notunterkünften, darunter auch von der UNRWA betriebene Einrichtungen (wie beispielsweise Schulen), doch auch diese Orte wurden wiederholt angegriffen. Frauen und Kinder waren weiterhin überproportional betroffen, so beispielsweise dann, wenn ganze Wohnhäuser aufgrund der vermeintlichen Hamas-Zugehörigkeit oder des Berufs (Journalisten, Gesundheitsmitarbeiter, etc.) männlicher Familienmitglieder von der israelischen Armee ins Visier genommen wurden – im Wissen, dass damit auch zahlreiche Frauen und Kinder getötet werden.

Das Ausmaß der Tötungen und Zerstörungen zeigt, dass es in Gaza keinen sicheren Ort für Zivilistinnen gab – und bis heute nicht gibt. Trotz des Anfang Oktober 2025 vereinbarten „Waffenstillstands“ werden fast täglich und in den letzten Wochen intensiviert Zivilist*innen getötet. Die neuesten verfügbaren Daten zeigen, dass seit Inkrafttreten des Waffenstillstandsabkommens im Oktober 2025 in Gaza 137 Frauen und 109 Mädchen getötet wurden; dies entspricht sechs getöteten Frauen und Mädchen pro Woche zwischen Oktober 2025 und dem 28. Juli 2026.⁴

Diejenigen, die bisher überlebt haben, sind täglich mit Lebensgefahr, Hunger, wiederholter Vertreibung und stark eingeschränktem Zugang zu grundlegenden Versorgungsleistungen konfrontiert. Die Auswirkungen auf ihre Gesundheit, ihre Sicherheit und ihr Wohlergehen sind verheerend.

Anmerkungen zur palästinensische Gesellschaft

Für Männer wie für Frauen gilt gleichermaßen: Die Familie ist als soziale und wirtschaftliche Einheit von eminenter Bedeutung. Hierbei muss die Bedeutung von Familie in der palästinensischen Gesellschaft immer auch in Relation zum Begriff „Identität“ gesetzt und verstanden werden. In den meisten Teilen der arabischen Welt, so auch in der palästinensischen, wird „Identität“ anders aufgefasst als beispielsweise in Österreich oder Deutschland.

Österreicher*innen und Deutsche leben in einer individualistischen Gesellschaft, während die palästinensische Gesellschaft eine kollektivistische ist. Das bedeutet, dass Familie immer über den Bedürfnissen einzelner Mitglieder gestellt wird, was ein außerordentlich hohes Maß an Loyalität und Gehorsam impliziert. Palästinenser und Palästinenserinnen führen und begreifen

⁴ **Women head one in four households in Gaza as war tears families apart and reshapes household structures**

UN Woman, 8. September 2026

<https://www.unwomen.org/en/news-stories/press-release/2026/09/women-head-one-in-four-households-in-gaza-as-war-tears-families-apart-and-reshapes-household-structures>

ihr Leben nicht als Individuum, sondern als kollektivistischer Teil einer familiären Gruppierung, als Teil einer Großfamilie.⁵

Hierbei kann keine Wertung getroffen werden im Sinne von kollektivistisch ist besser oder schlechter als individualistisch, beides hat Vor- und Nachteile. Individuelle Lebensentwürfe können in einer kollektivistischen Gesellschaft nur schwer oder gar nicht umgesetzt werden, gleichzeitig bietet dieses Modell jedoch auch Rückhalt, Zusammenhalt und Schutz.

Wichtig an dieser Stelle anzumerken ist, dass diese kollektivistische Gesellschaftsform, ohne sie romantisieren zu wollen, in Gaza sehr dazu beigetragen hat, dass die Zivilgesellschaft und die Solidarität unter den Menschen lange aufrechterhalten blieb. Denn das Prinzip des Kollektivismus geht auch über verwandtschaftliche Beziehungen hinaus. Menschen halfen einander, auch in größter Not. Der Zusammenhalt geht auch so weit, dass Familien nichtverwandte Kinder, die ihre Eltern verloren hatten, in den eigenen Familienverband übernahmen und ihr Überleben sicherten. Noch gibt es keine Studien darüber, wie lange zivilgesellschaftliche Strukturen in Gaza standgehalten haben, trotz aller Vertreibungsbefehle der israelischen Armee, die das großfamiliäre und nachbarschaftliche Beziehungsgeflecht auseinandergerissen haben.

Zur Stellung der Frau in der palästinensischen Gesellschaft ist darauf hinzuweisen, dass die Mehrheit der palästinensische Frauen sich in einem Kreislauf aus Beziehungen zu männlichen Familienmitgliedern befinden: Sie werden als Tochter eines Mannes geboren, sie werden von der Tochter zur Ehefrau, von der Ehefrau zur Mutter, von der Mutter zur bestenfalls Mutter eines Sohnes. In jeder dieser Konstellationen ist die Lebens- und Alltagswelt einer Frau mit und an einen Mann gebunden, jeder Status definiert sich über die Beziehung zu einem männlichen Familienmitglied. Verliert eine Frau eine dieser Beziehungen, so verlässt sie den gesellschaftlich akzeptierten und anerkannten Kreislauf.

Palästinensische Frauen leben in einer androzentrischen Gesellschaft, das bedeutet, dass der Mann als Zentrum, Maßstab und Norm verstanden wird. Dies impliziert, dass die Rollen der Geschlechter klar definiert und mitunter sehr streng geregelt sind, was in Folge zu Ungleichheiten zwischen den Geschlechtern führt. Der Mann wird als Ernährer und Versorger der Familie angesehen, dessen Rolle sich primär nach „außen“ richtet, während die Frau eher nach „innen“ lebt, d.h. die Betreuerin der Familie (Kindererziehung, alle haushaltlichen Pflichten, Pflege von kranken und/oder älteren Menschen, etc.) ist. In dieser Rollenverteilung sind, wie auch die Vereinten Nationen festgestellt haben, seit Oktober 2023 massive Veränderungen zu sehen.

⁵ Rubenberg, Cheryl A.: Palestinian Women – Patriarchy and Resistance in the West Bank, London: Lynne Rienner Publishers, 2001, S. 35f.

Die Veränderung der Zusammensetzung der Haushalte und Betreuungsrollen

Eine von Oxfam 2026 im Gazastreifen durchgeführte Befragung zur Geschlechtergleichstellung ergab, dass der Genozid die erwähnten Geschlechterrollen und Ungleichheiten erheblich verschärft hat.⁶

Während Männer unter zunehmend unerträglichen Bedingungen die Verantwortung für den Unterhalt ihrer Familien tragen, sehen sich Frauen mit einer dramatischen Zunahme ihrer unbezahlten Pflege- und Hausarbeit konfrontiert. Zusätzlich zu ihren bestehenden Betreuungsaufgaben verbringen Frauen jetzt mehr Zeit damit, unter schwerwiegendem Brennstoffmangel zu kochen, Wäsche von Hand zu waschen, Wasser zu holen, Kinder zu betreuen, Brennholz zu beschaffen und in Schlangen für humanitäre Hilfe anzustehen. Diese erheblich gestiegenen Aufgaben sind besonders akut für Frauen, die Familienangehörige betreuen, die ständige Unterstützung benötigen, hierbei kann es sich um ältere Familienmitglieder handeln, oder aber um Familienmitglieder, die aufgrund von Verletzungen bleibende Schäden und Behinderungen erlitten haben.

Doch nicht nur das – die ursprüngliche Zusammensetzung der Haushalte und die Betreuungsrollen im Gazastreifen wurden grundlegend verändert. Die hohen Tötungsraten unter Männern, sowie die massive Anzahl von Männern, die von der israelischen Armee verschleppt und inhaftiert wurden, haben zu einer wachsenden Zahl von Haushalten geführt, die nun de facto von Frauen geführt werden. Laut UN Woman haben mittlerweile rund 86.290 Familien in Gaza eine Frau allein an ihrer Spitze, das entspricht einer von vier Familien.⁷

Dies stellt eine erhebliche Veränderung der Haushaltsstruktur und der Verantwortung für das Überleben in Gaza dar. Frauen werden so zusätzlich zu ihrer Rolle als Hauptbetreuerinnen auch zu Hauptversorgerinnen ihrer Familie. In (permanenter oder temporärer) Abwesenheit ihrer Ehemänner, Väter und Söhne sorgen sie für den Lebensunterhalt ihrer Familien. Ihnen wurden damit anhaltende soziale, wirtschaftliche und schutzbezogene Belastungen auferlegt.

An dieser Stelle muss noch einmal darauf hingewiesen werden, dass viele Familien, auch jene, die von einer Frau geführt und angeführt werden, oftmals verwandte und nicht verwandte

⁶ **Seven ways the water crisis in Gaza is hurting women**

Oxfam International June 2026

<https://www.un.org/unispa/wp-content/uploads/2026/07/bn-seven-ways-the-water-crisis-in-gaza-is-hurting-women-150726-en.pdf>

⁷ **Women head one in four households in Gaza as war tears families apart and reshapes household structures**

UN Woman, 8. September 2026

<https://www.unwomen.org/en/news-stories/press-release/2026/09/women-head-one-in-four-households-in-gaza-as-war-tears-families-apart-and-reshapes-household-structures>

Kinder bei sich haben. Bei einer von internationalen Organisationen (wie beispielsweise Caritas) und UN-Vertreter*innen als realistische Größenordnung eingestufte Anzahl von 40 000 Waisenkindern in Gaza ist nur eine Minderheit von ihnen in Waisenhäusern untergebracht, die meisten werden „fremdbetreut“. Viele Frauen übernehmen hier also zusätzlich die Verantwortung, nicht nur die eigenen Kinder, sondern auch aufgenommene Kinder durchbringen zu müssen.

Im genozidalen Krieg wurden traditionelle gesellschaftliche Muster aufgehoben. Niemand würde eine Frau „verurteilen“, nachdem sie ihren Ehemann oder ihre Söhne verloren hat, nichts desto trotz ist es für alleinstehende Frauen in einer männerdominierten, androzentristischen Gesellschaft schwer zu überleben. Existiert kein männliches Haushaltsmitglied, so untergräbt dies die Stellung der Frau innerhalb der Gesellschaft und die Fähigkeit von Frauen und Kindern, Grundbedürfnisse wie Nahrung, Unterkunft und Schutz zu sichern, was ihr Risiko für Hunger und Unsicherheit erhöht.

Insbesondere Witwen und von Frauen geführte Haushalte sind daher mit unverhältnismäßig großen Härten konfrontiert. Ohne Einkommen, mit eingeschränkter Mobilität und der alleinigen Verantwortung für Kinder und ältere Angehörige müssen diese Frauen unter extremen Einschränkungen für Unterkunft, Wasser, Nahrung und Hygiene sorgen.

Sabrin a-Dame', 45-jährige Mutter von neun Kindern aus Jabalya, sagt dazu:

„Ich verbringe den ganzen Tag vor dem Feuer, um Wasser für das Waschen meiner Kinder zu erhitzen, zu kochen und im Lehmofen zu backen. Ich wache auf und stehe sofort auf, um Holz und Plastik zu suchen und dann ein Feuer anzuzünden. Auch meine Kinder verbringen den Tag damit, Plastik und Holz zu suchen, damit wir eine Tasse Tee kochen können.“⁸

Die Auswirkungen von Vertreibungen auf Frauen

Die wiederholten Vertreibungen haben die Risiken für Frauen und Mädchen weiter verschärft. Seit dem 7. Oktober 2023 hat die israelische Armee im gesamten Gazastreifen hunderte Evakuierungs- und Vertreibungsbefehle erlassen, was zu aufeinanderfolgenden Vertreibungswellen führte und viele Familien dazu zwang, mehrfach umzusiedeln. Fast eine Million Frauen und Mädchen wurden im Gazastreifen vertrieben, wobei viele von ihnen mehr als viermal vertrieben wurden.

⁸ Aus: **Clinging to what's left of life: Palestinian women under genocide in Gaza**

B'tselem, 8. März 2026

https://www.btselem.org/video/20260308_palestinian_women_under_genocide_in_gaza_clinging_to_whats_left_of_life?132#full

Besonders schutzbedürftige Gruppen, darunter schwangere Frauen, Frauen mit Behinderungen und weibliche Haushaltsvorstände, waren überproportional betroffen und mussten oft mit minimaler Unterstützung umziehen. Der beschwerliche und oft unsichere Evakuierungsprozess, der häufig zu Fuß zurückgelegt wurde, drängte Frauen in bereits überfüllte Unterkünfte, was die Risiken in den Bereichen Schutz, Gesundheit sowie Wasser, Sanitärversorgung und Hygiene verschärfte.

Das Leben in Zelten hat sich von einer vorübergehenden Lösung zu einem dauerhaften Zustand gewandelt – die Menschen leben, wohnen und schlafen zwischen dünnen Stoffwänden, die im Winter nicht vor Kälte und Nässe, sowie im Sommer nicht vor Hitze schützen; ebenso wenig bieten sie Privatsphäre.

An dieser Stelle muss noch einmal betont werden, dass die eigenen vier Wände der ihr gesellschaftlich zugeordnete Raum einer Frau ist; der Raum, in dem sie sich frei bewegen kann, kein Kopftuch tragen muss, sich freier fühlen und sein kann als in der Öffentlichkeit. Ein Zelt bietet diesen Raum nicht. So schlafen die Frauen oftmals vollständig bekleidet und mit Kopftuch, selbst bei extremer Hitze. Die einfachsten alltäglichen Verrichtungen wie Waschen, Umziehen, Stillen oder die Bewältigung der Menstruation (oftmals ohne entsprechende Hygieneartikel) sind zu erniedrigenden, fast unmöglichen Unterfangen in exponierten öffentlichen Räumen geworden.

Nabilah 'Abd a-Nab, eine 50-jährige Mutter von sechs Kindern aus Gaza Stadt, berichtet über ihr Leben im Zelt:

„Unser Zelt ist sehr klein und bietet kaum Platz für die sieben Personen, die darin leben. Wir alle leiden unter dem Mangel an Privatsphäre. Wir befinden uns schon so lange in dieser Situation, und es gibt keine Lösung. Mein Mann und ich haben Schwierigkeiten, weil wir keinen eigenen privaten Raum haben. Unsere Kinder hören alles, was zwischen uns vor sich geht, und das ist mir sehr unangenehm. Ich fühle mich verlassen und gebrochen.“⁹

Kifah al-Hasanat, eine 42-jährige Mutter von sieben Kindern aus Gaza Stadt, berichtet:

„Das Zelt ist aus dünnem Stoff und bietet keinerlei Privatsphäre. Meine Tochter und ich können uns nur umziehen, wenn alle anderen draußen sind, und wir verbringen den ganzen Tag in unseren Gebetskleidern, die Oberbekleidung sind... Ich gehe auch in meinen Gebetskleidern schlafen, und sie beginnen schon zu zerschleißen. Ich fühle mich hässlich und ungepflegt.“¹⁰

⁹ Aus: **Clinging to what's left of life: Palestinian women under genocide in Gaza**

B'tselem, 8. März 2026

https://www.btselem.org/video/20260308_palestinian_women_under_genocide_in_gaza_clinging_to_whats_left_of_life?132#full

¹⁰ Aus: **Clinging to what's left of life: Palestinian women under genocide in Gaza**

Die Auswirkungen der Zerstörung der Wasser-, Sanitär- und Hygienesysteme auf Frauen

Die Zerstörung der Wasser-, Sanitär- und Hygienesysteme (WASH) im Gazastreifen stellt heute eine humanitäre Katastrophe mit tiefgreifenden geschlechtsspezifischen Auswirkungen dar.¹¹

Wie die Vereinten Nationen im Juni 2025 berichteten, wurden fast 90 Prozent der Wasser- und Sanitärinfrastruktur von Gaza von der israelischen Armee beschädigt oder zerstört.¹²

Frauen müssen oftmals zu weit entfernten Wasserstellen gehen, nur um an wenige Liter Wasser zu gelangen, und sind dabei der Gefahr von Gewalt ausgesetzt. Schwangere und menstruierende Frauen können nicht an das Wasser gelangen, das sie benötigen, um sich sauber zu halten und ausreichend Flüssigkeit zu sich zu nehmen. Der Wassermangel erhöht jedoch auch die Arbeitsbelastung durch Pflegeaufgaben, die nach wie vor größtenteils von Frauen geleistet werden – sei es Wäschewaschen, Putzen oder die Betreuung von Kindern, die ständig dem Risiko von Krankheiten und Dehydrierung ausgesetzt sind.

Besonders deutlich wird dies beispielsweise bei der Suche nach Wasser. In einer von Oxfam durchgeführten Studie¹³, bei der Frauen in Gaza zu ihrer Lebenssituation befragt wurden, beschrieben sie in allen Aussagen das Wasserholen als einen der körperlich und emotional anstrengendsten Aspekte des täglichen Überlebens. Frauen und Mädchen legen regelmäßig Strecken von Hunderten von Metern bis zu mehreren Kilometern zurück, warten stundenlang in überfüllten Warteschlangen und tragen schwere Kanister unter unsicheren Bedingungen zurück zu ihrem Lager.

In den Warteschlangen für Wasser stehen oft sowohl Männer als auch Frauen; sie sind unreguliert und von angespannter Stimmung geprägt, wodurch Frauen Belästigungen, verbalen Übergriffen, Demütigungen und Angst ausgesetzt sind. Insbesondere betrifft dies Witwen, geschiedene Frauen, jugendliche Mädchen und diejenigen, die keine männlichen Verwandten (mehr) haben – also jene Frauen, die sich nicht mehr im eingangs erwähnten Kreislauf der Bindung an ein männliches Familienmitglied befinden und nicht auf den Schutz männlicher

B'tselem, 8. März 2026

https://www.btselem.org/video/20260308_palestinian_women_under_genocide_in_gaza_clinging_to_whats_left_of_life?132#full

¹¹ **Water as a weapon: Israel's destruction and deprivation of water and sanitation in Gaza**

Medecins sans Frontiers, 28. April 2026

<https://www.msf.org/report-water-weapon-gaza>

¹² **Gaza: Women and girls struggle to manage their periods amid crisis**

United Nations, 8. Juni 2025

<https://news.un.org/en/story/2025/06/1164081>

¹³ **Seven ways the water crisis in Gaza is hurting women**

Oxfam International June 2026

<https://www.un.org/unispal/wp-content/uploads/2026/07/bn-seven-ways-the-water-crisis-in-gaza-is-hurting-women-150726-en.pdf>

Bezugspersonen zurückgreifen können. Der Zugang zu Wasser und die Suche danach wird so zu einer alltäglichen und zutiefst belastenden Bedrohung.

Die Wasserverfügbarkeit in Gaza liegt drastisch unter den humanitären Mindeststandards. Die pro Person verfügbare Wassermenge beträgt kaum drei Liter pro Tag, einschließlich Wasser für Körperpflege, zum Trinken und zur Zubereitung von Mahlzeiten. Zum Vergleich: Der weltweite Standard liegt bei 100 Litern pro Person und Tag, in Deutschland, Österreich und der Schweiz liegt der tatsächliche Durchschnittsverbrauch durch modernen Komfort (Duschen, Toilettenspülung, Waschmaschinen) aktuell bei etwa 120 bis 130 Litern pro Person und Tag; während die von der WHO definierte Mindestgrenze bei 15 Litern liegt.¹⁴

Frauen werden durch diese Wasserknappheit gezwungen, unmögliche Entscheidungen zwischen Trinken, Kochen und Hygiene zu treffen. Eine verwitwete Mutter, die mit ihren fünf Kindern in einem Lager lebt, beschrieb Oxfam, wie sie manchmal zwei oder mehr Tage ohne Wasser auskommen müssen. Das verfügbare Wasser ist oftmals verschmutzt und nicht zum Trinken geeignet. Die Folgen sind unmittelbar und schwerwiegend: Ausbrüchen von Krätze, Läuse, Durchfall, Hautinfektionen und Dehydrierung, insbesondere bei Kindern.

Almaza a-Sultan, eine 46-jährige Mutter von fünf Kindern aus Beit Lahiya, berichtet:

„Meine Töchter und ich haben uns die Haare abgeschoren, weil es und keine Möglichkeit zum Waschen oder Shampoo gibt und unsere Haare aufgrund der schmutzigen Lebensbedingungen voller Läuse waren. Die wenigen Reinigungsmittel und Hygieneartikel, die auf dem Markt erhältlich waren, waren wahnsinnig teuer, und wir konnten sie uns unmöglich leisten. Manchmal ging mein Mann zu zerbombten Häusern, um nach Lebensmitteln, Hygieneartikeln und Reinigungsmitteln zu suchen, und wenn er mit einem Stück Seifenrest zurückkam und es uns möglich war, uns richtig zu waschen, statt uns nur mit Wasser ein wenig zu beträufeln, dann fühlten wir uns alle wie neu geboren.“¹⁵

In den Flüchtlingslagern und Notunterkünften im Gazastreifen müssen sich durchschnittlich 160 bis zu 700 Personen eine einzige Latrine teilen. Die genaue Zahl variiert stark je nach Camp, Zeltstadt oder UN-Schule. Menschen müssen sich oftmals stundenlang anstellen, um auf die Toilette gehen zu können; Frauen öfters als Männer, da sie ihre Notdurft nicht im Freien verrichten können.

¹⁴ **WHO: Health risks: Drinking-water and sanitation**

<https://www.who.int/teams/environment-climate-change-and-health/water-sanitation-and-health/environmental-health-in-emergencies/humanitarian-emergencies>

¹⁵ Aus: **Clinging to what's left of life: Palestinian women under genocide in Gaza**

B'tselem, 8. März 2026

https://www.btselem.org/video/20260308_palestinian_women_under_genocide_in_gaza_clinging_to_whats_left_of_life?132#full

Nabilah 'Abd a-Nabi, 50-jährige Mutter von sechs Kindern aus Gaza Stadt, sagt dazu:

„Ich gehe nachts zum Schulhof und versuche, meinen Mann oder einen meiner Söhne dazu zu bewegen, mich zu begleiten. Sie begleiten auch meine Töchter, aus Angst, sie könnten Opfer von Missbrauch, Belästigung oder Ähnlichem werden. Ich warte im Dunkeln in der Schlange vor den Toiletten, und wenn ich drinnen bin, habe ich ständig Angst, dass jemand an die Tür klopft und mich auffordert, mich zu beeilen. Die Situation ist mir furchtbar unangenehm. Manchmal ist es während des Wartens schon zu spät, man spürt, dass man es nicht mehr länger halten kann. Das Demütigendste für mich war es, mit meinen Töchtern über den Schulhof zu gehen, der voller junger Männer war, und eine Flasche Wasser in der Hand zu halten, um sie in den Toiletten zu benutzen, weil dort kein Wasser war. Wir waschen uns sogar in denselben Toiletten und manchmal im Klassenzimmer.“¹⁶

Eine besondere Schwierigkeit stellt die Menstruation für Frauen dar. Nicht nur, dass oftmals Wasser fehlt, um sich überhaupt waschen zu können, so haben die Mehrheit der Frauen und Mädchen im gebärfähigen Alter wenig bis gar keinen Zugang zu Artikeln zur Unterstützung der Hygiene (wie beispielsweise Binden und Tampons), da Israel die Einfuhr von Hygieneprodukten massiv einschränkt.¹⁷ Wenn Menstruationshygieneartikel am Markt erhältlich sind, so sind sie oftmals viel zu teuer für viele Familien.

Die kritische Wasserknappheit sowie mangelnde Verfügbarkeit von Hygieneartikeln zwingen Frauen und Mädchen dazu, ihre Periode ohne sauberes Wasser, Seife oder Hygieneartikel und oft ohne Privatsphäre zu bewältigen. Viele beschreiben die Menstruation infolgedessen als Quelle von Angst und Isolation.

Im Gespräch mit dem Bevölkerungsfonds der Vereinten Nationen (UNPFA) erinnerte sich ein junges Mädchen daran, wie sie ihre Periode bekam, während sie in einem überfüllten Flüchtlingslager untergekommen war:

„Ich hatte nur eine Binde, also habe ich sie in Toilettenpapier gewickelt, damit sie länger hält. Ich konnte mich nicht waschen, und die Schmerzen waren schrecklich. Ich saß schweigend da und weinte, bis der Tag vorbei war.“

¹⁶ Aus: **Clinging to what's left of life: Palestinian women under genocide in Gaza**

B'tselem, 8. März 2026

https://www.btselem.org/video/20260308_palestinian_women_under_genocide_in_gaza_clinging_to_whats_left_of_life?132#full

¹⁷ **Gaza: Women and girls struggle to manage their periods amid crisis**

United Nations, 8. Juni 2025

<https://news.un.org/en/story/2025/06/1164081>

Und: „Manchmal brauche ich Binden und Seife mehr als Essen“, so Aisha im Gespräch mit UNPFA.¹⁸

Da neun von zehn Haushalten unter extremer Wasserknappheit leiden, hat der Mangel an sauberem Wasser, Seife und Privatsphäre die Menstruation zu einer Quelle von Angst, Isolation und Scham gemacht. Viele vermeiden es, sich während ihrer Periode außerhalb ihrer Unterkünfte aufzuhalten, aus Angst vor Auslaufen, Geruch oder Belästigung. Die Frauen beschrieben Symptome wie Hautreizungen, Infektionen der Harn- und Fortpflanzungswege sowie anhaltende Beschwerden aufgrund der langwierigen Verwendung von unsauberen Materialien und unzureichender Hygiene. Das Fehlen von Menstruationshygieneartikeln und sauberem Wasser wird auch von den Vereinten Nationen als Gesundheitsproblem und als Verletzung der körperlichen Selbstbestimmung beschrieben.

Ikhlas al-Kafarneh, eine 34-jährige Mutter von sechs Kindern aus Beit Hanoun berichtet:

„Als meine Töchter ihre Periode bekamen, litten wir besonders darunter, weil es so schwer war, Damenbinden zu bekommen. Manchmal waren sie auf dem Markt nicht erhältlich, manchmal waren sie zu teuer. Ich musste alte Kleider zerschneiden, und wir benutzten sie anstelle von Binden. Meine Töchter fanden es sehr schwer, sich daran zu gewöhnen, und weigerten sich zunächst, aber wir hatten keine andere Wahl. Wir begannen, unter Hautkrankheiten und Infektionen zu leiden.“¹⁹

Eine von Oxfam interviewte Mutter sagte dazu:

„Stellen Sie sich vor, Sie bekommen Ihre Periode oder Ihre Tochter bekommt ihre, wenn Sie nicht einmal einen Tropfen sauberes Wasser finden können. Der wahre Schmerz ist die Suche nach irgendeinem alten Stück Stoff oder einem zerrissenen Streifen aus abgetragener Kleidung, nur um irgendwie zurechtzukommen. Wir schneiden Stücke aus unserer eigenen Kleidung heraus, waschen sie, trocknen sie heimlich und leben in ständiger Angst vor Infektionen.“²⁰

¹⁸ **Gaza: Women and girls struggle to manage their periods amid crisis**

United Nations, 8. Juni 2025

<https://news.un.org/en/story/2025/06/1164081>

¹⁹ **Clinging to what's left of life: Palestinian women under genocide in Gaza**

B'tselem, 8. März 2026

https://www.btselem.org/video/20260308_palestinian_women_under_genocide_in_gaza_clinging_to_whats_left_of_life?132#full

²⁰ **Seven ways the water crisis in Gaza is hurting women**

Oxfam International June 2026

<https://www.un.org/unispal/wp-content/uploads/2026/07/bn-seven-ways-the-water-crisis-in-gaza-is-hurting-women-150726-en.pdf>

Die Auswirkungen von Verlust und psychischem Trauma auf Frauen

Die psychische Belastung für Frauen ist geradezu erdrückend. Sie tragen die Last der Trauer, des Traumas und der Verantwortung und versuchen gleichzeitig, für ihre Kinder und Familien einen Anschein von Normalität aufrechterhalten, wie es auch Ikhlas al-Kafarneh, 34-jährige Mutter von sechs Kindern aus Beit Hanoun, ausdrückt:

„Ich kann nicht einmal vor meinen Kindern weinen, weil ich dann zusammenbrechen würde. Ich versuche so gut ich kann, für sie und für meinen Mann stark zu sein. Ich möchte so gerne allein sein, auch wenn es nur für einen Tag ist, einfach nur mit mir selbst an einem weit entfernten Ort, wo ich aus voller Kehle schreien und über dieses schreckliche Leben weinen kann, das mir aufgezwungen wurde.“²¹

Noch verheerender gestaltet sich die Situation für jene Frauen, deren Kinder und Familien von der israelischen Armee getötet wurden. An dieser Stelle sollen nur drei Beispiele herausgegriffen werden, von denen es leider viele gibt.

Nermin Shaat

Die Mitte 20-jährige Nermin Shaat lebte mit ihrem Mann Ahmed Abdel Rahman Shaat und ihrer kleinen Tochter Raneem im Stadtteil Al Nasr in Rafah. Sie beschreibt die Träume ihres Mannes Ahmed folgendermaßen: *„Seine Träume waren einfach: ein sicheres Zuhause, ein würdiges Leben für seine Familie und eine bessere Zukunft für seine Kinder.“*

Er war ein hingebungsvoller Vater für die gemeinsame Tochter, der alles dafür tat, um sie trotz der Hungersnot und der explodierenden Preise mit Essen und Milch zu versorgen. Am 14. Januar 2025 versammelte sich die Familie zum Mittagessen. Nermin befand sich zu diesem Zeitpunkt in den letzten Tagen ihrer zweiten Schwangerschaft und stand kurz vor der Entbindung:

„Ich bereitete mich darauf vor, unser zweites Kind willkommen zu heißen. Ich hatte seine Kleidung, ein Babyfläschchen und alles, was er brauchte, bereitgelegt, ohne zu ahnen, dass dies der letzte Tag mit Ahmed sein würde. Um 22:15 Uhr wurde unser Haus angegriffen. Ahmed, unsere Tochter Raneem, seine Schwester Haneen und seine Mutter Salwa kamen alle ums Leben.“

²¹ **Clinging to what's left of life: Palestinian women under genocide in Gaza**

B'tselem, 8. März 2026

https://www.btselem.org/video/20260308_palestinian_women_under_genocide_in_gaza_clinging_to_whats_left_of_life?132#full

Unser ungeborenes Kind, Abdel Rahman, wurde nach meiner Verletzung per Notkaiserschnitt zur Welt gebracht. Er überlebte nicht. Nach zwei Tagen im Koma wachte ich auf und erfuhr, dass Ahmed, unsere Kinder und alle anderen, die sich im Haus befunden hatten, nicht mehr am Leben waren.“

Dr. Alaa al-Najjar

Die palästinensische Kinderärztin Dr. Alaa al-Najjar und ihr Mann, Dr. Hamdi al-Najjar, stammen aus Khan Younis im südlichen Gazastreifen. Sie hatten zusammen zehn Kinder im Alter zwischen sieben Monaten und 12 Jahren.

An einem Freitag im Mai 2025 ließ Dr. Alaa al-Najjar ihren Mann und ihre Kinder zu Hause zurück, um ihren Dienst in der Notaufnahme des Nasser Krankenhauses anzutreten. Ihr Mann und sie wechselten sich dabei immer tageweise ab – an einem Tag ging er zur Arbeit, am anderen Tag sie, so blieb immer ein Elternteil bei den zehn Kindern zuhause.

Stunden später trafen die Leichen von sieben Kindern – die meisten von ihnen aufgrund schwerster Verbrennungen unkenntlich – im Nasser-Krankenhaus ein. Es handelte sich dabei um die eigenen Kinder von Dr. Najjar, die bei einem israelischen Luftangriff auf das Haus ihrer Familie getötet worden waren. Die Leichen des jüngsten und des ältesten Kindes wurden zu diesem Zeitpunkt noch vermisst.

Die bulgarische Ärztin Dr. Angelova-Chee befand sich damals auf medizinischer Hilfsmission im Nasser-Krankenhaus und war im Behandlungsteam für den einzig überlebenden 11-jährigen Sohn von Dr. al-Najjar namens Adam. Dr. Angelova-Chee sagte, sichtlich unter Schock, in einem BBC-Interview: *„Meine Kollegin hat schier unbeschreibliches Leid erfahren. Im Moment ist Alaas Priorität ihre Familie. Sie hat noch immer die Hoffnung, dass zwei vermisste Kinder noch in den Trümmern gefunden werden. Sie hält sich an dem Hoffnungsschimmer fest, dass sie noch am Leben sind. Sie hat gestern sieben ihrer Kinder begraben und zwei weitere Kinder werden vermisst.“*

Doch auch diese Hoffnung wurde zunichte gemacht, die Kinder konnten nur noch tot geborgen werden. Dr. Najjars Ehemann, Dr. Hamdi al-Najjar, der zunächst schwer verletzt überlebt hatte, starb eine Woche später aufgrund seiner schweren Verwundungen. Nur der 11-jährige Sohn Adam überlebte als einziger schwer verletzt.

Sa'eda Ahmad Abu Odeh

Sa'eda Ahmad Abu Odeh ist heute 42 Jahre alt und arbeitete vor Oktober 2023 als Englischlehrerin bei der UNRWA. Sie war Mutter von sieben Kindern, zwei Söhnen und fünf Töchtern. Ihr ältestes Kind war 20 Jahre, ihr jüngstes drei Jahre alt.

Frau Abu Odeh war mit ihrer Familie in eine UNRWA Schule namens Al-Shati' nahe dem Meer geflüchtet, im Irrglauben, sie wären dort vor den Angriffen der israelischen Armee sicher. Als sie alleine zum Einkaufen auf den Markt ging, hörte sie eine laute Explosion. Sie fragte Passantinnen und Passanten, wo sie stattgefunden habe, woraufhin sie die Auskunft erhielt, dass es jene Schulunterkunft getroffen hatte, wo sich ihre Familie aufhielt. Als Frau Abu Odeh an der Schule ankam, fand sie diese völlig zerstört vor, bevor sie ins Al-Shifa-Krankenhaus gebracht wurde, wo man sie bat, die Leichen ihrer Kinder zu identifizieren.

Ihre Familie wurde ausgelöscht, keines ihrer Kinder überlebte, auch ihr Mann wurde getötet. Frau Abu Odeh erklärte bei einer UN-Veranstaltung während der 62. Sitzung des UN-Menschenrechtsrats am 25. Juni 2026, sie betrachte sich als „eine glückliche Mutter in Gaza“, da sie die sterblichen Überreste ihrer Kinder bergen und beerdigen konnte; sie wies darauf hin, dass unzählige Mütter weiterhin nach den Leichen ihrer Kinder suchen.

Frau Abu Odeh verbrachte ihre Zeit nach dem Verlust ihrer Familie in einem Dämmerzustand, ehe sie mit ihrer Mutter und ihrem Bruder wieder vereint werden konnte. Ein weiterer israelischer Angriff auf das Zelt ihres Bruders in Deir al-Balah tötete nicht nur dessen Frau, sondern auch vier seiner sieben Kinder. Drei Kinder wurden schwer und lebensverändernd verletzt. Frau Abu Odehs Mutter verstarb kurz darauf.

Am 25. Juni 2026 berichtete Frau Abu Odeh bei einer UN-Veranstaltung während der 62. Sitzung des UN-Menschenrechtsrats über ihren unbeschreiblichen Verlust:

„Man bat mich, die Leichen meiner Kinder zu identifizieren. Es war kein Moment der Wiedererkennung. Es war ein Moment, in dem meine ganze Welt vor meinen Augen zusammenbrach. Stellen Sie sich vor, eine Mutter wird gefragt, ob dies die Leichen ihrer Kinder und die verbrannten Körperteile sind oder nicht. (...) Es war für mich das Ende von allem. Es war das Ende meines Lebens, das Ende meiner Stabilität, das Ende meiner Sicherheit. (...) Ich vermisste das Wort „Mama“. Niemand nennt mich mehr Mama.“²²

²² **A Mother's Experience of Genocide: The Testimony of Sa'eda Ahmad Abu Odeh at UN Human Rights Council Session 62**

Al Haq, 25. Juni 2026

<https://www.alhaq.org/advocacy/27834.html>

Abschluss

Abschließend ist festzuhalten, dass der Schaden, der Frauen im Gazastreifen durch den Völkermord Israels zugefügt wird, sie zu einem ständigen Kampf ums Überleben zwingt, ohne Privatsphäre, ohne „einen Raum für sich“, unter einem unerbittlichen Regime der Tötung und Zerstörung, chronischem Wasser- und Sanitärdefizit, einem Mangel an Hygieneartikeln, zunehmender geschlechtsspezifischer Gewalt, dem Zusammenbruch der Gesundheitsdienste für Mütter und Reproduktionsmedizin und in die vollständige Abhängigkeit von Hilfe.

Das Leid, dass Frauen, ihrem Leben, ihrem Körper, ihrer Privatsphäre, ihrer Gesundheit und ihrer Fähigkeit, Kinder zu bekommen, zugefügt wird, kann weder als zufällig noch als willkürlich angesehen werden, sondern als ein wesentlicher Bestandteil zur Zerstörung der palästinensischen Gesellschaft im Gazastreifen.

Einer der schwerwiegendsten Aspekte dabei ist, dass kein Ende dieser Situation in Sicht ist.

Weiterführende Informationen:

Femigenocide: The Targeting of Women to Carry Out Genocide

University of Pennsylvania Journal of Law and Social Change | Volume 29, Number 3 2026

Ahmad Ibsais, University of Michigan, 8. Juni 2026

https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=7243318

Seven ways the water crisis in Gaza is hurting women

Oxfam International June 2026

<https://www.un.org/unispal/wp-content/uploads/2026/07/bn-seven-ways-the-water-crisis-in-gaza-is-hurting-women-150726-en.pdf>

Clinging to what's left of life: Palestinian women under genocide in Gaza

B'tselem, 8. März 2026

https://www.btselem.org/video/20260308_palestinian_women_under_genocide_in_gaza_clinging_to_whats_left_of_life?132#full

The Lancet: **Counting the dead in Gaza: difficult but essential**

Von Rasha Khatiba, Martin McKeec, Salim Yusufd; 10. Juli 2024

[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(24\)01169-3/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(24)01169-3/fulltext)

Vereinte Nationen:

Women head one in four households in Gaza as war tears families apart and reshapes household structures

UN Women, 8. September 2026

<https://www.unwomen.org/en/news-stories/press-release/2026/09/women-head-one-in-four-households-in-gaza-as-war-tears-families-apart-and-reshapes-household-structures>

Left to carry households alone: War and the rise of women-headed households in Gaza

UN Women, 2026

<https://www.unwomen.org/en/digital-library/publications/2026/09/brief-left-to-carry-households-alone-war-and-the-rise-of-women-headed-households-in-gaza>

A Mother's Experience of Genocide: The Testimony of Sa'eda Ahmad Abu Odeh at UN Human Rights Council Session 62

Al Haq, 25. Juni 2026

<https://www.alhaq.org/advocacy/27834.html>

Gaza: Women and girls struggle to manage their periods amid crisis

United Nations, 8. Juni 2025

<https://news.un.org/en/story/2025/06/1164081>